

ΣΚΑ ΧΟΛΑΡΓΟΥ ΠΑΠΑΓΟΥ

ΕΣΩΤΕΡΙΚΟΣ ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ ΑΘΛΗΤΩΝ/-ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ (σελ. 1-2)

ΤΜΗΜΑ ΑΚΑΔΗΜΙΩΝ Α' (2019-20-21), ΑΚΑΔΗΜΙΩΝ Β' (2017-18),

ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ Α' (2014-15-16), ΠΡΟΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ Β' (2012*-13)

(*οι αθλητές και αθλήτριες γεννημένες το 2012 εντάσσονται στο αγωνιστικό τμήμα με τον αντίστοιχο εσωτερικό κανονισμό που ακολουθεί στις σελίδες 3 έως 8).

Σε περίπτωση που ο αθλητής είναι καινούργιος έχει δικαίωμα τριών (3) δοκιμαστικών προπονήσεων, (αφού συμπληρώσει το έντυπο εγγραφής και καταβάλει το ποσό της εγγραφής 15ευρώ).

Κατόπιν θα πρέπει να ενημερώσει την γραμματεία αν θα συμμετέχει ή όχι στο πρόγραμμα των προπονήσεων.

Κανένας αθλητής δεν μπορεί να εισέλθει για προπόνηση χωρίς την συμπλήρωση του εντύπου εγγραφής, την καταβολή της εγγραφής (15 ευρώ) και την αποδοχή του εσωτερικού κανονισμού.

Το ποσό της εγγραφής ορίζεται στα 15 ευρώ ετησίως.

Συνδρομές

Η ετήσια συνδρομή των τμημάτων ακαδημιών Α' και Β' ανέρχεται σε 230 ευρώ ετησίως (τρεις δόσεις των 85-85-60 ευρώ), ή 210 ευρώ εφάπαξ.

Η ετήσια συνδρομή των προαγωνιστικών τμημάτων ανέρχεται σε 250 ευρώ ετησίως (τρεις δόσεις των 85-85-80 ευρώ), ή 225 ευρώ εφάπαξ.

Εκπτώσεις

Το δεύτερο παιδί έχει έκπτωση 20% και το τρίτο παιδί είναι δωρεάν.

Εκπτώσεις επίσης δικαιούνται όσοι ανήκουν σε κάποια από τις παρακάτω κατηγορίες : τρίτεκνες, πολύτεκνες και μονογονεϊκές οικογένειες, καθώς και άνεργοι.

Στην περίπτωση που επιλέξετε την εφάπαξ καταβολή της συνδρομής, αυτή θα πρέπει να καταβληθεί μέχρι το τέλος του μηνός Οκτωβρίου για να ισχύει η έκπτωση.

Στην περίπτωση της επιλογής πληρωμής των τριών δόσεων, αυτές θα πρέπει να καταβληθούν μέχρι 15 Οκτώβρη, 15 Γενάρη και 15 Μάρτη, ανεξάρτητα αν ο αθλητής παρακολουθεί ή όχι όλες τις προπονήσεις, διότι ο Σύλλογος για την καλύτερη εξυπηρέτηση των αθλητών του προβαίνει σε προσλήψεις προπονητών για ολόκληρη την αγωνιστική περίοδο, χωρίς να μπορεί να λύσει την σύμβαση τους. Στην περίπτωση επιλογής της μηνιαίας συνδρομής θα πρέπει να εξοφλείται μέχρι την 1^η κάθε μήνα και το ποσό ανέρχεται στα 35 ευρώ.

Οι ενδιαφερόμενοι αθλητές και αθλήτριες θα πρέπει μέσα στην πρώτη εβδομάδα προπονήσεων να προσκομίζουν ιατρική βεβαίωση από παιδίατρο παθολόγο ή καρδιολόγο για τα τμήματα ΑΚΑΔΗΜΙΩΝ Α' & Β' και αποκλειστικά και μόνο καρδιολόγο σε ειδικό έντυπο για τα τμήματα ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ Α' & Β', ΦΥΣΙΚΗΣ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ, ΔΡΟΜΕΩΝ, ΥΠΟΨΗΦΙΩΝ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΝ ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ ΚΑΙ ΣΩΜΑΤΩΝ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ για να μπορούν να εισέλθουν στον αγωνιστικό χώρο.

ΣΚΑ ΧΟΛΑΡΓΟΥ ΠΑΠΑΓΟΥ

ΕΣΩΤΕΡΙΚΟΣ ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ ΑΘΛΗΤΩΝ/ΑΘΛΗΤΡΙΩΝ (σελ. 3-8)

ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ ΤΜΗΜΑ

Αθλητής/αθλήτρια του αγωνιστικού τμήματος του συλλόγου θεωρείται κάθε αθλητής που έχει δελτίο αθλητικής ιδιότητας στον Σ.Κ.Α. ΧΟΛΑΡΓΟΥ ΠΑΠΑΓΟΥ (Σ.Ε.Γ.Α.Σ.) και ανήκει στις κατηγορίες Κ14 (12-13 ΕΤΩΝ)* Κ16 (14-15 ΕΤΩΝ), Κ18 (16-17 ΕΤΩΝ), Κ20 (18-19 ΕΤΩΝ), Κ23 (20-21-22 ΕΤΩΝ), Α-Γ (23 ετών και άνω) και προπονείται αποκλειστικά και μόνο με προπονητή του Συλλόγου.

*(αναφερόμαστε στην μεγάλη χρονιά αθλητών που έχουν δικαίωμα συμμετοχής σε Πανελλήνιο πρωτάθλημα).

Κάθε αθλητής ή αθλήτρια πρέπει:

Να σέβεται τους συναθλητές του, τους προπονητές, τους αντιπάλους, τα μέλη του Δ.Σ., τους κριτές και γενικά να συμπεριφέρεται κόσμια εντός και εκτός των αθλητικών χώρων.

Να μην χρησιμοποιεί υβριστικές λέξεις και να μην προκαλεί προσωπικές αντιπαραθέσεις.

Να συμμετέχει στις προπονήσεις και να πειθαρχεί στις εντολές ή τις οδηγίες του προπονητή. (Να παρακολουθεί τουλάχιστον ένα ελάχιστο πλήθος απαιτούμενων προπονήσεων μηνιαίως όπως θα έχουν οριστεί από τον προπονητή και εγκριθεί από το Δ.Σ.) (Κ14 : 3-4 προπονήσεις /εβδομάδα, Κ16: 3-5 προπονήσεις/εβδομάδα, Κ18: 4-6 προπονήσεις/εβδομάδα, Κ20, Κ23, Α-Γ : 5-7 προπονήσεις/εβδομάδα, ή και διπλές προπονήσεις). Οι δύο πρώτοι αθλητές –τριες από όλες τις κατηγορίες που έχουν το μεγαλύτερο ποσοστό παρουσιών-προπονήσεων κατά την διάρκεια του έτους και το ποσοστό προπονήσεων είναι μεγαλύτερο από 85%, θα έχουν κάποιο προνόμιο που θα παρέχει ο σύλλογος. **Οι επίσημες ώρες των προπονήσεων των τμημάτων ανακοινώνονται πριν την έναρξη της αγωνιστικής χρονιάς ώστε οι ενδιαφερόμενοι να μπορούν να φτιάξουν το ημερήσιο-εβδομαδιαίο πρόγραμμα τους και αποκλίνει μόνο σε ειδικές περιπτώσεις και πάντα σε συνεννόηση με τον υπεύθυνο προπονητών. Το ετήσιο πλάνο της προπόνησης δομείται από τους ειδικούς προπονητές, είναι προσωπικό ή ομαδικό και απαγορεύεται η δημοσίευση, αντιγραφή και χρήση του προς τρίτους.**

Να συμμετέχει υποχρεωτικά σε όλα τα Διασυλλογικά και Πανελλήνια Πρωταθλήματα καθώς και σε συνεννόηση με τον προπονητή του σε όποιους άλλους αγώνες απαιτείται για την καλύτερη προετοιμασία του. Ο αγωνιστικός σχεδιασμός έχει την έγκριση του υπεύθυνου προπονητών καθώς και την έγκριση του Δ.Σ.

Εξαιρούνται κατά περίπτωση, οι συμμετέχοντες σε Πανελλήνιες εξετάσεις και οι τραυματίες αθλητές (μετά από εξέταση από τον γιατρό συνεργαζόμενο με τον σύλλογο και μόνο), μετά από εισήγηση και έγκριση του υπεύθυνου προπονητών του Συλλόγου.

Κατά την διάρκεια των αγώνων που συμμετέχει να αγωνίζεται με όλες του τις δυνάμεις για την ατομική και ομαδική νίκη, πάντοτε όμως στα πλαίσια του ευ αγωνίζεσθαι.

Να διάγει ομαλή ζωή και να φροντίζει την υγεία του, ιδίως κατά τις παραμονές αγώνων.

Να μην συμμετέχει σε άλλες αθλητικές δραστηριότητες χωρίς την έγκριση του προπονητή, ειδικά κατά την αγωνιστική περίοδο.

Να μην κάνει χρήση απαγορευμένων ουσιών, και για οποιαδήποτε υποστήριξη της διατροφής του –της (βιταμίνες, συμπληρώματα κλπ), **οφείλει** να ενημερώνει τον υπεύθυνο προπονητών.

Να προπονείται αποκλειστικά και μόνο με προπονητή των αγωνιστικών τμημάτων του Συλλόγου.

Αθλητής/τρια που αποκτηθεί με μεταγραφή ενώ προπονείται ήδη με προπονητή εκτός συλλόγου, θα πρέπει να υπογράψει τους κανονισμούς καθώς και να καταθέτει υπεύθυνη δήλωση ότι αποδέχεται τους όρους, με παρουσία του δικηγόρου του συλλόγου.

Την πρώτη Τετάρτη κάθε δεύτερου μήνα στις 18.45 θα γίνεται συνάντηση προπονητών, αθλητών, γονέων, παρουσία τουλάχιστον ενός μέλους του Δ.Σ. Σκοπός της συνάντησης είναι η από κοινού συζήτηση για θέματα που απασχολούν όλους τους παρευρισκόμενους, γύρω από την διαδικασία της προπόνησης (προπονήσεις, διατροφή, ψυχολογία, διαχείριση καταστάσεων κ.α.) . Στις συναντήσεις κατά περίπτωση και ανάλογα με το ενδιαφέρον θα παρευρίσκονται και ειδικοί επιστήμονες του χώρου (εργοφυσιολόγος, ψυχολόγος, γιατρός κλπ) μετά από συνεννόηση και ενημέρωση του συλλόγου προς τους συμμετέχοντες. Η πρώτη συνάντηση είναι προγραμματισμένη να γίνει στις 2/10/24.

Κάθε αθλητής πρέπει στην αρχή κάθε αγωνιστικής περιόδου, να συμπληρώνει το έντυπο της εγγραφής, να αποδέχεται τον εσωτερικό κανονισμό και να καταθέτει τα 15 ευρώ της εγγραφής για να μπορεί να ξεκινήσει τις προπονήσεις.

Σε περίπτωση που ο αθλητής είναι καινούργιος έχει δικαίωμα τριών (3) δοκιμαστικών προπονήσεων, (αφού συμπληρώσει το έντυπο εγγραφής και καταβάλει το ποσό της εγγραφής 15ευρώ, και αποδεχτεί τον εσωτερικό κανονισμό).

Κατόπιν θα πρέπει να ενημερώσει την γραμματεία αν θα συμμετέχει ή όχι στο πρόγραμμα των προπονήσεων.

Κανένας αθλητής δεν μπορεί να εισέλθει για προπόνηση χωρίς την συμπλήρωση του εντύπου εγγραφής, την καταβολή της εγγραφής (15 ευρώ) και την αποδοχή του εσωτερικού κανονισμού.

Το ποσό της εγγραφής ορίζεται στα 15 ευρώ ετησίως.

Συνδρομές

Η ετήσια συνδρομή των προαγωνιστικών και αγωνιστικών τμημάτων ανέρχεται σε 250 ευρώ ετησίως (τρεις δόσεις των 85-85-80 ευρώ), ή 225 ευρώ εφάπαξ και με την προϋπόθεση ότι θα τηρείται ο εσωτερικός κανονισμός.

Αθλητής ή αθλήτρια που επιθυμεί να συμμετέχει κανονικά στις προπονήσεις των αγωνιστικών τμημάτων αλλά δεν επιθυμεί ή δεν δίνει προτεραιότητα στις αγωνιστικές υποχρεώσεις του συλλόγου όπως ορίζονται από τον υπεύθυνο προπονητών και το δ.σ. του συλλόγου θα πρέπει να το δηλώσει στην αρχή της αγωνιστικής περιόδου και η ετήσια συνδρομή ανέρχεται στα 35 ευρώ τον μήνα ή στα 325 ευρώ εφάπαξ, στις ημερομηνίες που αναφέρονται πιο κάτω.

Εκπτώσεις

Το δεύτερο παιδί έχει έκπτωση 20% και το τρίτο παιδί είναι δωρεάν.

Εκπτώσεις επίσης δικαιούνται όσοι ανήκουν σε κάποια από τις παρακάτω κατηγορίες : τρίτεκνες, πολύτεκνες και μονογονεϊκές οικογένειες, καθώς και άνεργοι.

Στην περίπτωση που επιλέξετε την εφάπαξ καταβολή της συνδρομής, αυτή θα πρέπει να καταβληθεί μέχρι το τέλος του μηνός Οκτωβρίου για να ισχύει η έκπτωση.

Στην περίπτωση της επιλογής πληρωμής των τριών δόσεων, αυτές θα πρέπει να καταβληθούν μέχρι 15 Οκτώβρη, 15 Γενάρη και 15 Μάρτη, **ανεξάρτητα αν ο αθλητής παρακολουθεί ή όχι όλες τις προπονήσεις, διότι ο Σύλλογος για την καλύτερη εξυπηρέτηση των αθλητών του προβαίνει σε προσλήψεις προπονητών για ολόκληρη την αγωνιστική περίοδο, χωρίς να μπορεί να λύσει την σύμβαση τους. Στην περίπτωση επιλογής της μηνιαίας συνδρομής θα πρέπει να εξοφλείται μέχρι την 1^η κάθε μήνα.**

Ενήλικας αθλητής του συλλόγου έχει έκπτωση επί της εκάστοτε ετήσιας συνδρομής που ορίζει ο σύλλογος που έως σήμερα ορίζεται στα 120 ευρώ. και μόνο εφόσον την προηγούμενη

χρονιά αγωνίστηκε σύμφωνα με τον ισχύοντα εσωτερικό κανονισμό. Σε διαφορετική περίπτωση η τιμή της συνδρομής είναι 250 ευρώ ετησίως.

Το πρόγραμμα των προπονήσεων είναι καθημερινό και οι προπονητές είναι αυτοί που ορίζουν, σε συνεννόηση με τους αθλητές, το πλήθος των προπονήσεων που πρέπει να πραγματοποιούν οι αθλητές για την καλύτερη προετοιμασία τους.

Το σωματείο για την διευκόλυνση και φροντίδα των αθλητών του, που πληρούν τις παραπάνω προϋποθέσεις, προσφέρει μια σειρά παροχών:

Παροχές

Α' ομάδα παροχών : οι υποχρεωτικές παροχές εφόσον τηρούνται όλα τα παραπάνω.

Ειδικού ιατρού (αθλιάτρου-ορθοπεδικού), για τραυματισμούς που προκλήθηκαν κατά την διάρκεια προπόνησης ή αγωνιστικής δραστηριότητας του συλλόγου.

Ένδυση (αγωνιστική εμφάνιση)

Β' ομάδα παροχών : Οι παροχές αυτές εξαρτώνται κάθε φορά από την οικονομική ευχέρεια του συλλόγου.

1. Ένδυση (φόρμα αγώνων, ένδυση προπόνησης).
2. Τσάντα/Σακίδιο με την επωνυμία του Συλλόγου
3. Κάλυψη εξόδων μεταφοράς και διαμονής στα Πανελλήνια Πρωταθλήματα.
4. Εργομετρική αξιολόγηση.
5. Ταξίδι προετοιμασίας.
6. Βράβευση λόγω επιτυχιών.
7. Έκπτωση ή απαλλαγή συνδρομής σε περίπτωση επιτυχιών :

Αθλητής ανήλικος που κατατάσσεται από 1^η – 4^η θέση σε τελικό Πανελληνίου Πρωταθλήματος Ανοιχτού Στίβου σε ατομικό αγώνισμα ή 1η-4η θέση σε σκυταλοδρομία καθώς και 1η -6η θέση στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Ανωμάλου δρόμου και βαθμολογείται δικαιούται έκπτωση έως 50%, την επόμενη αγωνιστική χρονιά σε αθλητικό υλικό ή αθλητικές υπηρεσίες και εφόσον

πληρεί όλες τις προαναφερόμενες προϋποθέσεις, ανάλογα πάντα με την οικονομική κατάσταση του συλλόγου την παρούσα χρονική στιγμή.

Αθλητής ανήλικος που κατατάσσεται από 5η – 8η θέση σε τελικό Πανελληνίου Πρωταθλήματος Ανοιχτού Στίβου σε ατομικό αγώνισμα ή 5η-8η σε σκυταλοδρομία καθώς και 7η -12η θέση στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Ανωμάλου δρόμου και βαθμολογείται δικαιούται έκπτωση έως 30%, την επόμενη αγωνιστική χρονιά σε αθλητικό υλικό ή αθλητικές υπηρεσίες και εφόσον πληρεί όλες τις προαναφερόμενες προϋποθέσεις, ανάλογα πάντα με την οικονομική κατάσταση του συλλόγου την παρούσα χρονική στιγμή.

Αθλητής ανήλικος που κατατάσσεται από 9η-12η θέση σε Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Ανοιχτού Στίβου σε ατομικό αγώνισμα και 13^η- 20^η θέση στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Ανωμάλου δρόμου και βαθμολογείται, δικαιούται έκπτωση έως 20% την επόμενη αγωνιστική χρονιά σε αθλητικό υλικό ή αθλητικές υπηρεσίες και εφόσον πληρεί όλες τις προαναφερόμενες προϋποθέσεις, ανάλογα πάντα με την οικονομική κατάσταση του συλλόγου την παρούσα χρονική στιγμή.

Στην κατηγορία Κ16 αναφερόμαστε στην συνολική κατάταξη των αθλητών που προκύπτει από όλους τους ομίλους.

Αθλητής ενήλικος που κατατάσσεται από 1^η - 8^η θέση σε τελικό Πανελληνίου Πρωταθλήματος Ανοιχτού Στίβου σε ατομικό αγώνισμα ή 1η-4η θέση σε σκυταλοδρομία καθώς και 1η -12η θέση στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Ανωμάλου δρόμου και βαθμολογείται, δικαιούται έκπτωση έως 100% την επόμενη αγωνιστική χρονιά σε αθλητικό υλικό ή αθλητικές υπηρεσίες και εφόσον πληρεί όλες τις προαναφερόμενες προϋποθέσεις, ανάλογα πάντα με την οικονομική κατάσταση του συλλόγου την παρούσα χρονική στιγμή.

Αθλητής ενήλικος που κατατάσσεται από 9η-12η θέση σε Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Ανοιχτού Στίβου σε ατομικό αγώνισμα ή 5η-8η σε σκυταλοδρομία και βαθμολογείται δικαιούται έκπτωση έως 50% την επόμενη αγωνιστική χρονιά σε αθλητικό υλικό ή αθλητικές υπηρεσίες και εφόσον πληρεί όλες τις προαναφερόμενες προϋποθέσεις, ανάλογα πάντα με την οικονομική κατάσταση του συλλόγου την παρούσα χρονική στιγμή.

Αθλητής ανήλικος ή ενήλικος που εντάσσεται στην εθνική Ομάδα και εκπροσωπεί την χώρα σε διεθνείς αγώνες και κατατάσσεται στις θέσεις 1 στο πρωτάθλημα Ελλάδας Κύπρου ή στις θέσεις 1-4 στο βαλκανικό πρωτάθλημα ή στην 1-8^η θέση σε Ευρωπαϊκό πρωτάθλημα καθώς και 1-12 θέση σε παγκόσμιο πρωτάθλημα δικαιούται έκπτωση έως 100% την επόμενη αγωνιστική χρονιά σε αθλητικό υλικό ή αθλητικές υπηρεσίες και εφόσον πληρεί όλες τις προαναφερόμενες προϋποθέσεις, ανάλογα πάντα με την οικονομική κατάσταση του συλλόγου την παρούσα χρονική στιγμή.

Οι εκπτώσεις ισχύουν όταν οι αθλητές πληρούν όλες τις παραπάνω προϋποθέσεις που αναφέρονται, και καταβάλλονται μετά το πέρας των διασυλλογικών πρωταθλημάτων και μέχρι την λήξη της αγωνιστικής χρονιάς που ακολουθεί, είτε με έκπτωση συνδρομής είτε με παροχή αθλητικού υλικού, παροχή αθλητικών υπηρεσιών κ.α.

Ότι δεν προβλέπεται στον κανονισμό θα συζητείται κατά περίπτωση στο Δ.Σ.

Οι ενδιαφερόμενοι αθλητές και αθλήτριες θα πρέπει μέσα στην πρώτη εβδομάδα προπονήσεων να προσκομίζουν ιατρική βεβαίωση από παιδίατρο παθολόγο ή καρδιολόγο για τα τμήματα ΑΚΑΔΗΜΙΩΝ Α' & Β', και αποκλειστικά και μόνο από καρδιολόγο σε ειδικό έντυπο για τα τμήματα ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ Α' & Β', ΦΥΣΙΚΗΣ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ, ΔΡΟΜΕΩΝ, ΥΠΟΨΗΦΙΩΝ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΩΝ ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ ΚΑΙ ΣΩΜΑΤΩΝ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ για να μπορούν να εισέλθουν στον αγωνιστικό χώρο.