

REGULAMIN

UKS „Carramba” Katowice

§ 1.

Regulamin jest ogłaszany nowo przyjętym członkom Klubu lub udostępniany do wglądu w dniu podpisania deklaracji przyjęcia do Klubu i od tego dnia wchodzi w życie. Regulamin obowiązuje do dnia odwołania lub zmiany.

§ 2.

We wrześniu każdego roku przeprowadzany jest nabór do sekcji. Rodzice zainteresowani zapisem córki do Klubu zgłaszają się do trenera w godzinach treningu. Trener decyduje czy dziecko posiada wymagane predyspozycje somatyczne, koordynacyjne, gibkościowe i na tej podstawie może przyjąć do Klubu nową gimnastyczkę. Wstąpienie do Klubu poza okresem naborowym jest możliwe tylko i wyłącznie przy szczególnych predyspozycjach dziecka lub przy małej liczbie zawodniczek w Klubie.

§ 3.

Rodzice zainteresowani zapisem dziecka do Klubu otrzymują do podpisu deklarację zobowiązującą do przestrzegania Regulaminu klubu, a także do wyjazdu dziecka na dwa obowiązkowe obozy sportowe w ciągu roku / obowiązuje zawodniczki grupy wyczynowej w wieku od 6 lat/ i do wzięcia udziału w 2-4 seminariach szkoleniowych w ciągu całego roku szkolnego jeżeli takie zostaną zorganizowane przez Klub.

§ 4.

Zawodniczki grupy wyczynowej / obowiązuje od wieku 6 lat / mają obowiązek uczestniczenia w obozach, które odbywają się: podczas ferii zimowych oraz podczas wakacji letnich (każdy z nich trwa 10- 14 dni) oraz wzięcia udziału w 2-4 seminariach szkoleniowych w ciągu całego roku szkolnego.

§ 5.

Dopuszcza się nieobecność na obozie w przypadku poważnej choroby lub kontuzji po konsultacji z lekarzem sportowym.

§ 6.

Czas wolny od treningów podczas całego roku obejmuje okresy najważniejszych Świąt Państwowych oraz Świąt Kościelnych, a także część wakacji letnich.

§ 7.

Rodzice dzieci wstępujących do Klubu wpłacają jednorazową składkę wpisową, wnoszą co miesiąc składkę członkowską, roczną opłatę na komitet klubowy, opłacają wydatki związane z zakupem obowiązkowych kostiumów treningowych (zamówienia składa się u trenera- kostiumy muszą być jednolite dla całej grupy) , przyborów do gimnastyki artystycznej, kostiumów startowych, napalcówek (baletek charakterystycznych dla gimnastyki artystycznej), wydatki związane z wyjazdami na obowiązkowe obozy sportowe, z wyjazdami na zawody, a także inne bieżące wydatki. Składki są stałe przez cały sezon treningowy i nie ulegają zmianie przy niedyspozycji dziecka.

§ 8.

Wszystkie zawodniczki grupy wyczynowej zgłaszane są w lutym do Polskiego Związku Gimnastyki Artystycznej. Otrzymują one Legitymacje Zawodnicze uprawniające do startów w zawodach okręgowych oraz ogólnopolskich.

§ 9.

Dwa razy w roku zawodniczki przechodzą obowiązkowe badania przeprowadzane przez lekarza sportowego. Wyniki te świadczą o „zdolności sportowej” do uprawiania Gimnastyki Artystycznej i są wpisywane do Licencji Zawodniczej. Kontakt do przychodni medycyny sportu jest dostępny u trenera. Rodzic sam we własnym zakresie umawia się na termin badania. Wszystkie zawodniczki biorące udział w zawodach sportowych mają obowiązek ubezpieczenia się w klubie grupowo na imprezy sportowe w terminie przedstawionym przez trenera.

§ 10.

Dla zawodniczek grupy wyczynowej obecność na wszystkich przewidzianych dla tej grupy treningach oraz na zawodach, na które trener wydelegował zawodniczki jest obowiązkowa. Nieobecność na zajęciach usprawiedliwia się zaświadczeniem lekarskim do siedmiu dni od pierwszego dnia nieobecności. Każdą nieobecność, której przyczyną nie jest zły stan zdrowia należy poprzedzić osobistą lub telefoniczną informacją. Wypadki szczególne, w których nie byłoby możliwości poprzedzenia nieobecności odpowiednią informacją należy jak najszybciej zgłosić. Nie stawienie się na zawodach wyznaczonych przez trenera bez osobistego usprawiedliwienia tej nieobecności na co najmniej tydzień przed przewidzianą datą rozpoczęcia zawodów skutkować będzie zawieszeniem praw członka na okres 3 miesięcy. Zawieszenie w prawach członka Klubu nie zwalnia z opłacania składek.

§ 11.

Dłuższa nieobecność na treningach (od kilku tygodni do 3 miesięcy) jest możliwa jedynie w wypadku poważniejszej kontuzji zawodniczki wymagającej odpowiedniej rehabilitacji (zwichnięcie, skręcenie, złamanie w obrębie narządu ruchu) lub w wypadku choroby przewlekłej, a także choroby zakaźnej wymagających okresu wolnego od intensywnego wysiłku fizycznego w celu powrotu do stanu zdrowia zapewniającego zawodniczkę zdolność do uczestnictwa w treningach sportowych. O potrzebie dłuższej przerwy w treningach decyduje lekarz sportowy.

§ 12.

Podczas trwania treningów zawodniczki obowiązuje „szczególna dyscyplina”: na treningu nie wolno: rozmawiać, jeść, pić, należy uważnie słuchać wskazówek trenera i maksymalnie koncentrować się na wykonywanym ćwiczeniu. Przy braku dyscypliny zawodniczka może zostać wykluczona z danych zajęć na określony przez trenera czas. Wykluczona z zajęć zawodniczka wykonuje zadaną przez trenera karę w postaci ćwiczeń lub siada na ławce, ale nigdy nie opuszcza sali. Wykluczenie z zajęć może nastąpić również na dłuższy okres czasu, kiedy zawodniczka wykaże się szczególnym brakiem dyscypliny na zajęciach. W tym wypadku rodzice nie przeprowadzają dziecka na trening przez czas określony przez trenera.

§ 13.

Zawodniczki przychodzą na zajęcia 15 minut przed rozpoczęciem treningu, przebierają się w szatni i są gotowe do treningu punktualnie o wyznaczonej godzinie rozpoczęcia zajęć. Zawodniczki spóźnione nie biorą udziału w treningu. Na zajęciach

obowiązuje jednolity strój sportowy ustalony przez zarząd klubu: czarne jednakowe kostiumy, spodenki, spodnie , koszulki, białe skarpety bez wzorów oraz napalcówki. Fryzura w formie koka powinna być ułożona przed wejściem na salę.

§ 14.

Na czas trwania zajęć rodzice opuszczają salę sportową.

§ 15.

Wszelkie pytania związane z działalnością Klubu oraz jakiegokolwiek niejasności rodzic powinien zgłaszać Prezesowi Klubu po uprzednim umówieniu się na spotkanie, w dalszej kolejności niejasności będą wyjaśniane na drodze rozmowy.

Podważanie autorytetu Zarządu Klubu, Kierownika Sekcji, Trenerów, Instruktorów przez rodziców będzie traktowane jako działanie na szkodę Klubu, jego następstwem może być wykluczenie z Klubu.

§ 16.

Wykluczenie z grupy wyczynowej może nastąpić w wyniku:

- Długiej nieobecności (powyżej dwóch tygodni) na treningach bez żadnej informacji o jej powodach.
- Braku zaświadczenia lekarskiego przy nieobecności, braku wyjaśnienia nieobecności, której przyczyną nie jest zły stan zdrowia lub nie zakwalifikowaniu przez trenera tej nieobecności do szczególnych wypadków.
- Nie wzięcia udziału w jednym z obozów z przyczyn innych niż zdrowotne- przyczyny zdrowotne muszą zostać potwierdzone przez lekarza sportowego.
- Nie zaliczenia obowiązkowej klasy sportowej dyktowanej wiekiem sportowym.
- Nie przestrzegania Regulaminu klubu

Po wykluczeniu z grupy wyczynowej jest możliwość uczestniczenia w zajęciach grupy rekreacyjnej.

Nie przestrzeganie Regulaminu Klubu może również być przyczyną wykluczeniem z Klubu jeśli tak zdecyduje Zarząd Klubu.

§ 17.

Zawodniczki kwalifikują się do określonych klas sportowych według Przepisów Polskiego Związku Gimnastyki Artystycznej. Jest to zależne od roku urodzenia zawodniczki.

§ 18.

Zawodniczki uprawiające Gimnastykę Artystyczną w UKS Carramba dzieli się na zawodniczki o statusie rekreacyjnym, naborowym oraz wyczynowym. Kwalifikacja do grupy zawodniczek wyczynowych następuje na podstawie egzaminu sprawnościowego oraz na podstawie wyników sportowych. Grupa zawodniczek wyczynowych może obejmować 10 - 15 zawodniczek. Zawodniczki wyczynowe mogą otrzymać dofinansowanie do wyjazdów na zawody, które wskaże Zarząd Klubu jeśli pozwalają na to zasoby finansowe Klubu.

§ 19.

Wymiar godzin treningowych jest ustalany przez trenera. Zawodniczki , które zakwalifikują się do grupy wyczynowej uczestniczą w obowiązkowych treningach 4-6 razy tygodniowo, w zależności od fazy cyklu treningowego. Opłata miesięczna za udział w zajęciach nie ulega zmianie w ciągu 1 sezonu treningowego (wrzesień-czerwiec). Zajęcia dodatkowe dla zawodniczek wyczynowych są organizowane w miarę możliwości finansowych Klubu.

§ 20.

Składki członkowskie są wpłacane na konto klubowe, są one ustalone na Walnym Zebraniu Zarządu przez Zarząd Klubu i wynoszą:

- Grupa wyczynowa 255 zł – zniżka przy wpłacie do 2 go dnia miesiąca z góry 30 zł (Rajskie Ptaki) –Klub gwarantuje 10 godzin treningowych w tygodniu, a w miarę możliwości więcej jednostek treningowych w różnych oddziałach (Katowice, Chorzów, Zabrze, Bytom), z wykluczeniem Świąt i innych dni wolnych w ciągu roku szkolnego,
- Grupa naborowa 190/170/170 zł – zniżka przy wpłacie do 2 go dnia miesiąca z góry 30 zł (Koliberki/Motylki/Baby Gym) – Klub gwarantuje 4 (Koliberki), 2,5 (Motylki), 1,5 (Baby Gym) godzin treningowych w tygodniu, z wykluczeniem Świąt i innych dni wolnych w ciągu roku szkolnego,
- Grupa rekreacyjna 190 zł – zniżka przy wpłacie do 2 go dnia miesiąca z góry 20 zł - Klub gwarantuje 3 godziny treningowe w tygodniu, z wykluczeniem Świąt i innych dni wolnych w ciągu roku szkolnego,
- Opłata za jedną godzinę zajęć indywidualnych wynosi 80 zł - wpłata gotówką przed zajęciami.
- Opłata za jedną godzinę zajęć dla nowych dzieci przed wypełnieniem deklaracji członkowskiej wynosi 35 zł - wpłata gotówką przed zajęciami.

§ 21

Składki członkowskie za lipiec i sierpień wynoszą: 130 zł za miesiąc. Są to miesiące wolne od zajęć. Przy wpłatach do 2-go dnia miesiąca obowiązuje zniżka 30 zł.

§ 22

Wpłacone składki nigdy nie ulegają zwrotowi.