

GIMNOFRIELAS

Associação Desportiva, Cultural e Social de Frielas



REGULAMENTO DAS ATIVIDADES GÍMNICAS

GIMNOFRIELAS

Associação Desportiva, Cultural e Social de Frielas

REGULAMENTO DAS ATIVIDADES GÍMNICAS

Artigo 1º **Modalidades Desportivas**

1. As modalidades desenvolvidas na presente época são as seguintes:

M1 – Ginástica Acrobática

M11.1 – Formação	– GIF
M11.2 – Formação	– ESCFANQ
M12 – Pré-Competição	– PCOMP
M13 – Competição Base	– ACRO II
M14 – Competição (1ª e 2ª Div.)	– ACRO I

M2 – Ginástica Rítmica

M21 – Formação 1	– GRITFOR I
M22 – Grupos	– GRIT G
M23 – Competição	– GRIT I
M24 – Baby Gym	– GRITBABY
M25 – Competição Infantis	– GRITINF
M26 – Formação 2	– GRITFOR II
M27 – Representação	– GRITR I

2. O acesso às modalidades de Ginástica Acrobática e Rítmica (M1 e M2) é reservado aos sócios.

Artigo 2º **Instalações Disponíveis**

1. No Bairro das Queimadas, foi alugado um pavilhão que, após indispensáveis adaptações, funciona como ginásio para os treinos da ginástica acrobática (Formação, Pré-competição e Competição), bem como sendo a sede da Associação, incluindo um espaço para os serviços administrativos e uma sala para reuniões da direção.

§ único: A Direção é responsável pela gestão deste espaço, podendo ser autorizadas outras atividades mediante pedido formalmente expresso e fundamentado, com, pelo menos, 15 dias de antecedência.

2. Em regime de cedência, são ainda utilizados:
- a) O Pavilhão Multiusos de Frielas, cedido pela União de Juntas de Freguesia de SA Cavaleiros e Frielas;
 - b) O Pavilhão Paz e Amizade, em Loures, cedido pela Câmara Municipal de Loures;
 - c) O Pavilhão “O Fintas”, em Sete Casas;
 - d) O Ginásio da Escola Básica do Fanqueiro, em Loures.

GIMNOFRIELAS

Associação Desportiva, Cultural e Social de Frielas

REGULAMENTO DAS ATIVIDADES GÍMNICAS

Artigo 3º

Duração da época desportiva

1. A época desportiva geral decorre entre os meses de Setembro e de Julho do ano seguinte. Excetua-se a atividade da classe de Ginástica Acrobática de Competição (M14) que se prolonga para o mês de Agosto.
2. As aulas realizam-se de acordo com o horário previsto no anexo 1 do presente regulamento, salvo se, no caso de instalações em regime de cedência, coincidirem com feriados oficiais ou por impedimentos da responsabilidade das entidades cedentes das instalações.

Artigo 4º

Inscrição de Sócios

A inscrição de sócio só se torna efetiva perante as seguintes entregas:

- a) Ficha de Inscrição devidamente preenchida;
- b) Cópia do Cartão de Cidadão ou Documento de Identificação alternativo e com validade efetiva;
- c) Uma fotografia atual, tipo passe;
- d) Declaração de Tratamento de Dados Pessoais devidamente preenchida;
- e) Efetuar, ou ter efetuado por transferência bancária, os pagamentos previstos no anexo 2.

Artigo 5º

Reinscrição de Atletas

Para a reinscrição dos atletas apenas é necessário o disposto no artigo anterior quando haja atualização aos dados antes informados. Naturalmente, quanto à alínea e), deverá ser tida em conta a aplicação da tarifa de reinscrição que se prevê no anexo 2.

Artigo 6º

Equipamentos

1. A participação dos atletas em competições e representações implica que os mesmos usem os equipamentos oficiais do clube.
2. O custo da aquisição dos equipamentos (fato de treino e maillot de treino) é definido logo que possível e, após o seu uso, não são aceites devoluções.

GIMNOFRIELAS

Associação Desportiva, Cultural e Social de Frielas

REGULAMENTO DAS ATIVIDADES GÍMNICAS

Artigo 7º

Seguro Desportivo

1. O seguro desportivo é obrigatório para as modalidades de Ginástica Acrobática e Rítmica e é contratado à Federação de Ginástica de Portugal (FGP), nas condições por esta negociadas com a Seguradora e das quais depende o prémio a pagar e as respetivas coberturas.
2. Os atletas não federados estarão cobertos por um seguro autónomo contratado pelo clube em condições a definir logo que possível.
3. Procedimentos em caso de sinistro
 - a) A primeira responsabilidade em caso de sinistro recai sobre o treinador, ao qual incumbe fazer uma avaliação da gravidade da situação e proceder em conformidade, ou seja, prestar os primeiros socorros, solicitar a comparência da emergência médica (112), comunicando a ocorrência ao encarregado de educação do atleta e à Direção do Gimnofrielas logo que possível.
 - b) Confirmada a ocorrência de sinistro que justifique a sua comunicação à Seguradora e à FGP, haverá lugar ao preenchimento da respetiva participação, bem como ao pagamento, pelo encarregado de educação do atleta, da franquia que deverá depositada ou transferida para a conta com o IBAN: PT50 0035 0697 0055 7032 0394 8. (O valor da franquia é definido anualmente pela FGP).
 - c) O comprovativo do pagamento deverá ser entregue aos serviços administrativos do Gimnofrielas, o qual, por sua vez, o enviará à FGP, acompanhado da participação do sinistro devidamente preenchida e assinada pelo encarregado de educação do atleta sinistrado.
 - d) Para efeitos de assistência médica, as pessoas seguras poderão optar por serviços médicos à sua escolha e apresentar à Seguradora os documentos das respetivas despesas ou utilizar a rede médica da Companhia nos Hospitais da Luz, que tratarão diretamente das respetivas despesas.

Artigo 8º

Mensalidades e formas de pagamento

1. As mensalidades são pagas até ao dia 8 de cada mês, salvo as aulas avulsas que são pagas imediatamente antes da sua realização.
2. As mensalidades pagas na totalidade da época beneficiam de um desconto de 10%.
3. As mensalidades pagas em 2 semestres beneficiam de um desconto de 5%.
4. Os irmãos que frequentem qualquer uma das modalidades têm um desconto de 5,5% na mensalidade.
5. As mensalidades pagas depois do prazo definido sofrem uma penalização de 7,50€ por cada semana de atraso.
6. A mensalidade de Julho (ou Agosto, no caso da Ginástica Acrobática de Competição) é paga no ato de inscrição.
7. Os valores das mensalidades são os constantes no anexo 2, o qual faz parte integrante deste regulamento.
8. Os pagamentos devem ser feitos preferencialmente por transferência bancária para a seguinte conta:

Caixa Geral de Depósitos, NIB 0035.0733.00015958330.34
9. Tendo como preocupação agilizar os trabalhos administrativos e contabilísticos, solicita-se e agradece-se a máxima atenção para o seguinte:
 - a) Evitar ao máximo os pagamentos em dinheiro. Para ambas as partes, a transferência bancária tem a grande vantagem de se constituir como prova do movimento efetuado;
 - b) Identificar sempre o atleta a que se refere o respetivo pagamento;
 - c) Enviar o comprovativo da transferência para o Email: **tesourariagimnofrielas@gmail.com**.

GIMNOFRIELAS

Associação Desportiva, Cultural e Social de Frielas

REGULAMENTO DAS ATIVIDADES GÍMNICAS

Artigo 9º

Filiação na FGP e Exames Médicos

1. Para todos os atletas já filiados na FGP ou que se preveja que o venham a ser, é obrigatório o seu registo de Filiação/Refiliação, conforme modelo oficial da FGP constante no Anexo 5, bem como o Exame Médico Anual cujo registo deve ser exarado em formulário próprio do Instituto Português do Desporto e Juventude (IPDJ) conforme Anexos 6a e 6b.
2. Os atletas podem ser inscritos na FGP sem o Exame Médico, mas a sua participação em competições fica pendente desse Exame Médico.
3. Os Exames Médicos organizados e custeados pelo Gimnofrielas, decorrem nos meses de Setembro e Outubro e a sua programação depende da disponibilidade das equipas clínicas contratadas para o efeito.
4. Se assim o entenderem e comunicando essa intenção com a devida antecedência, podem os encarregados de educação dos atletas recorrer a médicos à sua escolha, sem prejuízo da utilização do modelo oficial do IPDJ, procedendo à entrega do respetivo comprovativo aos serviços administrativos do Clube.
5. Os exames são agendados por classes gímnicas e, em casos devidamente justificados, podem os encarregados de educação dos atletas solicitar datas alternativas.
6. Os atletas devem comunicar a sua presença ao dirigente do Clube, o qual lhes atribuirá uma senha que definirá o atendimento por ordem de chegada.
7. Em situações extraordinárias e devidamente justificadas, poderão ser admitidas alterações ao atendimento por ordem de chegada.
8. O Exame Médico é composto de uma parte técnica onde é feito um Eletrocardiograma (ECG) e à qual se seguirá a parte clínica que registará o seu parecer no já referido modelo oficial do IPDJ.

GIMNOFRIELAS

Associação Desportiva, Cultural e Social de Frielas

REGULAMENTO DAS ATIVIDADES GÍMNICAS

Artigo 10º

Comportamento e Disciplina

1. Os atletas deverão comportar-se de forma ordeira respeitando os colegas e acatando as instruções recebidas dos treinadores.
2. É dever dos atletas preservar os aparelhos utilizados nos treinos e proceder à sua arrumação no final de cada aula.
3. Deverão igualmente proceder à remoção de quaisquer resíduos que possam ter sido produzidos durante as aulas (tais como, por exemplo, garrafas de água, guardanapos, etc.).
4. Sempre que sejam utilizadas outras instalações, para além do ginásio, deverão ficar sempre limpas e arrumadas.
5. Os balneários e demais instalações sanitárias devem ser utilizados com a correção e o asseio que o respeito pelos outros implica.
6. Por razões pedagógicas, os treinos são realizados à porta fechada, pelo que é estritamente vedada a presença de público.
7. É expressamente interdita a captação de som e imagens.
8. Qualquer caso de indisciplina ou uso de linguagem injuriosa dirigidas a colegas ou treinadores, bem como a desobediência a ordens destes últimos, estará sujeita a punições que, consoante a gravidade da situação, poderão configurar:
 - a) a chamada de atenção, verbal e não registada;
 - b) a execução de tarefas complementares, não registadas;
 - c) participação da ocorrência à direção, com abertura de procedimento disciplinar, o que poderá dar lugar a suspensão ou expulsão.