



## **Normas – Séniores 2018-2019**

### **Assuntos Financeiros**

- As taxas de praticante são cobradas em Setembro (modalidade anual) ou em Setembro e Janeiro (modalidade semestral), por transferência bancária. Será enviado um e-mail individual a cada atleta com informação para o pagamento (montante e NIB) durante os meses em causa. Só após esta informação é que os pagamentos devem ser efetuados, sendo que o comprovativo da transferência deve ser enviado para o email do clube: [creaclube@gmail.com](mailto:creaclube@gmail.com). Posteriormente, serão emitidos e enviados os recibos de pagamento. Para os que preferirem aceitaremos o pagamento em numerário, a ser entregue nos treinos. As taxas devem ser pagas até ao final dos meses respeitantes. Caso o praticante não ingresse no clube no início da época (setembro), a taxa é cobrada até ao final do mês em que se inscreve, após o envio de email com os dados de pagamento.
- As quotas de sócio (12€), respeitantes ao ano civil, são cobradas em Janeiro. Para os novos atletas que ingressem no clube é adicionado o montante equivalente aos meses do ano anterior em que foram já associados do clube (1€ por mês). De forma semelhante às taxas de praticante, em Janeiro, todos os atletas e sócios receberão um email onde serão incluídos os dados de pagamento das quotas. Poderá ser pago por transferência bancária ou em numerário.
- As contas corrente dos atletas, nesta época desportiva, incluirão o adiantamento que o clube realiza nas inscrições em competições e ainda os treinos avulso à quinta-feira que, a existirem vagas, poderão ser frequentados pelos atletas que escolham o regime de três treinos semanais, com o custo de 5€ por treino. As contas corrente serão, através de envio de email individual, cobradas, obrigatoriamente, de modo semestral: em Janeiro e Junho.
- O não pagamento das taxas de praticante ou contas corrente nos prazos estipulados implica, respetivamente, a interdição aos treinos do clube e a não inscrição nas competições no mês seguinte.
- Todas as informações e receção/ entrega de documentos no treino deverão ser tratadas com os membros da direção João Caetano ou André Gonçalves.

### **Assuntos Desportivos**

#### **Treinos**

- Os treinos do grupo de Séniores às segundas, quartas e sextas feiras realizam-se em ambos os pavilhões. Às quintas feiras realizam-se apenas no pavilhão do lado do bar (Sena Pinheiro). O local de concentração em dias de treino será, por norma, no pavilhão do lado do bar (Sena Pinheiro).

- Pede-se aos atletas que cheguem com a antecedência necessária para que se possa montar o material, trocar de roupa/calçado e fazer o aquecimento inicial (corrida) de forma a se poder iniciar o aquecimento dentro de campo com raquete às 20h45, rentabilizando ao máximo o tempo de treino. Não devem ainda entrar no ginásio enquanto decorre o treino anterior do grupo de Não Séniores, de forma a não perturbar o funcionamento deste.
- Todos os atletas que subscrevam o regime de quatro treinos semanais têm liberdade para frequentar os treinos de quinta-feira que entenderem, de forma livre. Contudo, de forma a que este treino mantenha uma componente personalizada aos presentes, como tem vindo a ser característico, existe a obrigação por parte destes atletas de informar o treinador até ao treino de quarta-feira (presencialmente ou por SMS) da presença ou não no treino do dia seguinte.
- Caso existam vagas sossobrantes o treinador tem liberdade para convocar, caso queiram, aqueles que estejam incluídos na modalidade de três treinos semanais. Como já referido, esta presença terá um custo de 5€ por treino, valor esse que será adicionado à conta corrente de cada atleta.
- Nos treinos, o treinador responsável é quem apresenta a autoridade máxima, seja perante um atleta ou um membro de um órgão social praticante, estando habilitado para punir situações que entenda serem alvo de repreensão, da forma que achar mais eficaz, designadamente nas questões relacionadas com comportamentos de indisciplina, pontualidade e utilização abusiva de telemóveis. O treinador terá autoridade, caso entenda necessário, para delegar, no início e fim do treino, as tarefas relativas à montagem e desmontagem do material. Lembra-se que o pagamento das taxas de praticante não torna os atletas isentos do apoio nestes procedimentos.

### Competições Individuais

- Para a inscrição nestas provas será enviado um e-mail a todos os atletas séniores uma semana antes do fecho das mesmas, ao qual devem responder aqueles que desejem participar. A data limite para resposta coincidirá com a Sexta-Feira anterior ao fecho de inscrições (Domingo). Os interessados devem assegurar-se que poderão estar presentes no dia do torneio, uma vez que as faltas de comparência têm custos financeiros e desportivos para os atletas e para o clube.
- Não serão aceites pedidos de inscrições depois da data definida pelo clube para o fecho do prazo. Também não se garantem inscrições cujos atletas não tenham entregue os exames médico-desportivos com a devida antecedência para terem sido enviados e dado entrada nos serviços da FPB.
- Relembrem-se todos os atletas que os exames médico-desportivos têm que ser realizados, anualmente, no mês de aniversário do seu titular. Este documento deverá ser entregue em formato original ao membro da direção João Caetano. Para os atletas que pretendem competir recomenda-se que este procedimento seja realizado atempadamente, uma vez que os atestados médicos têm que dar entrada nos serviços da FPB, não até ao dia da competição, mas até ao dia de fecho de inscrições em provas.
- Mensalmente será enviado um email a alertar todos os atletas que necessitam de revalidar o seu atestado no mês em causa.

### Competições de Equipas

- A presença nestas provas está dependente da decisão do treinador em função dos atletas disponíveis, de forma a que o clube possa apresentar uma equipa competitiva. Caso exista, o treinador convocará os atletas que entender e comunicará à direção que processará a inscrição nas provas.
- Todas as despesas (inscrição, transporte, alimentação e alojamento) são financiadas pelo clube.

### Prémios

- Serão atribuídos prémios, a entregar no jantar de fim de época, para o “Atleta do Ano” e para o “Atleta Revelação”.
- Encontra-se também orçamentado, mas sempre condicionado à disponibilidade financeira do clube para a sua execução, a entrega de prémios financeiros para os atletas que marcaram presença nos torneios nacionais nas Caldas da Rainha e ainda para os atletas que obtiveram elevado rendimento desportivo, baseado na análise do Ranking Nacional no final da época.