



## ANNO SPORTIVO 2023-2024 REGOLAMENTO

**COGNOME E NOME ATLETA:**

---

**E-MAIL** (scritta in maiuscolo) :

---

### **QUOTA ASSOCIATIVA:**

La quota associativa versata per l'anno sportivo 2023-2024 fa riferimento al periodo settembre 2023 - maggio 2024 comprende:

- partecipazione agli allenamenti per il periodo indicato (salvo le chiusure previste dal calendario scolastico)
- tessera annuale con assicurazione UISP (polizza base, consultabile su [www.uisp.it](http://www.uisp.it))

Non verrà in nessun caso rimborsata salvo gravi motivi documentati.

Sono esclusi dalla quota associativa: abbigliamento sportivo, eventuali trasferte/quota di iscrizione alle gare, tesseramenti per altri enti sportivi (FGI, etc.)

Eventuali riduzioni di orario degli allenamenti non prevedono riduzioni della quota pagata.

### **ALLENAMENTO E ABBIGLIAMENTO:**

- Le ginnaste potranno accedere in palestra solo in presenza dell'istruttrice; invitiamo i genitori a non lasciare sole le ginnaste prima dell'arrivo dell'istruttrice, e a verificare la presenza della stessa.
- Raccomandiamo la puntualità al termine degli allenamenti al fine di evitare spiacevoli inconvenienti.
- Nel caso un genitore ritenesse di lasciare la figlia prima dell'arrivo dell'istruttrice, l'Associazione non si assume nessuna responsabilità (né per infortuni, né per altri problemi che si dovessero verificare),
- Non è possibile iniziare dopo o finire prima dell'orario previsto dagli allenamenti (tranne casi sporadici e comunque avendo avvisato precedentemente l'istruttrice).
- Nel caso il genitore decida che la minore possa uscire dagli allenamenti è necessaria un'autorizzazione scritta e comunque sempre informare l'allenatrice.
- La presenza assidua agli allenamenti è importante per permettere un migliore apprendimento delle ginnaste, si raccomanda inoltre la puntualità.
- Le ginnaste dovranno collaborare all'allestimento della palestra (spostamento tappeti, e attrezzature) sia a inizio che a termine dell'allenamento per il riordino.
- Agli allenamenti è necessario presentarsi con abbigliamento sportivo idoneo (maglietta/canotta, pantaloncini attillati, top, tuta, ..) e con i capelli legati e ordinati. Ogni ginnasta dovrà portare 1 o 2 buste di ghiaccio o bomboletta di ghiaccio spray nel proprio zaino.  
Per ragioni di sicurezza non indossare collanine, orecchini e braccialetti.
- Ai genitori non è consentito assistere agli allenamenti, accedere agli spogliatoi (ad eccezione delle bambine della scuola dell'infanzia) sostare in palestra; vi chiediamo di rispettare questa regola al fine di permettere un migliore lavoro e ordine, ed evitare sovraffollamento e confusione
- L'Associazione non è responsabile di eventuali furti di oggetti di valore (cellulari, orologi, tablet, , etc), lasciati nello spogliatoio o in palestra; è vietato portare in palestra il cellulare.
- Eventuali comunicazioni all'istruttrice potranno essere fatte prima di inizio allenamento o al termine onde evitare di interrompere l'allenamento.
- Eventuali assenze prolungate (gite, malattie etc..) vanno comunicate alle istruttrici il prima possibile soprattutto in prossimità delle gare.
- È necessario che i genitori informino le istruttrici di eventuali problemi di salute (traumi, lesioni, etc..) o ogni informazione che ritenete utile;

### Associazione Sportiva Dilettantistica

- È necessario che i genitori informino tempestivamente le istruttrici di eventuali lesioni o traumi riportati in seguito ad un allenamento;
- In caso di infortunio avvenuto in seguito all'attività sportiva che preveda il ricorso al pronto soccorso e l'apertura della pratica assicurativa è necessario per la ripresa degli allenamenti un certificato medico in cui si attesta che la ginnasta può riprendere regolarmente l'attività. Ricordiamo inoltre che in caso di apertura di una pratica di sinistro non è possibile la partecipazione a gare e agli allenamenti in palestra;
- L'acquisto del body societario non è obbligatorio per le ginnaste dei corsi ad eccezione del caso in cui una ginnasta partecipi alle gare proposte. Nel caso di ginnaste del settore agonistico è necessario l'acquisto di tutto l'abbigliamento sportivo (body- tuta – borsa e maglietta)

#### **GARE:**

- Le istruttrici potranno proporre: gare individuali e a squadre, per le quali è prevista una quota di partecipazione (in genere circa € 12-15 ) a carico della famiglia che non potrà essere rimborsata in caso di mancata partecipazione; in caso di gare a squadre si raccomanda la correttezza e l'impegno che sarà vincolante per evitare spiacevoli inconvenienti.
- La partecipazione alle gare non è obbligatoria per le ginnaste dei corsi; l'istruttrice potrà prendere decisioni riguardo la partecipazione di ogni ginnasta a gare/campionati e verterà su criteri tecnici e su altri elementi (impegno, partecipazione agli allenamenti, puntualità, etc..)
- Nelle gare a squadra, ogni ginnasta verrà assegnato un ruolo ("titolare" o "riserva") tale ruolo potrà essere revocato in ogni momento per motivi tecnici o altro. Le ginnaste che ricopriranno il ruolo di riserva sono tenute a partecipare a tutti gli allenamenti e ad essere presenti in campo gara il giorno della competizione (anche nel caso si svolga fuori Torino) perché faranno parte a tutti gli effetti della squadra.
- Saranno a carico delle famiglie (e non verranno rimborsate in caso di mancata partecipazione):
  - le quote d'iscrizione alle gare
  - le spese di vitto, alloggio e trasporto e quant'altro relative alle trasferte.
  - Si rende noto che è entrato in vigore il nuovo decreto ministeriale Balduzzi che regola l'attività sportiva con l'esibizione di certificato medico annuale senza il quale non sarà possibile effettuare nemmeno la lezione di prova.

Vi ringraziamo per la vostra preziosa collaborazione

**Firma per presa visione e accettazione**

---