

REGOLAMENTO ATTIVITA' SETTORE GIOVANILE

A.S.D. SOCIETA' ATLETICA VALCHIESE

Il presente Regolamento dovrà essere sottoscritto dall'atleta e dai genitori dell'atleta.

Il Regolamento contiene una serie di norme di comportamento, che dovranno essere rigorosamente osservate e che hanno l'intento di favorire la realizzazione del progetto socio - educativo e sportivo dell'**A.S.D. Società Atletica Valchiese**.

NORME GENERALI

Ogni Socio/atleta qualunque sia il suo ruolo:

- a) Ha il dovere di tenere nei confronti degli altri Soci un atteggiamento di massimo rispetto sia nel linguaggio che nei modi;
- b) Durante lo svolgimento delle attività pubbliche, rappresenta l'**A.S.D Società Atletica Valchiese** ed è pertanto tenuto ad un comportamento improntato alla massima serietà, correttezza e lealtà, ispirandosi sempre ai principi fondanti dell'Associazione.

NORME ED INDICAZIONI COMPORTAMENTALI

Partecipa alle attività dando sempre un senso a ciò che stai facendo. Impegnati sempre in prima persona, senza demandare ad altri le tue responsabilità ed i tuoi compiti.

Nessuno ti obbliga a far parte dell'**A.S.D. Società Atletica Valchiese**; se lo vuoi fare devi avere un'adeguata mentalità sportiva e devi necessariamente impegnarti a rispettare e a far rispettare le seguenti semplici regole:

1. Ogni atleta è tenuto a comportarsi sempre educatamente in ogni occasione, trattando con il dovuto rispetto tutte le persone che operano all'interno dell'Associazione.



Porgi sempre il tuo saluto a chiunque.

Non usare linguaggi indecenti e tanto meno le bestemmie. Rispetta sempre i compagni, non deridere gli altri. Rivolgiti con toni pacati al tuo Istruttore, persona sulla quale potrai sempre contare.

2. Nello spogliatoio gli atleti dovranno tenere un comportamento corretto e nel pieno rispetto delle buone regole di educazione.

Ogni comportamento inadeguato sarà sanzionato e verrà chiesto il risarcimento per eventuali danni.

3. Le attività proposte dall'associazione, devono essere partecipate, rispettate ed onorate.
4. I programmi di allenamento saranno predisposti dall'Allenatore/ Istruttore.
Il calendario gare, notizie ed informazioni di vario genere sono reperibili attraverso la lettura dei comunicati pubblicati sul sito web e sui gruppi whatsapp.
Per essere sempre aggiornati in tempo reale per tutte le attività, è buona norma consultare il sito della società: <http://www.atleticavalchiese.it>
5. L'Atleta deve curare la propria salute, assumendo stili di vita consoni alla pratica sportiva (alimentazione, igiene, riposo, ecc.)

ALLENAMENTI

6. Presentarsi all'allenamento sempre puntuali. L'orario che viene comunicato indica l'ora entro la quale dovrete essere pronti ad iniziare l'allenamento, in campo. La puntualità è una forma di rispetto verso le persone che vi seguono e verso i vostri compagni.



7. Portate il massimo rispetto per la palestra, il campo, le attrezzature ivi contenute. Collabora nel rimettere a posto l'attrezzatura utilizzata.
8. Per gli allenamenti in palestra munitevi di doppio paio di scarpe e di maglietta di ricambio. Portare sempre nello zainetto kii- way, cappellino, borraccia con acqua. Nel periodo invernale chi esce a correre dovrà indossare dispositivi catarifrangenti o illuminanti (bretelle catarifrangenti, frontalino) in modo da essere ben visibili.
- 9.. Durante le spiegazioni, ascoltate con la massima attenzione, non parlate con i compagni.



Il telefonino lascialo a casa, il tuo collo ringrazia e vedrai quante emozioni al campo e in palestra altro che "clash of clans"!!!!!!

ASSENZE

10. Eventuali assenze devono essere comunicate ai propri Allenatori/Istruttori.
11. Ricordate che le troppe assenze non aiutano il percorso di crescita e il percorso previsto dal calendario.

IGIENE PERSONALE E SALUTE

12. Ogni atleta è responsabile del proprio stato di salute, e restare in buona salute permetterà un'attività costante e prolungata.

13. L'alimentazione è molto importante, prima di un impegno sportivo, poiché fornisce il giusto sostentamento all'attività stessa; fai attenzione perché non tutti i cibi sono uguali e i tempi sono altrettanto importanti.

Prima di ogni attività sportiva:

- mangiare in anticipo di almeno un paio d'ore;
- evitare il consumo di bevande gassate, nutella, latte, fritti e salumi.

GARE

14. L'allenatore /Istruttore stilerà un calendario gare, che vi sarà reso noto con i canali informativi sopra indicati, alle quali è opportuno partecipare. Vi chiediamo di attenervi alle direttive consigliate per far crescer nel tempo l'atleta non di oggi ma di domani.

15. Assicuratevi sempre di avere con voi il documento di identità.

16. Nel rispetto di tutti gli atleti è importante arrivare sul luogo prefissato all'ora comunicata dall'Allenatore/Istruttore, ed è cosa gradita ricevere tempestivamente un avviso in caso contrario.

Qualora il trasporto avvenga con il pulmino sociale ti invitiamo a rimanere seduto in modo composto e parlare con un tono adeguato affinché non venga disturbato l'autista.

17. Siate orgogliosi di rappresentare la **A.S.D. Società Atletica Valchiese** in campo, indossando il materiale da gara e di rappresentanza durante gli eventi ufficiali, abbiatene cura.

18. Comportatevi in modo irreprensibile, non conducete azioni pericolose per voi e i vs. compagni.

19. Portate sempre con voi capi asciutti per il cambio dopo la gara. Se non sapete bene cosa portare rivolgetevi al vs. Istruttore che sarà felice di fornirvi le informazioni necessarie.

PER I GENITORI

L'esperienza di tanti anni in palestra ci insegna che i genitori sono parte attiva del progetto e quanto sia importante il loro coinvolgimento: "attivo" e "propositivo".

'Remando' nella stessa direzione della società sarà possibile crescere giorno dopo giorno con grande slancio.

Come in ogni squadra di canottaggio servono regole per muovere l'imbarcazione in modo veloce e proficuo.



Prendete a cuore le seguenti direttive che la società si impegnerà a far rispettare:

- a. aiutare gli allenatori e i dirigenti dell'**A.S.D. Società Atletica Valchiese** al rispetto del sopra indicato regolamento, sarà di grande importanza nel percorso educativo dei vostri figli;
- b. vivere l'Attività Sportiva del proprio figlio con entusiasmo, è molto importante;

c. avere un dialogo con l'allenatore del gruppo del proprio figlio. L'allenatore/istruttore sarà a vostra disposizione ogni volta che lo si riterete opportuno. Avere dei chiarimenti nel rispetto reciproco dei ruoli, dei modi e dei tempi aiuta a capire quale sia il lavoro svolto.

d. l'attività sportiva non deve essere un mezzo coercitivo nell'educazione dei propri figli: di conseguenza non è corretto utilizzare il ricatto dell'allenamento per ottenere il rispetto delle regole familiari .

e. assumere un atteggiamento sempre positivo nei confronti degli allenatori e dei giudici.

g. non è consentito parlare con i ragazzi durante lo svolgimento degli allenamenti, in caso di emergenze sarà possibile parlare con l'assistente del gruppo per sottoporre la problematica. E' ns. desiderio che l'allenamento sia un confronto fra pari e uno spazio libero pertanto chiediamo di non essere assidui nelle presenze in campo e in palestra.

g. chiediamo di essere informati circa medicinali assunti dall'atleta e di eventuali problematiche che potrebbero essere di estrema importanza per l'allenamento. (problemi ortopedici, asma etc)

PROVVEDIMENTI DISCIPLINARI

Chiunque non dovesse osservare i principi e le norme presenti nel presente Regolamento potrebbe incorrere in provvedimenti disciplinari che andrebbero dal richiamo scritto, alla sospensione dagli allenamenti, o al definitivo allontanamento dall'Associazione.

RESPONSABILITA'

L'**A.S.D. Società Atletica Valchiese** declina ogni responsabilità per eventuali incidenti, furti o danni subiti all'interno degli impianti sportivi per comportamenti che vanno oltre all'attività sportiva e i responsabili saranno chiamati a risarcire eventuali danni recati oltre a subire i provvedimenti disciplinari sanzionati dalla società senza ulteriori motivi di polemica e discussione.

L'**A.S.D. Società Atletica Valchiese** è responsabile degli atleti dall'entrata dei locali o spazi ritenuti idonei per gli allenamenti o gare (palestra, campo sportivo, etc.)

Vi ricordiamo che una volta terminati gli allenamenti, fuori dai locali o spazi ritenuti idonei, la responsabilità è del genitore.

NORME FINALI

Per tutto quanto non previsto dal presente Regolamento occorre fare riferimento ai regolamenti deliberati anche successivamente, dagli organi sociali validamente costituiti, alle norme del Codice Civile e per quanto non in contrasto con gli strumenti normativi citati, ai regolamenti degli Enti di promozione sportiva o Federazioni a cui l'Associazione è affiliata ed ai regolamenti del CONI.

Il presente regolamento dovrà essere sottoscritto, ogni anno sportivo.

Il presente regolamento sarà inoltre dato in visione a tutti i dirigenti, allenatori/istruttori ed eventuali collaboratori dell'**A.S.D. Società Atletica**.

Potrà essere modificato in ogni momento dal Consiglio Direttivo, dando nuova informativa a tutti i soci.

ACCETTAZIONE REGOLAMENTO

Il sottoscritto _____ dichiara di aver preso visione del Regolamento dell' **A.S.D. Società Atletica Valchiese, del 05/04/2017**, accettarne totalmente i principi, le indicazioni comportamentali e le norme tutte.

Storo, li _____

Firma socio minorenni _____

Firma dei genitori _____

(o di chi esercita la potestà genitoriale)

Inoltre:

1. AUTORIZZO , che dopo il ritrovo in palestra e al campo , si possano utilizzare per correre ed esercitarsi spazi anche esterni come prati, piste ciclabili e talvolta sentieri, marciapiedi e strade rurali e comunali.
2. AUTORIZZO che la sorveglianza durante gli allenamenti , in palestra, al campo, negli spazi esterni e alle gare venga fatta in modo generica e non Ad personam.
3. AUTORIZZO la Società Atletica Valchiese , una volta terminato l'allenamento al campo come in palestra , a lasciare libero l'atleta di far ritorno a casa in modo autonomo.

Storo, li _____

Firma dei genitori _____

(o di chi esercita la potestà genitoriale)

Il presente modulo firmato dovrà essere consegnato ai referenti