

# Livret des joueurs et joueuses du RCO

Babys - Moins de 6 ans - Moins de 8 ans



# BIENVENUE AU RUGBY CLUB ORLEANS

Tu viens d'essayer le rugby et tu t'es beaucoup amusé sur le terrain. Voilà 2 ou 3 petites choses à savoir pour continuer à t'entraîner avec tes nouveaux copains et copines.

## Le sac de Rugby

Dans ton sac tu dois mettre :

- Un short ou un collant
- Un tee shirt
- Une 24
- paire de chaussettes
- Un jogging de rechange
- Une serviette
- Du savon
- Une gourde
- Des crampons
- Un protège dent (obligatoire)



Demande à tes parents de mettre ton nom sur tous tes vêtements pour les retrouver au bord du terrain !

## L'entraînement

Viens te présenter à ton éducateur au début de l'entraînement et reste avec lui jusqu'à ce que tes parents arrivent à la fin de l'entraînement après ta douche.

Pense à arriver 15 minutes avant l'heure et à faire prévenir si tu ne peux pas t'entraîner.



# Quelques petites règles...



Tes éducateurs sont aussi allés à l'école pour apprendre le Rugby ! Ils vont bien s'occuper de toi pour que tu apprennes sans te blesser et en prenant plaisir à jouer.

Ils te salueront quand tu arrives, t'écouteront quand tu poseras des questions. Fais la même chose !

Tes entraîneurs vont porter plein de matériel et de ballons sur le terrain. Ils te demanderont de participer et de jouer avec tous les autres joueurs même si tu ne les connais pas encore bien. Ecoute bien les consignes !

Quand l'équipe partira rencontrer d'autres enfants qui apprennent comme toi dans d'autres club, tu prendras le bus avec les copains.

Tout le monde connaît le Rugby Club d'Orléans alors pas de bêtises ! Salue tous les adultes, laisse le vestiaire bien rangé et ne casse rien.

Ta famille peut venir t'encourager au bord du terrain mais dis leur bien que tu es en train d'apprendre et que ce n'est pas grave si tu ne réussis pas du premier coup. Tu y arriveras la prochaine fois ! Ton éducateur sait comment t'apprendre.

D'autres enfants ou parfois des grands viendront arbitrer tes matches. Eux aussi sont à l'Ecole pour les arbitres mais connaissent bien les règles du jeu. Explique bien à tes parents que sur un terrain de rugby l'arbitre a toujours raison et qu'il ne faut pas discuter !



# Vie de club au RUGBY CLUB ORLEANS

Certains de tes éducateurs jouent aussi au Rugby Club Orléans. Ils ont besoin de toi quand ils jouent des matches au stade d'Orléans.

Demande à tes parents de venir encourager ton éducateur et son équipe !

Explique à tes parents que ton équipe participe à plein de fête pendant l'année et qu'ils pourront rencontrer les autres parents.

- Au début de l'année pour la fête de rentrée
- A Noël pour préparer le sapin dans le club house
- Pendant les matches des grands et des très grands
- Au printemps pour faire la chasse aux œufs
- Au Trophée Jeanne d'Arc, le tournoi du club

Il y en aura peut-être d'autres mais c'est une surprise !



Si tu es assez grand, il y a même des stages pendant les vacances. Demande à tes parents de se renseigner auprès de ton éducateur.

## Pour les parents

Vous avez la possibilité de retrouver toutes les informations nécessaires sur le site du Rugby Club Orléans : <https://rugbycluborleans.com>.

Vous pouvez aussi nous suivre sur les réseaux sociaux, Facebook et Instagram

Le ou la dirigeante de la catégorie de votre enfant reste votre interlocuteur principal, n'hésitez pas à lui poser toutes vos questions.



