

Αγαπητοί γονείς και κηδεμόνες,

Με το παρόν έντυπο, θέλουμε να σας ενημερώσουμε για τα βασικά θέματα της λειτουργίας των τμημάτων της Γυμναστικής, του Σωματείου μας και της συνεργασίας μας μαζί σας.

ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΟΣ ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΧΟΛΑΡΓΟΥ

Ο Γ.Α.Σ.Χολαργού, είναι ένα Μη Κερδοσκοπικό Ερασιτεχνικό Αθλητικό Σωματείο και βασίζεται στην εθελοντική προσφορά των μελών του Διοικητικού Συμβουλίου, που αποτελείται από γονείς αθλητών και αθλητριών, παλιούς αθλητές και ανθρώπους που αγαπούν τον αθλητισμό. Είναι όλοι τους εθελοντές που αφιερώνουν χρόνο, κόπο και χρήματα για την εύρυθμη και απρόσκοπτη λειτουργία του Σωματείου.

Ο σύλλογος συνεργάζεται με προπονητές που διαθέτουν άδεια ασκήσεως επαγγέλματος και είναι εγγεγραμμένοι στο Μητρώο Προπονητών της Γενικής Γραμματείας Αθλητισμού.

ΤΜΗΜΑ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ – ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ & ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ

ΠΡΟΠΟΝΗΣΕΙΣ – ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ & ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ

- Οι προπονήσεις, του τμήματος Γυμναστικής πραγματοποιούνται 2 φορές την εβδομάδα.
- Ξεκινάνε στις 14 Σεπτεμβρίου 2026 και σταματάνε με τη λήξη του σχολικού έτους.
- Ισχύουν οι σχολικές αργίες.
- Οι γονείς πρέπει να παραδίδουν τα παιδιά στην προπονήτρια και να τα παραλαμβάνουν από αυτήν, εντός του χώρου προπόνησης. Κατά τη διάρκεια της προπόνησης, δεν επιτρέπεται η παραμονή των γονέων στον χώρο.
- Η ενημέρωση των γονέων από τους προπονητές/τριες, γίνεται σε προγραμματισμένες συναντήσεις, κατόπιν συνεννόησης με τη γραμματεία του συλλόγου & όχι κατά την προσέλευση ή αποχώρηση των παιδιών.
- Οι γονείς οφείλουν να ενημερώνουν τη γραμματεία και την προπονήτρια σε περίπτωση που ο αθλητής/τρια πρόκειται να απουσιάσει για παραπάνω από τρεις προπονήσεις.
- Σε περίπτωση αλλαγής ή αναβολής της προπόνησης, η ενημέρωση από το Σωματείο θα γίνεται με e-mail ή/και με τηλεφωνική επικοινωνία ή μέσω των προπονητών.
- Το έργο των προπονητών είναι αποκλειστικά η προπόνηση, καμία διοικητική ή άλλη ευθύνη δεν έχουν και κρίνονται μόνο από την Διοίκηση του Σωματείου, κατόπιν αξιολόγησης σε ετήσια βάση. Υποδείξεις ή εκδήλωση παραπόνων στους ίδιους τους προπονητές απαγορεύεται αυστηρά. Για οποιοδήποτε παράπονο ή απορία τους, οι γονείς μπορούν να απευθύνονται ΜΟΝΟ στον υπεύθυνο/νους του τμήματος, οι οποίοι ενημερώνουν άμεσα το Διοικητικό Συμβούλιο.
- Κατά τη διάρκεια του έτους, εφόσον κριθεί απαραίτητη η παρουσία δεύτερου προπονητή (βοηθού προπονητή) για την ασφαλή και ομαλή διεξαγωγή των προπονήσεων, αυτός θα εντάσσεται στο τμήμα για να διασφαλίζεται η ποιότητα ή η συνέχεια του προπονητικού προγράμματος.
- Κατά τη διάρκεια της προπόνησης ενδέχεται να γίνει βιντεοσκόπηση των παιδιών από την προπονήτρια αποκλειστικά για εκπαιδευτικούς σκοπούς, όπως η αξιολόγηση της τεχνικής τους και η επισήμανση πιθανών διορθώσεων ή βελτιώσεων. Τα βίντεο δεν θα κοινοποιούνται σε τρίτους και θα διαγράφονται αμέσως μετά τη λήξη της προπόνησης.
- Ο σύλλογος δεν φέρει καμία ευθύνη για τυχόν απώλεια ή καταστροφή των προσωπικών αντικειμένων ή της ενδυμασίας των παιδιών.
- Ο σύλλογος, στο τέλος κάθε αθλητικής χρονιάς, διοργανώνει μία μεγάλη γιορτή λήξης, όπου συμμετέχουν όλα τα τμήματα της Γυμναστικής.

Τα παιδιά που, με την σύμφωνη γνώμη των γονιών τους, συμμετέχουν στη Γιορτή Λήξης, επιβαρύνονται με το κόστος

της εμφάνισης, το οποίο καταβάλλεται υποχρεωτικά εφόσον δοθεί η παραγγελία, ανεξάρτητα αν το παιδί λάβει ή όχι μέρος στις Επιδείξεις τελικά.

ΤΜΗΜΑ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ - ΥΠΟΧΡΕΩΣΕΙΣ ΓΟΝΕΩΝ & ΚΗΔΕΜΟΝΩΝ

ΕΓΓΡΑΦΗ

Για να ολοκληρωθεί η εγγραφή του παιδιού σας στο τμήμα που έχετε επιλέξει, πρέπει να καταβληθεί η 1^η δόση της ετήσιας οικονομικής ενίσχυσης ή να πραγματοποιηθεί η εφάπαξ πληρωμή του συνόλου του ποσού.

ΕΤΗΣΙΑ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗ ΕΝΙΣΧΥΣΗ

Η ετήσια οικονομική ενίσχυση για όλα τα τμήματα υποδομών της Γυμναστικής (εκτός των νηπίων), κατά την αθλητική σεζόν 2026-2027, είναι 340 ευρώ. (Στο ποσό περιλαμβάνεται η ετήσια εγγραφή στο σύλλογο και τα παράβολα για την ανανέωση των Δελτίων Αθλητικής Ιδιότητας των αθλούμενων.)

Η ετήσια οικονομική ενίσχυση για τα τμήματα των νηπίων, κατά την αθλητική σεζόν 2026-2027, είναι 330 ευρώ.

- Για την διευκόλυνσή σας, το ποσό της οικονομικής ενίσχυσης καταβάλλεται σε 3 δόσεις.

1^η ΔΟΣΗ – 120 ευρώ: Καταβάλλεται με την εγγραφή του αθλούμενου. Είναι απαραίτητη προϋπόθεση για την ολοκλήρωση της διαδικασίας και την ένταξη του παιδιού στο τμήμα.

1^η ΔΟΣΗ (ΝΗΠΙΑ) – 110 ευρώ

2^η ΔΟΣΗ – 110 ευρώ: Καταβάλλεται από την 1^η Δεκεμβρίου 2026 έως τις 20 Δεκεμβρίου 2027.

3^η ΔΟΣΗ – 110 ευρώ: Καταβάλλεται από την 1^η Μαρτίου 2027 έως τις 20 Μαρτίου 2027.

- ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΕΚΠΤΩΣΗΣ (10%)

✓ Εφάπαξ εξόφληση (έκπτωση 10%).

Εφόσον το ποσό της οικονομικής ενίσχυσης καταβληθεί στο σύνολό του κατά την εγγραφή του παιδιού στο τμήμα, δικαιούστε 10% έκπτωση. Το ποσό της ετήσιας οικονομικής ενίσχυσης μετά την έκπτωση ανέρχεται στα 306 ευρώ. Για τα τμήματα των νηπίων, το ποσό της ετήσιας οικονομικής ενίσχυσης μετά την έκπτωση ανέρχεται στα 297 ευρώ.

✓ Δύο ή περισσότερα αδέρφια εγγεγραμμένα στο τμήμα της Γυμναστικής (έκπτωση 10%).

Εφόσον, έχετε 2 παιδιά εγγεγραμμένα στο τμήμα της Γυμναστικής (όχι σε διαφορετικά τμήματα του συλλόγου, πχ. Ένα παιδί στη Γυμναστική και ένα στον Στίβο) δικαιούστε 10% έκπτωση ανά παιδί. Το ποσό της ετήσιας οικονομικής ενίσχυσης μετά την έκπτωση ανέρχεται στα 306 ευρώ ανά παιδί (νήπια 297 ευρώ). ΔΕΝ ισχύει επιπλέον έκπτωση για εφάπαξ καταβολή, ούτε αθροιστικές εκπτώσεις.

✓ ΤΡΙΤΕΚΝΙΑ ή ΠΟΛΥΤΕΚΝΙΑ (έκπτωση 10%).

Εφόσον είστε τρίτεκνοι ή πολύτεκνοι δικαιούστε έκπτωση 10%. Απαραίτητη προϋπόθεση: Να προσκομίσετε είτε ηλεκτρονικά στο info@gas-holargos.gr, είτε στη γραμματεία του συλλόγου, πιστοποιητικό οικογενειακής κατάστασης. Το ποσό της ετήσιας οικονομικής ενίσχυσης μετά την έκπτωση ανέρχεται στα 306 ευρώ ανά παιδί (νήπια 297 ευρώ). ΔΕΝ ισχύει επιπλέον έκπτωση για εφάπαξ καταβολή, ούτε αθροιστικές εκπτώσεις.

Οι δόσεις διαμορφώνονται ως εξής:

1^η ΔΟΣΗ – 102 ευρώ ανά παιδί: Καταβάλλεται με την εγγραφή των αθλούμενων. Είναι απαραίτητη προϋπόθεση για την ολοκλήρωση της διαδικασίας και την ένταξη των παιδιών στο τμήμα.

2^η ΔΟΣΗ – 102 ευρώ ανά παιδί: Καταβάλλεται από την 1^η Δεκεμβρίου 2026 έως τις 20 Δεκεμβρίου 2026.

3^η ΔΟΣΗ – 102 ευρώ ανά παιδί: Καταβάλλεται από την 1^η Μαρτίου 2027 έως τις 20 Μαρτίου 2027.

1^η ΔΟΣΗ (ΝΗΠΙΑ) – 99 ευρώ ανά παιδί: Καταβάλλεται με την εγγραφή των αθλούμενων. Είναι απαραίτητη προϋπόθεση για την ολοκλήρωση της διαδικασίας και την ένταξη των παιδιών στο τμήμα.

2^η ΔΟΣΗ (ΝΗΠΙΑ) – 99 ευρώ ανά παιδί: Καταβάλλεται από την 1^η Δεκεμβρίου 2026 έως τις 20 Δεκεμβρίου 2026.

3^η ΔΟΣΗ (ΝΗΠΙΑ) – 99 ευρώ ανά παιδί: Καταβάλλεται από την 1^η Μαρτίου 2027 έως τις 20 Μαρτίου 2027.

Για την εύρυθμη λειτουργία του τμήματος, επειδή οι μισθοδοσίες και το ΙΚΑ των προπονητών καταβάλλονται μηνιαίως, είναι απαραίτητο να τηρούνται αυστηρά οι ημερομηνίες των καταβολών των οικονομικών ενισχύσεων. Σε περίπτωση οφειλής, οι αθλούμενοι δεν θα μπορούν να συμμετέχουν στις προπονήσεις.

-Δεν γίνεται επιστροφή οικονομικής ενίσχυσης σε περίπτωση επανειλημμένων απουσιών του/της αθλητή/τριας, πέρα από εξαιρετικά σοβαρές περιπτώσεις.

-Δεν γίνεται επιστροφή της οικονομικής ενίσχυσης σε περίπτωση που ακυρωθούν μαθήματα για οποιονδήποτε λόγο που δεν ευθύνεται ο σύλλογος (π.χ. καταλήψεις, κλείσιμο εγκαταστάσεων με δημοτική ή κρατική εντολή, ή καιρικών φαινομένων κλπ.).

-Δεν γίνεται επιστροφή ή και συμψηφισμός της καταβληθείσας οικονομικής ενίσχυσης, σε περίπτωση διακοπής παρακολούθησης των προπονήσεων.

Η καταβολή της οικονομικής ενίσχυσης γίνεται:

1. Ηλεκτρονικά, με κατάθεση στους τραπεζικούς λογαριασμούς του τμήματος Γυμναστικής, οι οποίοι είναι αναρτημένοι στο www.gas-holargos.gr στο τμήμα της Γυμναστικής. *Σε περίπτωση κατάθεσης από άλλη τράπεζα το σύνολο των τραπεζικών εξόδων βαρύνει τον καταθέτη.
2. Στη γραμματεία του συλλόγου από Δευτέρα έως και Παρασκευή, 16:30-20:30.

ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΑ ΔΙΚΑΙΟΛΟΓΗΤΙΚΑ – ΒΑΣΕΙ ΑΘΛΗΤΙΚΟΥ ΝΟΜΟΥ

- ΚΑΡΤΑ ΥΓΕΙΑΣ – ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ (Ε.Γ.Ο.)

Αν το παιδί είναι **έως 6 ετών** πρέπει να προσκομίσετε πριν την έναρξη των προπονήσεων, στη γραμματεία του συλλόγου, **ιατρική βεβαίωση από παιδίατρο**. Χωρίς την βεβαίωση δεν θα μπορεί να συμμετέχει στις προπονήσεις.

Αν το παιδί είναι **από 6 ετών και μεγαλύτερο** θα πρέπει σύμφωνα με τον αθλητικό νόμο και την αντίστοιχη ομοσπονδία ΕΓΟ, να εκδίδει κάθε χρόνο την **Κάρτα Υγείας της ΕΓΟ**. Χωρίς την Κάρτα Υγείας δεν θα μπορεί να συμμετέχει στις προπονήσεις.

Για την έκδοση της ΚΑΡΤΑΣ ΥΓΕΙΑΣ χρειάζονται:

- ✓ μια έγχρωμη φωτογραφία (τύπου ταυτότητας)
- ✓ το έντυπο της Ομοσπονδίας (θα το βρείτε αναρτημένο στο www.gas-holargos.gr με την ονομασία, Έντυπο Κάρτας Υγείας ΕΓΟ), το οποίο πρέπει να συμπληρώσετε και να σφραγιστεί από καρδιολόγο. Το σφραγισμένο έντυπο πρέπει να το προσκομίσετε στη γραμματεία του συλλόγου πριν την έναρξη των προπονήσεων.

- ΔΕΛΤΙΟ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΙΔΙΟΤΗΤΑΣ - ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ (Ε.Γ.Ο.)

Όλα τα παιδιά που έχουν συμπληρώσει χρονολογικά το 6^ο έτος της ηλικίας τους απαιτείται να εκδίδουν ΔΕΛΤΙΟ Αθλητικής Ιδιότητας. Χωρίς το Δελτίο Αθλητικής Ιδιότητας, δεν μπορούν να συμμετέχουν στις προπονήσεις.

Τα δικαιολογητικά που πρέπει να προσκομίσετε στη γραμματεία του συλλόγου, για την έκδοση του δελτίου είναι τα εξής:

- ✓ Συμπληρωμένο Έντυπο αίτησης αθλούμενου (το έντυπο είναι αναρτημένο στο www.gas-holargos.gr, με την ονομασία Έντυπο Αίτησης Αθλούμενου)
- ✓ Μία πρόσφατη φωτογραφία έγχρωμη (μεγέθους φωτογραφίας ταυτότητας)
- ✓ Πιστοποιητικό γεννήσεως
- ✓ 15 ευρώ για το παράβολο έκδοσης (το ποσό του παράβολου καθορίζεται/αναπροσαρμόζεται από την ομοσπονδία κάθε έτος)

Το δελτίο εκδίδεται μία φορά και ανανεώνεται ετησίως. Το κόστος για το παράβολο της έκδοσης επιβαρύνει τον αθλητή/τρια. Το κόστος για το παράβολο της ανανέωσης καλύπτεται από τον σύλλογο.

ΤΜΗΜΑ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ – ΕΘΕΛΟΝΤΙΚΗ ΠΡΟΣΦΟΡΑ

Όποιος γονέας επιθυμεί να βοηθήσει εθελοντικά στο τμήμα γυμναστικής (στην διοργάνωση των εκδηλώσεων ή/και σε άλλους τομείς όπου υπάρχει ανάγκη), μπορεί να επικοινωνήσει με την γραμματεία του συλλόγου και να το δηλώσει.

ΤΜΗΜΑ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ - ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ

Η επικοινωνία γίνεται κυρίως μέσω ηλεκτρονικού ταχυδρομείου ή εφόσον χρειαστεί τηλεφωνικά.

Παρακαλούμε, να ελέγχετε ότι έχετε συμπληρώσει σωστά όλα τα στοιχεία επικοινωνίας (τηλέφωνο και e-mail) στην αίτηση εγγραφής, καθώς επίσης να ελέγχετε τακτικά το ηλεκτρονικό ταχυδρομείο σας. Επειδή οι περισσότερες αποστολές είναι μαζικές, πολύ συχνά καταλήγουν στα ανεπιθύμητα (spam). Παρακαλούμε να ελέγχετε και τον φάκελο με την ανεπιθύμητη αλληλογραφία και να μας προσθέσετε στους ασφαείς αποστολές, για να μην υπάρχει πρόβλημα στην επικοινωνία μας.

ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ ΓΑΣΧ

- **Ημέρες & Ώρες Λειτουργίας**

Δευτέρα έως και Παρασκευή, 16:30-20:30

- **Στοιχεία επικοινωνίας**

E-mail: info@gas-holargos.gr

Τηλ.: 2106522954

Διεύθυνση: Ζακύνθου 2, Χολαργός / Στάδιο Μαρκ Μαρσώ

www.gas-holargos.gr

fb: ΓΑΣ Χολαργού - Γυμναστική: Ρυθμική, Αεροβική, Ακαδημίες, Aerodance

Η αίτηση εγγραφής αθλητή /τριας ή αθλουμένου στο σωματείο συνεπάγεται πλήρη γνώση και αποδοχή των διατάξεων του Εσωτερικού Κανονισμού του ΓΑΣΧ και του παρόντος κανονισμού λειτουργίας του τμήματος.

Ευχαριστούμε για την συνεργασία.

Καλή Αθλητική Χρονιά!