

## **Reglament Règim intern Club Rítmica Begues temporada 2013/14**

Amb aquest document pretenem donar la benvinguda a totes les famílies interessades en compartir amb nosaltres les primeres passes del Club Rítmica Begues.

A continuació informarem del reglament de règim intern del nostre club i de com serà el nostre funcionament.

En primer lloc començarem explicant que tindrem dues opcions per a inscriure a les gimnastes, encara que aquests grups estaran dividits segons edats

Escola: Grups a on estaran les alumnes d'iniciació, es a dir que sigui el seu primer any practicant la gimnàstica rítmica, o bé que ja portin uns anys, encara que s'orienti de forma lúdica. Aquest grup tindrà un horari d'entrenament de dues hores setmanals, en les quals a partir de la categoria benjamí (3r de primària) inclou mitja hora de classe de clàssic, element indispensable per a la correcta col·locació del cos.

Competició: Grups on estaran les alumnes que han anat o aniran a competir durant la temporada. Aquests grups estan dividits per edats. L'horari d'entrenament serà de 1h30min cada classe, 3 dies a la setmana. Aquest horari inclou 1h de classe de clàssic per a la correcta col·locació del cos i per millorar tota la part de la execució i l'artístic de les gimnastes. La professora de clàssic i les entrenadores treballen amb un mateix objectiu, per tant, el treball de ambdues parts anirà sempre pel mateix camí.

Per passar del grup d'escola al grup de competició, l'entrenadora responsable i la coordinadora parlaran amb la família directament, per comunicar l'opció de passar al nivell de competició amb tot el que això implica. Aquesta decisió s'haurà de prendre abans de mitjans d'octubre, per poder preparar les competicions, o bé a final de temporada, de cara a la vinent.

La junta directiva haurà d'estar informada i finalment donar el vist i plau al canvi de grup.

## **Equip directiu**

Presidenta: Olga Girón

Vicepresidenta: Yolanda Mejia

Tresorera: Raquel Huerta

Secretaria: Jennifer Pinell

La comunicació família/club es farà a través de la coordinadora (Verónica Jiménez) o bé a través del mail: [admin@clubritmicabegues.cat](mailto:admin@clubritmicabegues.cat)

## **Equip tècnic**

Verónica Jiménez (coordinadora i entrenadora)

Actualment cursant el nivell I a la Real Federación Española De Gimnasia d'entrenadora de gimnàstica rítmica

GS Educació Infantil

Irene Guevara (entrenadora)

Titulada en Disseny i gestió d'esdeveniments

CFGS comerç i màrqueting

Cursant grau de comunicació

Pendent CIATE

## Grups i horaris d'entrenament

### ESCOLA

Horari	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
17,15 18,15	1r – 2n Categoria prebenjamí	P5 Iniciació a la rítmica	1r – 2n Categoria prebenjamí	P5 Iniciació a la rítmica	
18,15 19,15	3r – 4t Categoria Benjamí	5è – 6è Categoria aleví 18,15 a 18,45 CLÀSSIC	3r – 4t Categoria Benjamí 18,15 a 18,45 CLÀSSIC	5è – 6è Categoria aleví	
19,15 20,15	ESO Categoria Infantil/Cadet		ESO Categoria Infantil/Cadet 19,45 a 20,15 CLÀSSIC		

2h/ SETMANA : 25€/MES

INICI DE LA TEMPORADA: 23 DE SETEMBRE

### COMPETICIÓ

Horari	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
17,15 18,45	5è – 6è Categoria aleví	1r-2n Categoria prebenjamí 17,15 a 18,15 CLÀSSIC	5è – 6è Categoria aleví 17,15 a 18,15 CLÀSSIC	1r-2n Categoria prebenjamí	Prebenjamí i benjamí
18,45 20,15	ESO Categoria infantil/ cadet	3r – 4t Categoria Benjamí 18,45 a 19,45 CLÀSSIC	ESO Categoria infantil/cadet 18,45 a 19,45 CLÀSSIC	3r – 4t Categoria Benjamí	Aleví i infantil cadet

3h 30 min RÍTMICA/ SETMANA + 1h DE CLÀSSIC : 4h 30 min : 45€/MES

INICI DE LA TEMPORADA: 16 DE SETEMBRE

Els entrenaments extraordinaris es comunicaran amb antelació i hauran d'estar confirmats per totes les parts, es a dir, famílies, gimnastes, entrenadores i junta directiva.

Els entrenaments extraordinaris suposaran un cost addicional del que s'informarà prèviament ja que dependrà del número d'hores.

Les quotes inclouen totes les activitats que fan les gimnastes i no son desglosables.

El club intentarà fer-se càrrec de les llicències escolars, encara que està pendent de confirmació.

El primer rebut és passarà el mes d'octubre, amb l'import de 40€ de la matrícula, la meitat de setembre i el mes d'octubre.

Els rebuts es passaran entre l'1 i el 5 de cada més, en cas de devolució les despeses ocasionades per la gestió aniran a càrrec de la família.

### **Normativa General**

Abans de començar l'activitat s'haurà d'haver emplenat el full d'inscripció, que podeu descarregar a la pàgina web del club i haver-lo entregat via e-mail o bé a cal Pere vell, a la bústia del club. La data límit es el 23 de setembre, caldrà haver presentat el full d'inscripció amb totes les dades, la circular de l'autorització de imatge, una fotocopia de la targeta sanitària (catsalut) i una fotografia de carnet.

En cas de fer la inscripció per mail, caldrà deixar l'original signat, amb la fotocòpia del CATSALUT, i la foto de la /el gimnasta a la bústia del Club (CAL PERE VELL) o bé entregar-la en el moment de començar els entrenaments.

Les imatges i vídeos de les/els gimnastes que ho hagin autoritzat podran aparèixer a la pàgina web oficial, al facebook del club i en actes en formar de comunicació.

Els pares acompanyaran fins a la porta del gimnàs als seus fills, deixant-los i recollint-los a les hores estipulades de forma puntual, sense poder passar o quedar-se a dins, sempre i quan no sigui requerit per l'entrenadora, ja que pretenem que els diferents horaris es puguin dur a terme de forma paral·lela sense molestar a l'altre classe amb les entrades o sortides.

Les entrenadores s'esperaran a que totes les alumnes hagin marxat a última hora, es per això que preguem es respectin els horaris.

Per a qualsevol dubte o comentari que sorgeixi, cal que parreu amb la vostra entrenadora, que comunicarà el fet a la coordinadora i donarà resposta després de parlar amb la junta directiva, si fos necessari.

Les gimnastes hauran de respectar i tenir cura del material esportiu del club i de l'instal·lació, si hi hagués qualsevol anomalia, caldrà comunicar-ho.

Les gimnastes hauran de mostrar respecte cap a les entrenadores i totes les persones relacionades amb l'activitat, de igual manera hauran de mostrar respecte per les gimnastes d'altres clubs quan estem en les competicions. Hauran de respectar i acceptar sense discriminació a totes les persones relacionades amb l'activitat.

### **Normativa d'entrenaments**

- Assistir als entrenaments establerts, equipades correctament amb la roba d'entrenament del Club i amb punteres, i amb el cabell ben recollit i amb clips si fos necessari.
- Mantenir els horaris establerts, sent puntual, arribant abans per poder-se canviar, i justificant les absències, si es un fet programat, caldrà avisar a l'entrenadora per poder organitzar la classe. Les gimnastes que participin en competicions de conjunts hauran de comprometre's al 100% i no faltar a no ser que sigui una causa perfectament justificable o de força major.
- Es recomanable que portin la seva ampolla d'aigua, i que quan entrin a la pista d'entrenament ho facin amb tot el material necessari per l'activitat, així evitarem que hagin de sortir durant la classe.
- Quan acabin l'entrenament, s'haurà de recollir tot el material que s'ha estat utilitzant durant la classe.

### **Normativa de les competicions**

- Assistir a totes les competicions que hagin estat convocades
- Ser puntuals a l'hora d'arribar al pavelló de la competició
- Venir pentinades i amb un necesser amb tot el necessari per al maquillatge. Cada gimnasta es maquillarà amb el seu propi maquillatge per qüestions d'higiene personal.
- Hauran de venir equipades amb l'uniforme del club, amb el seu maillot, les seves punteres i la roba d'entrenament. Tot haurà d'estar en bon estat.
- Per a la desfilada inicial les gimnastes aniran amb l'uniforme del club, i per a la desfilada final, amb el seu maillot, encara que a l'estiu, poden sortir amb els pantalons curts i la samarreta del club, sempre i quan vagin totes iguals.

