

TRAMPOLINE
CHAPITRE I

LES NORMES CONCERNANT LES INSTALLATIONS
ET LES ÉQUIPEMENTS D'ENTRAÎNEMENT

Salle d'entraînement	1. La salle d'entraînement doit être bien éclairée. En cas de panne, les participants doivent cesser immédiatement l'entraînement.
Accès	2. Les accès à la salle d'entraînement et aux sorties d'urgence doivent être déverrouillés et libres de tout obstacle.
Hauteur	3. La hauteur de la salle doit, lorsqu'un appareil est utilisé au cours d'une activité récréative ou éducative, être : 1° d'au moins 5 mètres lorsque les participants sont âgés de moins de 10 ans; 2° d'au moins 6 mètres lorsque les participants sont âgés de 10 ans et plus.
Obstacle dangereux	4. Un obstacle pouvant constituer un danger pour le participant doit être matelassé ou protégé.
Inspection	5. Tous les appareils doivent être inspectés avant chaque entraînement par l'entraîneur. Il doit démonter et remiser tout appareil dont l'état comporte des dangers pour le participant.
Disposition des Appareils	6. Les appareils doivent être disposés de façon à assurer une aire d'exécution sécuritaire pour le participant, respectant la progression de ce dernier.
Appareils non utilisés	7. Les appareils non utilisés doivent être démontés, remisés ou non accessibles.

Périmètre de sécurité

8. Un périmètre de sécurité conforme aux annexes 1 et 4 doit être prévu lors de l'utilisation du trampoline. Il se divise en quatre zones distinctes :

1° Entre la toile et le cadre du trampoline : Le cadre et les ressorts du trampoline doivent être entièrement recouverts de coussins de protection prévus à cette fin par les fabricants de trampoline. Ces coussins doivent être fixés au cadre du trampoline.

2° Les extrémités les plus étroites :
a) A chaque extrémité la plus étroite du trampoline, des banquettes de sécurité peuvent être installées. Elles doivent être de la hauteur du cadre

du trampoline et fixées à celui-ci. Elles doivent avoir un minimum de 2,4 mètres de largeur. Elles doivent avoir 1,2 mètre de longueur et être couvertes d'un tapis de réception d'au moins 20 cm d'épaisseur et dont les dimensions sont d'au moins 1,5 m X 3 m. Ce coussin doit recouvrir la bordure

du coussin protecteur couvrant le cadre et les ressorts;

b) s'il n'y a pas de banquette de sécurité, on doit installer au sol un tapis de 20 cm d'épaisseur et de 1,5 mètre de largeur X 3 mètres aux extrémités les plus étroites du trampoline.

3e Périmètre de protection :
Une zone de 1,5 m, couverte d'un tapis d'au moins 05 cm d'épaisseur doit encadrer le trampoline et les banquettes.

4° Zone libre :
Une zone libre de 1 mètre doit être aménagée après le périmètre de protection aux extrémités où

il y a les banquettes de sécurité.

Responsabilité du Participant

26. Le participant doit :

- 1^e s'exercer sur un appareil seulement s'il a obtenu l'autorisation de l'entraîneur ou du moniteur et si les pareurs sont en place autour du trampoline;
- 2^e n'exécuter que des mouvements autorisés par l'entraîneur ou le moniteur;
- 3^e lorsque nécessaire porter des lunettes correctrices dont les verres sont incassables et les attacher solidement;
- 4^e ne pas porter de bijou ou tout autre objet susceptible de causer des blessures;
- 5^e déclarer à l'entraîneur tout changement de son état de santé qui empêche la pratique normale des sports de trampoline ou qui risque d'avoir des effets néfastes sur son intégrité corporelle;
- 6^e déclarer à l'entraîneur qu'il utilise ou est sous l'effet de médicament;
- 7^e déclarer à l'entraîneur qu'il porte des lentilles cornéennes;
- 8^e ne pas consommer ou être sous l'effet de boisson alcoolique, de drogue ou de substance dopante.

CHAPITRE III

LES NORMES CONCERNANT LA PARTICIPATION À UN ÉVÈNEMENT, UNE COMPÉTITION OU À UN SPECTACLE À CARACTÈRE SPORTIF

Présence d'un entraîneur

27. Un participant doit être accompagné d'un entraîneur lorsqu'il est sur l'aire d'échauffement ou de compétition.

28. Les participants, les officiels et les entraîneurs doivent respecter le code d'éthique et les règles de

conduite pour les membres d'une délégation du Québec reproduites dans les politiques, règlements et procédures à l'annexe 4.

Règles de compétition

29. Les participants, les entraîneurs et les officiels doivent respecter les règles de compétition édictées par la Fédération reproduites dans les politiques, règlements et procédures à l'annexe 4.

CHAPITRE IV

LES NORMES CONCERNANT LA FORMATION ET LES RESPONSABILITÉS DES PERSONNES APPELÉES À JOUER UN RÔLE AUPRÈS DES PARTICIPANTS

L'ENTRAÎNEUR

Âge

30. Pour être entraîneur une personne doit être âgée d'au moins 16 ans.

Formation

31. Un entraîneur doit posséder le niveau technique requis du Programme national de certification des entraîneurs. Niveau 1 certifié pour le récréatif, niveau 1 + technique 2 pour le réseau provincial, niveau 2 certifié pour le national et niveau 3 pour le niveau international.

Assurance

32. Un entraîneur doit être détenteur d'une police d'assurance-responsabilité civile, dont la couverture doit être d'au moins deux millions de dollar.

Un club affilié à la Fédération doit faire en sorte de nommer l'entraîneur comme assuré sur toute police d'assurance couvrant l'organisme pour lequel l'entraîneur pourrait agir.

Responsabilités de l'entraîneur

33. L'entraîneur doit :

- 1^E appliquer les normes prescrites aux chapitres I et II;
- 2^E respecter et faire respecter tous les règlements de la Fédération de gymnastique du Québec;
- 3^E voir au bon déroulement des sessions d'entraînement;
- 4^E respecter la progression du participant dans l'apprentissage des mouvements;
- 5^E au besoin, assister un participant dans l'exécution des mouvements;
- 6^E inspecter les appareils utilisés et procéder à leur vérification avant le début de chaque entraînement. Démontez et remiser tout appareil dont l'état comporte des dangers pour le participant;
- 7^E renseigner les participants sur les différentes consignes de sécurité à respecter à l'entraînement et en compétition;
- 8^E se conformer aux règles de comportement édictées à l'annexe 4;
- 9^E voir à ce qu'un participant blessé reçoive les soins appropriés dans les plus brefs délais;
- 10^E connaître les modalités d'évacuation des lieux d'entraînement ou de compétition;
- 11^E connaître l'emplacement du poste téléphonique accessible, près de la salle d'entraînement;
- 12^E doit superviser le travail des moniteurs;
- 13^E ne pas porter de bijou ou tout autre objet susceptible de causer des blessures;
- 14^E compléter le rapport d'accident chaque fois qu'un participant ou un moniteur sous sa supervision se blesse. Il doit le faire parvenir à la Fédération sur le formulaire prescrit à l'annexe 3;
- 15^E prendre les moyens raisonnables afin qu'un participant ne soit pas sous l'influence de boisson alcoolique, de drogue ou de substance dopante lors d'un entraînement ou d'une compétition.

LE MONITEUR

34. Le moniteur doit être âgé d'au moins 14 ans.

35. Le moniteur doit toujours travailler sous la supervision d'un entraîneur.

CHAPITRE VII

LES NORMES CONCERNANT LES LIEUX OÙ SE DÉROULE UN ÉVÉNEMENT,

UNE COMPÉTITION OU UN SPECTACLE À CARACTÈRE SPORTIF

Présence d'éléments dangereux

44. L'aire de compétition doit être dégagée de tout obstacle non nécessaire à la pratique de la discipline.

Accès

45. Les accès à la salle ainsi que les sorties d'urgence doivent être bien indiquées, déverrouillés et libres de tout obstacle.

Plan d'urgence

46. Pour chaque salle de compétition, il doit y avoir un plan d'urgence pour l'évacuation rapide des lieux et l'acheminement efficace du secours.

Température

47. La température de la salle de compétition ne doit pas être inférieure à 18°C.

Hauteur de la salle

48. La hauteur de la salle de compétition doit être d'au moins 7 mètres lorsque le trampoline est utilisé lors des compétitions du circuit régional. La hauteur étant de 8 mètres pour le circuit provincial et national. Dans le cas

d'évaluation du programme défi en gymnastique artistique, veuillez vous référer à l'article 44 du règlement de sécurité pour la gymnastique artistique.

CHAPITRE VIII

LES NORMES CONCERNANT LES INSTALLATIONS ET

LES ÉQUIPEMENTS UTILISÉS LORS D'UN ÉVÉNEMENT,

D'UNE COMPÉTITION OU D'UN SPECTACLE À CARACTÈRE SPORTIF

Les installations et les équipements	49. Les installations et les équipements doivent être conformes aux normes édictées au chapitre I.
Les banquettes	50. Lors de compétition, les banquettes de sécurité sont obligatoires et doivent être de la hauteur du cadre du trampoline.
Zone des spectateurs	51. La zone des spectateurs doit être bien identifiée et délimitée de façon précise. 52. Les appareils doivent être conformes aux normes de la F.I.G. édictées à l'annexe 1.
Tapis de réception	53. Les tapis de réception doivent être conformes aux normes édictées aux articles 8, 9, 10 et 11 et aux normes édictées à l'annexe 1.
Téléphone	54. Un téléphone doit être accessible près de l'aire de compétition et les numéros d'urgence suivants doivent y être affichés : 1 ^E ambulance; 2 ^E police.