

REGULAMIN KLUBU

RG LEGIA WARSZAWA

§ 1.

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

§ 2

Klub RG Legia Warszawa działa jako stowarzyszenie w oparciu o Statut Klubu.

§ 3.

We wrześniu każdego roku przeprowadzany jest nabór do grup gimnastyki artystycznej. Rodzice lub opiekunowie prawni zainteresowani zapisaniem dziecka do Klubu zgłaszają się do trenera w godzinach określonych przez Zarząd Klubu i ogłoszonych na www.rglegia.pl. Trener decyduje czy dziecko posiada wymagane predyspozycje somatyczne, koordynacyjne, gibkościowe i na tej podstawie może przyjąć do Klubu i danej grupy nową gimnastyczkę. Zarząd Klubu może ogłosić dodatkowe nabory w ciągu roku szkolnego. Wstąpienie do Klubu poza okresem naborowym jest możliwe tylko i wyłącznie przy szczególnych predyspozycjach dziecka po ocenie przez trenera lub przy małej liczbie zawodniczek w Klubie.

§ 4.

System szkoleniowy Klubu obejmuje podstawowe szkolenie gimnastyczne i szkolenie zaawansowane. Jego szczegółowy opis znajduje się w odrębnym dokumencie i jest dostępny do wglądu w Zarządzie Klubu i u Trenerów prowadzących grupy.

§ 5.

Rodzice zainteresowani zapisaniem dziecka do Klubu otrzymują do podpisu deklarację zobowiązującą do: przestrzegania Regulaminu Klubu, Regulaminu uczestnictwa w zajęciach sportowych, zakupu klubowego stroju treningowego, a także do wyjazdu dziecka na jeden obowiązkowy obóz sportowy w ciągu roku. 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 zimowych i letnich.

§ 7.

Rodzice dzieci wstępujących do Klubu wpłacają:

1. jednorazową składkę wpisową,
2. co miesiąc składkę członkowską z wyłączeniem wakacji, pod warunkiem nie organizowania w tym czasie treningów,
3. składki związane z treningami indywidualnymi zawodniczek (jeśli się na takie zdecydują),
4. składki na wydatki związane z wyjazdami na obowiązkowe obozy sportowe, z wyjazdami na niektóre zawody, a także inne bieżące wydatki.

Uśredniona wysokość miesięcznych składek członkowskich ustalona jest na takim poziomie, aby na przestrzeni całego roku szkolnego pokryły one wszystkie planowane przez Zarząd Klubu przed rozpoczęciem sezonu treningowego koszty związane z prowadzeniem zajęć. W związku z tym wysokość składki nie ulega zmianie w przypadku nieobecności dziecka na treningu czy pojedynczych dni wolnych od zajęć sportowych.

Wysokość składki miesięcznej może wyjątkowo zostać obniżona przez Zarząd Klubu na wniosek rodzica, gdy niedyspozycja dziecka w wyniku choroby przekracza 2 tygodnie i jest to potwierdzone zwolnieniem lekarskim.

§ 8.

Zawodniczki grup zaawansowanych zgłaszane są na wniosek trenera do Polskiego Związku Gimnastycznego. Otrzymują one licencje 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. Rodzice we własnym zakresie umawiają dziecko na badania.

§ 10.

Dla zawodniczek grup zaawansowanych obecność na wszystkich przewidzianych dla tej grupy treningach jest obowiązkowa. Nieobecność 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.

§ 11.

Dłuższa nieobecność na treningach (do 3 miesięcy) jest możliwa jedynie w wypadku poważniejszej kontuzji 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 treningów zawodniczki obowiązują dyscyplina. Na treningu nie wolno rozmawiać ani jeść, 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 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 przypadku rodzice nie przyprowadzają dziecka na trening przez czas określony przez trenera.

§ 13.

Zawodniczki przychodzą na zajęcia 10 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 obowiązują jednolity strój sportowy ustalony przez zarząd klubu: 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.

Trenerzy nie udzielają informacji o postępach dzieci po każdym treningu. Jeżeli pojawi się problem, trener danej grupy będzie się kontaktował bezpośrednio z opiekunami dziecka. Raz na kwartał będą odbywały się dni otwarte dla rodziców, podczas których będzie możliwość indywidualnego spotkania z trenerem i rozmowy na temat postępów dziecka.

Wszelkie pytania związane z działalnością Klubu oraz jakiegokolwiek niejasności rodzic powinien zgłaszać drogą elektroniczną uks@rglegia.pl lub osobiście do Zarządu Klubu po uprzednim umówieniu się na spotkanie.

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

§ 16.

Wykluczenie z grup zaawansowanych 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.
- Nieuczestniczenia w jednym z obozów z przyczyn innych niż zdrowotne; przyczyny zdrowotne muszą zostać potwierdzone przez lekarza sportowego.
- Niezaliczenia obowiązkowej klasy sportowej dyktowanej wiekiem sportowym.
- Nieprzestrzegania Regulaminu Klubu.

Po wykluczeniu z grupy wyczynowej jest możliwość uczestniczenia w zajęciach innej grupy wskazanej przez trenera.

Nieprzestrzeganie Regulaminu Klubu może również być przyczyną wykluczenia z Klubu, jeśli tak zdecyduje Zarząd Klubu.

§ 17.

Zawodniczki kwalifikują się do określonych klas sportowych według przepisów Polskiego Związku Gimnastycznego. Jest to zależne od roku urodzenia zawodniczki.

§ 18.

Zawodniczki uprawiające gimnastykę artystyczną w RG Legia Warszawa dzieli się na zawodniczki o statusie rekreacyjnym, naborowym, sportowym oraz wyczynowym. Kwalifikacja do grupy zawodniczek wyczynowych następuje na podstawie egzaminu sprawnościowego oraz na podstawie wyników sportowych. Grupa zawodniczek wyczynowych może liczyć 10 - 30 osób. Zawodniczki grup zaawansowanych otrzymują 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 grup zaawansowanych uczestniczą w obowiązkowych treningach 4-6 razy tygodniowo, w zależności od fazy cyklu treningowego. Zajęcia dodatkowe dla zawodniczek grup zaawansowanych są organizowane w miarę możliwości finansowych Klubu. W ramach Klubu możliwe są zajęcia indywidualne z trenerem płatne zgodnie ze stawkami godzinowymi przyjętymi przez Zarząd.

§ 20.

Każdy członek uczestnik klubu zobowiązany jest do posiadania ważnego ubezpieczenia NNW, obejmującego uprawianie gimnastyki artystycznej, a także zaświadczenia od lekarza medycyny sportowej zezwalającego na uprawianie gimnastyki artystycznej.

Regulamin przyjęty przez Zarząd RG Legia Warszawa w dniu 31.08.2019.