

## ΤΜΗΜΑ ΠΙΝΓΚ-ΠΟΝΓΚ ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ ΕΝΗΛΙΚΩΝ

Αγαπητοί αθλητές/τριες,

Με το παρόν έντυπο θα θέλαμε να σας ενημερώσουμε για μερικά βασικά θέματα που θα βοηθήσουν στην ομαλή έναρξη της αθλητικής χρονιάς και της ένταξης των αθλητών/τριών στις δραστηριότητες του τμήματος όπως και για τον τρόπο λειτουργίας του συλλόγου μας και τις αρχές συνεργασίας μας.

- Γ.Α.Σ.Χολαργού

Ο Γ.Α.Σ.Χ. είναι ένα μη κερδοσκοπικό ερασιτεχνικό αθλητικό σωματείο και το Δ.Σ. αποτελείται από γονείς αθλητών και αθλητριών, παλιούς αθλητές και ανθρώπους που αγαπούν τον αθλητισμό. Είναι όλοι τους εθελοντές που αφιερώνουν χρόνο, κόπο και χρήματα σε βάρος της προσωπικής και οικογενειακής τους ζωής, για την εύρυθμη και απρόσκοπτη λειτουργία του.

- Αθλητής/τρια

Κάθε αθλητής ή αθλήτρια για να ολοκληρώσει την εγγραφή του/της στο σύλλογο πρέπει να προσκομοίσει ιατρική βεβαίωση από καρδιολόγο.

Για τους αθλητές/τριες που έχουν **ΔΕΛΤΙΟ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΙΔΙΟΤΗΤΑΣ**, σύμφωνα με τον αθλητικό νόμο είναι υποχρεωτική και η έκδοση της **ΚΑΡΤΑΣ ΥΓΕΙΑΣ ΑΘΛΗΤΗ/ΤΡΙΑΣ**,

Για την έκδοση της ΚΑΡΤΑΣ ΥΓΕΙΑΣ χρειάζονται:

1) μια φωτογραφία και

2) ένα έντυπο που θα παραλάβετε από το γραφείο και πρέπει να σφραγιστεί από καρδιολόγο

Η ΚΑΡΤΑ ΥΓΕΙΑΣ ΑΘΛΗΤΗ πρέπει να είναι πάντα διαθέσιμη κατά την διάρκεια των προπονήσεων προς επίδειξη είτε στον προπονητή είτε σε οποιοδήποτε μέλος του ΔΣ του ΓΑΣΧ και χωρίς την επίδειξη της κάρτας μαζί με το δελτίο αθλητικής ιδιότητας δεν είναι δυνατή η συμμετοχή σε αγώνες.

**Για τους καινούργιους αθλητές, δοκιμαστικό μάθημα άνευ καταβολής χρημάτων, θεωρείται μόνο το πρώτο μάθημα.** Στα επόμενα μαθήματα πρέπει να προσκομιστεί και να επιδειχθεί στον προπονητή/τρια, **η απόδειξη εγγραφής**.

Οι προπονήσεις

1) είναι δύο φορές την εβδομάδα

2) ξεκινάνε τον Σεπτέμβριο και τελειώνουν τον Αύγουστο

3) ισχύουν οι σχολικές αργίες.

Σημαντικές διευκρινήσεις:

➤ Οι αθλητές/τριες πρέπει να φθάνουν στο χώρο προπονήσεων εγκαίρως και σε περίπτωση καθυστέρησης ή μακρόχρονης απουσίας να ενημερώνουν τον/την προπονητή/τρια ή τους υπευθύνους του τμήματος.

➤ Σε περίπτωση αλλαγής ή αναβολής της προπόνησης οι τρόποι επικοινωνίας είναι οι εξής:

1) προφορική ή τηλεφωνική ενημέρωση από τους υπευθύνους των τμημάτων ή από τον/την προπονητή/νήτρια ή από την γραμματεία

2) επικοινωνία μέσω mail ή/και ανακοίνωση στο site μας.

Λόγω της χρήσης της αίθουσας τελετών του 1<sup>ου</sup> Γυμνασίου από το σχολείο, κατά τη διάρκεια των Εθνικών εορτών και άλλων εκδηλώσεων, ενδέχεται οι προπονήσεις του τμήματος να αναβάλλονται για 1 η 2 ημέρες πριν τις εκδηλώσεις.

- Το έργο των προπονητών είναι η προπόνηση και η αγωνιστική προετοιμασία των αθλητών/τριών, καμία διοικητική ή άλλη ευθύνη δεν έχουν και κρίνονται μόνο από την διοίκηση.  
Υποδείξεις ή εκδήλωση παραπόνων στους προπονητές απαγορεύεται αυστηρά.
- Για οποιοδήποτε παράπονο ή απορία τους, οι αθλητές/τριες μπορούν να απευθύνονται ΜΟΝΟ στον υπεύθυνο/νους του τμήματος, ο οποίος ενημερώνει το ΔΣ.

- Οικονομική Ενίσχυση

Η οικονομική ενίσχυση για τους καταστατικούς, μη κερδοσκοπικούς σκοπούς του σωματείου προς τον σύλλογο καταβάλλεται ως εξής:

Με την αίτηση εγγραφής 10 ευρώ.

Το ποσό της οικονομικής ενίσχυσης καταβάλλεται ανά τρίμηνο (3) + 1 δίμηνο

Σεπτέμβριος – Οκτώβριος – Νοέμβριος

Δεκέμβριος – Ιανουάριος – Φεβρουάριος

Μάρτιος – Απρίλιος – Μάιος

Ιούνιος – Ιούλιος

είτε εφάπαξ με την Εγγραφή με έκπτωση \*\*

είτε σε 4 δόσεις

- 1<sup>η</sup> δόση με την εγγραφή
- 2<sup>η</sup> δόση από 1 Δεκεμβρίου έως 23 Δεκεμβρίου
- 3<sup>η</sup> δόση από 1 Μαρτίου έως 31 Μαρτίου
- 4<sup>η</sup> δόση από 1 Ιουνίου έως 15 Ιουνίου

Για την εύρυθμη λειτουργία του τμήματος, επειδή οι μισθοδοσίες και το ΙΚΑ των προπονητών των παιδιών μας καταβάλλονται μηνιαίως, είναι απαραίτητο:

1. Οι καταβολές των οικονομικών ενισχύσεων να γίνονται αυστηρά μέσα στους μήνες που αναφέρονται διαφορετικά ο αθλητής/τρια δεν θα μπορεί να συμμετέχει στην προπόνηση, μέχρι να τακτοποιηθούν οι εκκρεμότητες.
2. Δεν γίνεται επιστροφή οικονομικής ενίσχυσης σε περίπτωση επανειλημμένων απουσιών του/της αθλητή/τριας, πέρα από εξαιρετικά σοβαρές περιπτώσεις.
3. \*\* Δεν γίνεται επιστροφή της εφάπαξ οικονομικής ενίσχυσης σε περίπτωση που ο αθλητής σταματήσει ή ακυρωθούν μαθήματα για οποιονδήποτε λόγο που δεν ευθύνεται ο σύλλογος (πχ καταλήψεις, κλείσιμο εγκαταστάσεων με δημοτική ή κρατική εντολή κλπ)

**Σε περίπτωση μακρόχρονης απουσίας ή σε περίπτωση που ο αθλητής διακόψει την παρακολούθηση των προπονήσεων, παρακαλούμε να έρθετε άμεσα σε επικοινωνία με την γραμματεία.**

**ΟΙ ΑΙΤΗΣΕΙΣ ΚΑΙ ΟΙ ΠΛΗΡΩΜΕΣ ΓΙΝΟΝΤΑΙ ΕΙΤΕ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΑ ΕΙΤΕ ΣΤΟ ΓΡΑΦΕΙΟ ΤΟΥ ΓΑΣΧ Η ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΓΙΝΕΤΑΙ ΚΥΡΙΩΣ ΜΕΣΩ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΟΥ ΤΑΧΥΔΡΟΜΕΙΟΥ, ΓΙΑ ΤΟΝ ΛΟΓΟ ΑΥΤΟ: Παρακαλούμε να συμπληρώνετε όλα τα στοιχεία επικοινωνίας (τηλέφωνο και e-mail) στην αίτηση εγγραφής για καλύτερη, ταχύτερη και πληρέστερη ενημέρωση σας καθώς επίσης να ελέγχετε το ηλεκτρονικό ταχυδρομείο σας ακόμη και τα spam για τυχόν ανακοινώσεις από την γραμματεία μας.**

**Στοιχεία επικοινωνίας γραμματείας ΓΑΣΧ:**

**καθημερινές 17:30-21:00 & κάθε πρώτο Σάββατο του μήνα 10:00-12:00, τηλ. 210-6522954,**

Ζακύνθου 2 Χολαργός 155-62, Στάδιο Μαρκ Μαρσώ

e-mail: [info@gas-holargos.gr](mailto:info@gas-holargos.gr)

δικτυακός τόπος : [www.gas-holargos.gr](http://www.gas-holargos.gr)

σελίδα στο fb : ΠΙΝΓΚ ΠΟΝΓΚ ΓΑΣ Χολαργου

Παρακαλούμε ενημερωθείτε σχετικά με τον σύλλογό μας καθώς και το καταστατικό και τον κανονισμό λειτουργίας από το site μας.

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!