

5-11-2016

ASSOCIAÇÃO CULTURAL E RECREATIVA DE RORIZ



ESCOLA
CICLISMO

MANUAL DE INTEGRAÇÃO



<https://www.facebook.com/ACRRORIZ/> | www.acrroriz.com



MENSAGEM DE BOAS VINDAS

Como colaborador/atleta da ACR Roriz, é com imenso prazer que lhe damos as boas vindas.

Desde já salientamos que a ACR Roriz zela pelos interesses dos treinadores, atletas, colaboradores, diretores e simpatizantes. Apelo que a sua completa integração em tudo contribuirá para alcançar os nossos objetivos e conseqüente sucesso.

A competência, a responsabilidade e a motivação são o suporte na promoção do espírito desportivo da ACR Roriz.

1. OBJETIVO DO MANUAL

Para facilitar a sua integração no clube, disponibilizamos este Manual onde encontrará características fundamentais do nosso Clube, tais como, os valores que nos caracterizam, as condições da prática da modalidade e as regalias existentes, as normas de funcionamento, a estrutura física e orgânica, as relações funcionais, as suas políticas e procedimentos.

Boa leitura!





2. APRESENTAÇÃO

2.1 IDENTIFICAÇÃO DA ORGANIZAÇÃO

DENOMINAÇÃO SOCIAL	ASSOCIAÇÃO CULTURAL E RECREATIVA DE RORIZ		
LOCALIZAÇÃO	Rua Fonte da Assubida, 110 – 4750-655 Roriz - Barcelos		
TELEFONE	929 105 256	FAX	
PAGINA INTERNET	www.acrroriz.com	E-MAIL	geral@acrroriz.com
NIF	502 591 811		

ACOLHIMENTO E INTEGRAÇÃO DE NOVOS ATLETAS

No dia de apresentação ao clube, o(a) atleta deve fazer-se acompanhar do encarregado de educação. Será recebido(a) pelo Treinador/Coordenador do Clube que lhe faz uma primeira integração no Clube, informando-o(a) sobre o funcionamento da Equipa. Posteriormente será apresentado(a) ao Presidente do Clube ou ao Diretor da Equipa que o(a) informa sobre questões relacionadas com, horário de treino, locais de transporte, pagamento de mensalidade ou anuidade, apresentação das infraestruturas, equipamentos e material de treino, assim como aos restantes atletas, diretores e treinadores.

3. FORMALIDADES

3.1 DOCUMENTOS OBRIGATÓRIOS

Os atletas para procederem a inscrição devem ser portadores de uma fotografia, fotocópia do documento de identidade, fotocópia do documento de identidade do encarregado de educação, exame médico desportivo apto para a prática desportiva (a realizar no clube), documento do encarregado de educação assumindo o compromisso com o Clube no cumprimento das regras estipuladas para a prática da modalidade e pagamento da anuidade ou mensalidade.

3.2 ASSUIDIDADE

Todos atletas, salvo aqueles que tenham sido expressamente dispensados mediante acordo entre treinador e encarregado de educação, ficam sujeitos a penalizações caso se verifique, faltas sem justificação.

As penalizações a ser aplicadas devem incidir essencialmente com a redução de competições, bem como o aumento de tempo de treino. Estas devem ser transmitidas ao coordenador.

Mensalmente dever ser elaborado pelo treinador ou dirigente um Mapa de Assiduidade, bem como, caso se verifique faltas as respetivas justificações e entregue ao coordenador.

Cabe ao treinador de cada escalão gerir as faltas e justificações, bem como as penalizações.



4. CONDUTA

4.1 CONDUTA DOS ATLETAS DURANTE O TREINO

Os atletas que se desloquem de bicicleta de casa até ao local de treino devem respeitar as escrupulosamente regras de trânsito e respeitar os restantes utilizadores da via pública.

É necessário cumprir zelosamente as horas dos treinos.

No treino o atleta deve sempre usar sempre que possível o equipamento oficial do clube (atual ou de anos anteriores), não sendo permitido o uso de acessórios que possam colocar em risco o atleta ou os colegas de equipa.

Sempre que o treinador não possa acompanhar o treino os atletas devem cumprir com as indicações pré-estabelecidas, bem como deve haver uma entreaajuda entre todos elementos da equipa. O atleta deve lembrar-se que só pode exigir que os outros se preocupem com ele, se ele se preocupar primeiro com os outros.

O atleta deve comportar-se de forma digna, inspirando respeito por ele próprio, pelos colegas e pela Equipa de Ciclismo da ACR Roriz. Nunca se deve esquecer que esta a representar o Clube e que todas as atitudes que toma são avaliadas enquanto atleta do Clube e não em seu nome pessoal.

Todos atletas deverão ser possuidores de camara suplente, bomba e desmontas nos treinos em estrada, sendo que no BTT deverão ter também um Elo de Engate.

Os atletas devem levar para o treino a alimentação necessária para a realização do mesmo, excetuando-se os treinos durante os estágios onde a equipa providência a alimentação necessária.

4.2 CONDUTA DOS ATLETAS NAS DESLOCAÇÕES PARA AS PROVAS

Em dias de provas é obrigatório o uso do material dito oficial da época em curso.

Durante a deslocação para as competições do Clube deve obedecer as seguintes regras:

1. Utilização Obrigatória do Cinto de Segurança;
2. Manter o transporte limpo;
3. Pode comer desde que o lixo seja colocado em saco de plástico de levado no fim da deslocação;
4. Não colocar os pés em cima dos bancos com sapatilhas;
5. Não colocar os pés em cima do banco da frente;
6. Usar o vestuário casual cedido pelo Clube;

Durante as provas devem tratar os adversários, comissários e demais intervenientes na competição com uma conduta correta, respeito e educação.

4.3 CONDUTA DOS TREINADORES DURANTE O TREINO

Antes do inicio do treino devem verificar as presenças e ausências e registar na folha de assiduidade, de seguida verificar se todos atletas reúnem os requisitos estabelecidos no 4.1



Durante o treino deve ter como principal prioridade a segurança dos atletas;

No final do treino deve reunir o grupo e se necessário marcar o próximo treino.

4.4 CONDUTA DOS DIRETORES OU TREINADORES NA DESLOCAÇÃO E DURANTE AS PROVAS

Em dias de provas é obrigatório o uso do material dito oficial da época em curso.

Elaborar a lista de participantes, levar as licenças dos atletas e confirmar as inscrições no secretariado da prova, bem como ser portador da sua licença.

Durante as deslocações para as provas em transportes do clube os treinadores ou diretores são responsáveis pelo cumprimento no disposto no ponto 4.2

Durante as provas e competições devem tratar os adversários, comissários e demais intervenientes na prova com conduta correta, respeito e educação.

Em caso de lesão de algum atleta, mesmo que aparentemente não se considere de grande relevância, este facto deve ser comunicado aos responsáveis pelo clube de imediato.

Cabe aos dirigentes ou treinadores aquando da chegada aos padocks montar as tendas da equipa e providenciar a alimentação para os atletas e fornecer a suplementação adequada à exigência da competição.

Compete aos dirigentes ou treinadores providenciar o material necessário para os abastecimentos e ferramentas nas zonas de assistência se for o caso.

O acesso à área reservada da equipa é da responsabilidade do dirigente, sendo apenas permitida entrada de pessoas com a sua autorização.

5. PARTICIPAÇÃO DA EQUIPA EM COMPETIÇÕES OU ESTÁGIOS

5.1 NA PARTICIPAÇÃO EM COMPETIÇÕES OU ESTÁGIOS

A participação da equipa em provas carece de **Autorização do Coordenador de Ciclismo**, sempre com o conhecimento do Presidente do Clube.

Os atletas intervenientes devem estar autorizados pelo seu Encarregado de Educação.

A Participação das equipas em provas ou estágios obedece a um regulamento específico.

Sempre que a participação nesta atividades implique custos, este deve ser comunicado ao Encarregado de Educação e ser liquidado antes da data do início da mesma.

6. APOIO EM CASO DE QUEDA OU LESÃO

Desde que a lesão se verifique em situação de treino ou jogo o Clube assume a responsabilidade dos encargos financeiros.



Em caso de queda que resulte em danos materiais na bicicleta o clube responsabiliza-se apenas no material constante na “Tabela de Comparticipações”.

No Caso de vestuário (oficial) danificado devido a queda, o clube fornece um novo equipamento sem qualquer custo, exceto Sapatos e capacetes.

Todos atletas que apresentem lesões, que não sejam comunicadas pelo Treinador ao Presidente ou ao Coordenador no dia da sua ocorrência, são da responsabilidade do Encarregado de Educação. Podendo se assim entender usar os serviços de fisioterapia existentes no clube.

A utilização dos serviços de fisioterapia é marcada mediante autorização do coordenador.

7. OUTRAS INFORMAÇÕES

7.1 TAXAS

PAGAMENTO DA ANUIDADE	
PUPILOS/BENJAMINS	60€ ANO
INICIADOS	60€ ANO
INFANTIS	60€ ANO
JUVENIS	120€ ANO
CADETES	120€ ANO
JUNIORES	120€ ANO
RESTANTES CATEGORIAS	120€ ANO

O Valor da Anuidade deve ser pago até ao 8 dia do mês de Novembro de cada ano desportivo.

Em casos especiais a Anuidade pode ser convertida em Mensalidades mais suaves mediante autorização do presidente do Clube.

Em caso de manifesta incapacidade monetária do agregado familiar, e mediante decisão da Direção do Clube poderá ser aplicada uma isenção de Taxas.

8. REGULAMENTO PARA PROVAS/ESTÁGIOS

A participação em Provas ou Estágios deverá ser proposta pelo Treinador, onde conste elementos para uma posterior análise (datas, valores, motivos justificativos de participação), e carece sempre de autorização da Direção.

Em casos excecionais pode o atleta requerer ao Treinador autorização para participar em provas ou passeios de carácter não oficial onde o Clube não esteja presente, sendo a inscrição da sua responsabilidade.

O Treinador procede atempadamente a inscrição dos atletas nas provas ou competições do calendário oficial do Clube.



A deslocação dos atletas para as provas será sempre da responsabilidade de clube. Todos os danos em material que possa ocorrer durante a deslocação para a prova serão assumidos pelo clube.

Os atletas podem deslocar-se para as competições pelos seus próprios meios desde que comunicado ao diretor responsável pela prova. Nestas situações a equipa não se responsabiliza por qualquer dano ocorrido nos equipamentos durante o transporte.

Os atletas são responsáveis pelo seu material (Bicicleta Incluído) durante as competições, sendo que o Clube não se responsabiliza por qualquer extravio de origem criminosa, pelo que devem zelar e guardar a sua própria bicicleta sempre que se tenham de ausentar da tenda da equipa.

Nenhum atleta deve usar uma bicicleta de outro atleta sem o conhecimento e autorização do próprio. Cada atleta deve andar na sua própria bicicleta, mas não fica impedido em emprestar alguma peça ou componente a outro atleta para que este realize a sua prova.

Os atletas menores devem, sempre que possível, ser acompanhados pelos Pais ou Encarregados de Educação.

Sempre que as deslocações impliquem alojamento, deve sempre que possível, proceder-se a reserva do alojamento de modo a que toda a comitiva, atletas e acompanhantes, fiquem alojados no mesmo local.

Para todas as deslocações o Treinador será considerado como chefe da comitiva, sendo responsável representar o clube sempre que necessário.

Sempre que se verifique uma impossibilidade da presença do Treinador ou à necessidade de uma presença ampliada cabe a direção nomear um Diretor Oficial que chefiara a delegação nesse evento específico.

Aos atletas e restante comitiva deve informar-se com a devida antecedência quem chefia a delegação, estando estes obrigados ao dever de respeito e autoridade.

Salvo situações de carácter excecional, e após aprovação da direção, todas as deslocações internacionais devem realizar-se com a presença do Treinador ou Diretor Oficial.

Em todas as participações/deslocações os atletas devem apresentar-se com o equipamento definido na convocatória.

Qualquer não cumprimento ao estipulado neste Regulamento, será objeto de análise e deliberação punitiva em reunião de Direção.

9. REGULAMENTO

9.1 DIRIGENTES

No âmbito deste Regulamento constituem-se como deveres dos DIRETORES da ACR Roriz o seguinte:

1. Zelar pelo cumprimento deste Regulamento;



2. Zelar pela correta utilização dos equipamentos, viaturas e instalações;
3. Zelar pelo bom comportamento dos atletas dentro e fora das competições;
4. Responsabilizarem por tudo o que esteja relacionado com a equipa que dirigem, no âmbito das inscrições, montagem das tendas, alimentação, abastecimento e assistência nas corridas.
5. Comunicar à Direção da ACR Roriz todas as situações que estejam na base de Inscrição da equipa ou deterioração e/ou extravio de equipamentos ou material desportivo.

9.2 TREINADORES

No âmbito deste Regulamento constituem-se como deveres dos TREINADORES da ACR Roriz o seguinte:

1. Treinar a equipa e quando não o puder fazer, providenciar a sua substituição junto do coordenador desportivo;
2. Zelar pela utilização correta das instalações, material e equipamentos;
3. Não permitir a presença de atletas que não tenham o equipamento adequado e que possam colocar em risco a sua segurança e dos seus colegas;
4. Não se ausentar do treino sem verificar que tudo decorreu sem incidentes.
5. Elaborar um mapa de assiduidade mensal;
6. Confirmar junto do encarregado de educação a assiduidade do atleta;
7. Elaborar um relatório de prova;

9.3 ATLETAS

No âmbito deste Regulamento constituem-se como deveres dos ATLETAS da ACR Roriz o seguinte:

1. Cumprir este Regulamento da ACR Roriz;
2. Ser sócio da ACR Roriz (Cota anual de 10€);
3. Utilizar com correção as instalações e o material desportivo;
4. Utilizar e conservar o equipamento que lhe foi cedido no início da época desportiva e devolve-lo sempre que lhe seja requerido pelo diretor ou Direção da ACR Roriz;
5. Não se ausentar do treino sem prévia autorização do Treinador;
6. Respeitar colegas, treinadores, dirigentes, comissários e adversários, dentro e fora das provas;
7. Efetuar o pagamento da anuidade acordada junto do seu técnico ou dirigente da equipa;
8. Serão considerados atletas carenciados caso se verifique determinada situação financeira a ser definida no início da época desportiva pela Direção do Clube.

9.4 PAIS ATLETAS

No âmbito deste Regulamento constituem-se como deveres dos **PAIS DOS ATLETAS** da ACR Roriz o seguinte:

1. Acompanhar os seus filhos sempre que possível;
2. Estar presente nas provas e apoiar desportivamente os seus filhos;
3. Não interferir com o trabalho Técnico/Tático ou disciplinar do Treinador;



4. Comparecer às reuniões de pais;

9.5 COMPARTICIAÇÃO MATERIAL DE DESGASTE

Serve o presente Regulamento para definir o procedimento em caso de manutenção e substituição de peças de desgaste:

1. Toda e qualquer comparticipação de material de desgaste apenas será efetuada mediante autorização do coordenador e na loja onde o clube tem parceria;
2. Os componentes e acessórios comparticipados são os constantes da Tabela de Comparticipações e regem-se por Regulamento próprio.
3. As Bicicletas no final das provas que necessitem lavagem e afinação, são transportadas pelo Diretor Responsável para a Loja onde o clube tem parceria, apenas com autorização do atleta ou do seu encarregado de educação;
4. O serviço mencionado no ponto anterior esta isento de qualquer taxa de pagamento pelo atleta, sendo comparticipado pelo clube.

NOTA:

Informamos que a época desportiva é formada por 12 meses.

Nesse sentido, solicita-se a todos atletas inscritos o pagamento da anuidade conforme o previsto no 7.1

À taxa anual acresce o Valor de 10€ da Cota de Sócio, condição obrigatória para a prática desportiva de todos atletas da ACR Roriz.

O Pagamento pode ser efetuado através de Transferência bancária para o **NIB: 0010 0000 2272 5370 00218 (Associação Cultural e Recreativa de Roriz)**

7. OUTRAS INFORMAÇÕES

Esperamos que a leitura deste Manual tenha contribuído para o esclarecimento das suas dúvidas acerca do funcionamento do ciclismo da ACR Roriz. Consideramos ser um Guia útil e imprescindível para a integração.

Se, eventualmente, precisar de outras informações que possam não constar no presente Manual, não hesite dirigir-se ao presidente, coordenador, diretores ou treinadores onde poderá contar com o apoio de excelentes pessoas que estarão sempre ao seu dispor.

O Coordenador da Secção de Ciclismo

Hélder André Miranda de Abreu Braga