

Αγαπητοί φίλοι,

Με το παρόν έντυπο, θέλουμε να σας ενημερώσουμε για τα βασικά θέματα της λειτουργίας των τμημάτων της Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης 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 ΕΠΙΤΡΑΠΕΖΙΑΣ ΑΝΤΙΣΦΑΙΡΙΣΗΣ (ΠΙΝΓΚ ΠΟΝΓΚ) – ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ & ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ

ΠΡΟΠΟΝΗΣΕΙΣ – ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ & ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ

- Οι προπονήσεις, του τμήματος Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης πραγματοποιούνται έως 2 φορές την εβδομάδα για όσες/ όσους συμμετέχουν στα τμήματα Ενηλίκων.
- Τα τμήματα Ενηλίκων ξεκινάνε στις 1 Σεπτεμβρίου 2025 και διαρκούν έως και Ιούλιο.
- Ισχύουν οι σχολικές αργίες κατά τις οποίες δεν θα πραγματοποιείται προπόνηση.
- Οι αθλούμενοι οφείλουν να ενημερώνουν τη γραμματεία και τον προπονητή σε περίπτωση που πρόκειται να απουσιάσουν 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 αθλούμενοι μπορούν να απευθύνονται ΜΟΝΟ στον υπεύθυνο/νους του τμήματος, οι οποίοι ενημερώνουν άμεσα το Διοικητικό Συμβούλιο.
- Ο σύλλογος δεν φέρει καμία ευθύνη για τυχόν απώλεια ή καταστροφή των προσωπικών αντικειμένων και ρουχισμού των αθλητών, η ευθύνη φύλαξης των οποίων βαρύνει τους ίδιους.
- Ο σύλλογος, στο τέλος κάθε αθλητικής χρονιάς, διοργανώνει μία μεγάλη γιορτή λήξης, όπου συμμετέχουν όλα τα τμήματα της Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης.

ΤΜΗΜΑ ΕΠΙΤΡΑΠΕΖΙΑΣ ΑΝΤΙΣΦΑΙΡΙΣΗΣ ΤΜΗΜΑ ΕΝΗΛΙΚΩΝ - ΥΠΟΧΡΕΩΣΕΙΣ ΑΘΛΟΥΜΕΝΩΝ

ΕΓΓΡΑΦΗ

Για όσες/όσους εγγράφονται πρώτη φορά, δοκιμαστική άνευ εγγραφής, θεωρείται μόνο η πρώτη προπόνηση. Από τη δεύτερη προπόνηση και μετά πρέπει να προσκομιστεί και να επιδειχθεί στον προπονητή η απόδειξη εγγραφής.

ΓΙΑ ΤΑ ΤΜΗΜΑΤΑ ΕΝΗΛΙΚΩΝ ΑΘΛΟΥΜΕΝΩΝ ΤΜΗΜΑΤΟΣ ΠΙΝΓΚ ΠΟΝΓΚ

Οι προπονήσεις διαρκούν από Σεπτέμβριο έως και Ιούλιο και είναι από Δευτέρα έως Παρασκευή 20:00-21:30.

Για την ολοκλήρωση της εγγραφής και για να μπορέσετε να ξεκινήσετε τις προπονήσεις, χρειάζονται:

- Ιατρική βεβαίωση από καρδιολόγο, που πρέπει να προσκομιστεί στην γραμματεία πριν την έναρξη των προπονήσεων. Χωρίς την ιατρική βεβαίωση δεν θα μπορείτε να συμμετέχετε στις προπονήσεις.
- Εγγραφή μέλους στον σύλλογο. (Σε περίπτωση που δεν είστε μέλος θα πρέπει να συμπληρώσετε την αίτηση εγγραφής μέλους που βρίσκεται στην κεντρική σελίδα του site του ΓΑΣΧ και να την αποστείλετε στην ηλεκτρονική διεύθυνση του ΓΑΣΧ (info@gas-holargos.gr) ή να την προσκομίσετε στο γραφείο του ΓΑΣΧ)
- Μηνιαία καταβολή οικονομικής ενίσχυσης (για τους καταστατικούς μη κερδοσκοπικούς σκοπούς του συλλόγου) 40 ευρώ και πρέπει να καταβάλλεται στο πρώτο 10ημερο κάθε μήνα.
Στον 1^ο μήνα ετήσιας εγγραφής θα καταβάλλεται και το ποσό των 20 ευρώ της εγγραφής / συνδρομής μέλους.
- Σε περίπτωση που έχετε παιδί ή άλλο μέλος της οικογένειας στο τμήμα του ΠΙΝΓΚ ΠΟΝΓΚ ισχύει η έκπτωση 10% στην μηνιαία οικονομική ενίσχυση δηλαδή 36 ευρώ/μήνα.

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. Χρήση της αίθουσας από το Γυμνάσιο για απογευματινές εκδηλώσεις, 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 ΜΟΝΟ με τους εξής δύο τρόπους:

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

ΤΜΗΜΑ ΕΠΙΤΡΑΠΕΖΙΑΣ ΑΝΤΙΣΦΑΙΡΙΣΗΣ – ΕΘΕΛΟΝΤΙΚΗ ΠΡΟΣΦΟΡΑ

Όποιος επιθυμεί να βοηθήσει εθελοντικά στο τμήμα Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης (στην διοργάνωση των εκδηλώσεων ή/και σε άλλους τομείς όπου υπάρχει ανάγκη), μπορεί να επικοινωνήσει με τον υπεύθυνο του τμήματος και να το δηλώσει.

ΤΜΗΜΑ ΕΠΙΤΡΑΠΕΖΙΑΣ ΑΝΤΙΣΦΑΙΡΙΣΗΣ - 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 ασφαλείς αποστολείς, για να μην υπάρχει πρόβλημα στην επικοινωνία μας.

ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ ΓΑΣΧ

- **Ημέρες & Ώρες Λειτουργίας :** Δευτέρα έως 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 - Πινγκ Πονγκ](#)

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!