

Commitment pour athlètes de la promotion de la relève

Lucerne, 14.08.2017 / UJE

Définition

A willingness to give your time and energy to something that you believe in and/or a promise or firm decision to do something

Se reconnaître et s'engager pour le sport de performance

Questions à se poser

Chaque athlète doit intensivement se poser chaque année les questions suivantes:

- Est-ce que je connais mes objectifs pour le sport de performance?
- Est-ce que je suis conscient des exigences de ces objectifs ?
- Est-ce que je suis prêt à m'investir en temps et à l'application nécessaire ?
- Est-ce que je suis prêt à collaborer avec autres athlètes et entraîneurs même dans des phases difficiles ?
- Est-ce que je connais les bénéfices possibles au sujet du sport de performance ?

T'es prêt pour le sport de performance si tu peux répondre positivement aux questions mentionnées.

Etablir un commitment et son contenu

Le commitment est un document personnel manuscrit de 5 à 10 phrases. Il contient une déclaration de tes intentions concernant les points suivants, librement interprétés :

- Sa disposition envers le sport de performance;
- Objectifs de court (annuelle) et de longue durée (cycles de quatre ans) ;
- Ses mobiles de pratiquer le sport de performance ;
- Sa disposition de participer de manière complet toutes entraînements, compétitions et réunions ;
- Sa disposition de s'intégrer dans une équipe et de respecter les ordres.

Ecrit que ce que tu peux défendre.

Un Commitment doit convaincre les entraîneurs et experts de t'intégrer dans un centre régional de performance.