



ALCOBACA



CLUBE CICLISMO

2024

REGULAMENTO INTERNO



REGULAMENTO INTERNO

2024

MENSAGEM DE BOAS-VINDAS

Como Presidente do ACC, é com imenso prazer que lhe damos as boas-vindas.

Desde já salientamos que o ACC zela pelos interesses dos atletas, treinadores, colaboradores, diretores, sócios e simpatizantes. Apelo que a sua completa integração em tudo contribuirá para alcançar os nossos objetivos e conseqüente sucesso.

A competência, a responsabilidade e a motivação são o suporte na promoção do espírito desportivo do ACC.

OBJETIVO DO REGULAMENTO

Para facilitar a sua integração no clube, disponibilizamos este Regulamento onde encontrará características fundamentais do nosso Clube, tais como, os valores que nos caracterizam, as condições da prática da modalidade e as regalias existentes, as normas de funcionamento, a estrutura física e orgânica, as relações funcionais, as suas políticas e procedimentos.

Boa leitura!





ACOLHIMENTO E INTEGRAÇÃO DE NOVOS ATLETAS 2024

No dia de apresentação ao clube, o(a) atleta deve fazer-se acompanhar do encarregado de educação*. Será recebido(a) pelo Treinador/Coordenador do Clube que lhe faz uma primeira integração no Clube, informando-o(a) sobre o funcionamento da Equipa. Posteriormente será apresentado(a) ao Presidente do Clube ou ao Diretor da Equipa que o(a) informa sobre questões relacionadas com horário de treino, locais de transporte, pagamento da anuidade, apresentação das infraestruturas, equipamentos e material de treino, assim como aos restantes atletas, diretores e treinadores.

3. FORMALIDADES

3.1 DOCUMENTOS OBRIGATÓRIOS

Os atletas para procederem à inscrição devem ser portadores de uma fotografia, «fotocópia» do documento de identidade, «fotocópia» do documento de identidade do encarregado de educação*, exame médico desportivo apto para a prática desportiva (a realizar no clube no início da época desportiva), documento do encarregado de educação* assumindo o compromisso com o Clube no cumprimento das regras estipuladas para a prática da modalidade.

3.2 ASSIDUIDADE

Todos atletas, salvo aqueles que tenham sido expressamente dispensados mediante acordo entre treinador e encarregado de educação, ficam sujeitos a penalizações caso se verifique, faltas sem justificação.

As penalizações ao ser aplicadas incidem essencialmente com a redução de competições, bem como o aumento de tempo de treino.

Mensalmente deve ser elaborado pelo treinador ou dirigente um Mapa de Assiduidade, bem como, caso se verifique faltas as respetivas justificações.

Cabe ao treinador de cada escalão gerir as faltas e justificações, bem como as penalizações.

4. CONDUTA

4.1 CONDUTA DOS ATLETAS DURANTE O TREINO

Os atletas que se desloquem de bicicleta de casa até ao local de treino devem respeitar escrupulosamente regras de trânsito e respeitar os restantes utilizadores da via pública.

É necessário cumprir zelosamente as horas dos treinos.

No treino o atleta deve usar sempre que possível o equipamento oficial do clube (atual ou de anos anteriores).

Sempre que o treinador não possa acompanhar o treino os atletas devem cumprir com as indicações pré-estabelecidas, bem como deve haver uma entreajuda entre todos elementos da equipa. O atleta deve lembrar-se que só pode exigir que os outros se preocupem com ele, se ele se preocupar primeiro com os outros.

O atleta deve comportar-se de forma digna, inspirando respeito por ele próprio, pelos colegas e pela Equipa do Alcobaça Clube de Ciclismo. Nunca se deve esquecer que esta a representar o Clube e que todas as atitudes que toma são avaliadas enquanto atleta do Clube e não em seu nome pessoal.

4.2 CONDUTA DOS ATLETAS NAS DESLOCAÇÕES PARA AS PROVAS

Em dias de provas é obrigatório o uso do material dito oficial da época em curso.

O atleta tem que se apresentar em prova com o equipamento e bicicleta limpos e em perfeito estado de utilização.

Durante a deslocação para as competições deve obedecer às seguintes regras:

1. Utilização Obrigatória do Cinto de Segurança;
2. Manter o transporte limpo;
3. Pode comer desde que o lixo seja colocado em saco de plástico e levado no fim da deslocação;
4. Não colocar os pés em cima dos bancos;

Durante as provas devem tratar os adversários, comissários e demais intervenientes na competição com uma conduta correta, respeito e educação.

*encarregado de educação, caso o atleta seja menor de 18 anos



REGULAMENTO INTERNO

2024

4.3 CONDUTA DOS DIRETORES OU TREINADORES NA DESLOCAÇÃO E DURANTE AS PROVAS

Em dias de provas é obrigatório o uso do material dito oficial da época em curso.

Levar as licenças dos atletas e confirmar as inscrições no secretariado da prova, bem como ser portador da sua licença.

Durante as deslocações para as provas em transportes do clube os treinadores ou diretores são responsáveis pelo cumprimento no disposto no ponto 4.2

Em caso de lesão de algum atleta, mesmo que aparentemente não se considere de grande relevância, este facto deve ser comunicado aos responsáveis pelo clube de imediato.

Cabe aos dirigentes ou treinadores aquando da chegada às provas montar as tendas da equipa e providenciar a alimentação para os atletas.

Compete aos dirigentes ou treinadores providenciar o material necessário para os abastecimentos e ferramentas nas zonas de assistência se for o caso.

O acesso à área reservada da equipa é da responsabilidade do dirigente, sendo apenas permitida entrada de pessoas com a sua autorização.

5. PARTICIPAÇÃO DA EQUIPA EM COMPETIÇÕES OU ESTÁGIOS

A participação da equipa em provas carece de Autorização do Treinador, sempre com o conhecimento do Presidente do Clube.

Os atletas intervenientes devem estar autorizados pelo seu Encarregado de Educação.

6. APOIO EM CASO DE QUEDA OU LESÃO

Desde que a lesão se verifique em situação de treino ou prova o Clube assume a responsabilidade dos encargos financeiros no que concerne à Franquia do Seguro Acidentes Pessoais (120€), desde que cumpridos os requisitos processuais caso contrário a responsabilidade pela franquia é dos Encarregados de Educação.

No caso de vestuário (oficial) danificado, após averiguação pelo clube, este fornece um novo equipamento sem qualquer custo, exceto Sapatos e Capacete.

O Equipamento Danificado deve ser entregue no ato de levantamento do novo.

Todos atletas que apresentem lesões, que não sejam comunicadas pelo Treinador ao Presidente ou ao Coordenador no dia da sua ocorrência, são da responsabilidade do Encarregado de Educação. Podendo se assim entender usar os serviços de fisioterapia existentes no clube.

A utilização dos serviços de fisioterapia é marcada mediante autorização do coordenador.



REGULAMENTO INTERNO

2024

7. REGULAMENTO PARA PROVAS/ESTÁGIOS

A participação em Provas ou Estágios deverá ser proposta pelo Treinador, onde conste elementos para uma posterior análise (valores, motivos justificativos de participação), e carece sempre de autorização da Direção.

Em casos excecionais pode o atleta requerer ao Treinador autorização para participar em provas ou passeios de carácter não oficial onde o Clube não esteja presente, sendo a inscrição da sua responsabilidade.

O Treinador procede atempadamente à inscrição dos atletas nas provas ou competições do calendário oficial do Clube.

Os atletas podem deslocar-se para as competições pelos seus próprios meios desde que comunicado e autorizado pelo diretor responsável pela prova. Nestas situações a equipa não se responsabiliza por qualquer dano ocorrido nos equipamentos durante o transporte.

Os atletas são responsáveis pelo seu material (Bicicleta Incluído) durante as competições, sendo que o Clube não se responsabiliza por qualquer extravio de origem criminosa.

Os atletas menores devem, sempre que possível, ser acompanhados pelos Pais ou Encarregados de Educação.

Sempre que as deslocações impliquem alojamento, deve sempre que possível, proceder-se a reserva do alojamento de modo que toda a comitiva e atletas, fiquem alojados no mesmo local.

Para todas as deslocações o Treinador será considerado como chefe da comitiva, sendo responsável por representar o clube sempre que necessário.

Sempre que se verifique uma impossibilidade da presença do Treinador ou à necessidade de uma presença ampliada cabe a direção nomear um Diretor Oficial que chefiara a delegação nesse evento específico.

Aos atletas e restante comitiva deve informar-se com a devida antecedência quem chefiará a delegação, estando estes obrigados ao dever de respeito e autoridade.

Qualquer não cumprimento ao estipulado neste Regulamento, será objeto de análise e deliberação punitiva em reunião de Direção.

8. REGULAMENTO

8.1 DIRIGENTES

No âmbito deste Regulamento constituem-se como deveres dos DIRETORES do ACC o seguinte:

1. Zelar pelo cumprimento deste Regulamento;
2. Zelar pela correta utilização dos equipamentos e instalações;
3. Zelar pelo bom comportamento dos atletas dentro e fora das competições;
4. Responsabilizarem por tudo o que esteja relacionado com a equipa que dirigem, no âmbito das inscrições, montagem das tendas, alimentação, abastecimento e assistência nas corridas.
5. Comunicar à Direção do ACC todas as situações que estejam na base de Inscrição da equipa ou deterioração e/ou extravio de equipamentos ou material desportivo.

8.2 TREINADORES

No âmbito deste Regulamento constituem-se como deveres dos TREINADORES do ACC o seguinte:

1. Treinar a equipa;
2. Zelar pela utilização correta das viaturas, instalações, material e equipamentos;
3. Não permitir a presença de atletas que não tenham o equipamento adequado e que possam colocar em risco a sua segurança e dos seus colegas;
4. Não se ausentar do treino sem verificar que tudo decorreu sem incidentes.
5. Elaborar um mapa de assiduidade mensal;
6. Confirmar junto do encarregado de educação a assiduidade do atleta;
7. Elaborar um relatório de prova;



REGULAMENTO INTERNO

2024

8.3 ATLETAS

No âmbito deste Regulamento constituem-se como deveres dos ATLETAS do ACC o seguinte:

1. Cumprir este Regulamento do ACC;
2. Ser sócio do ACC (12€ anuais);
3. Utilizar com correção as instalações e o material desportivo;
4. Não se ausentar do treino sem prévia autorização do Treinador;
3. Respeitar colegas, treinadores, dirigentes, comissários e adversários, dentro e fora das provas;
6. Participar em eventos organizados pelo ACC e contribuir com ajuda na sua realização

8.3.1 FORMAÇÃO (Escolas, Cadetes e Juniores)

1. Utilizar e conservar todo o equipamento (treino/competição) que lhe foi cedido no início da época desportiva e devolvê-lo sempre que lhe seja requerido pelo diretor ou Direção da ACC;
2. Adquirir junto do ACC o equipamento social (fato de treino, bermuda e polo) e caso necessário pode adquirir mochila ou outro tipo de acessório ao preço de custo.
3. O Treinador convoca os atletas de competição para fazerem provas a nível nacional e regional, enquanto os restantes fazem apenas o regional.

8.3.2 PARACICLISMO

1. Utilizar e conservar todo o equipamento (treino/competição) que lhe foi cedido no início da época desportiva e devolvê-lo sempre que lhe seja requerido pelo diretor ou Direção da ACC;
2. Adquirir junto do ACC o equipamento social (fato de treino, bermuda e polo) e caso necessário pode adquirir mochila ou outro tipo de acessório ao preço de custo.
3. Nas provas os atletas devem de assegurar o transporte. Caso seja possível e que coincida podem sempre acompanhar os outros escalões, não sendo possível o Clube ajudará a suportar o custo do combustível, sempre acordado antes de cada prova.
4. Devem procurar novos apoios para se tornarem autossuficiente na modalidade.

8.3.3 BTT/CPT/AMADORES

1. Adquirir junto do ACC o equipamento de ciclismo e caso pretendam o social (fato de treino, bermuda, polo e mochila) ou outro tipo de acessório ao preço de custo.
2. Nas provas os atletas devem de assegurar o transporte. Caso seja possível ou que coincida podem sempre acompanhar os outros escalões, não sendo possível o Clube ajudará a suportar o custo do combustível, sempre acordado antes de cada prova.
4. Devem procurar novos apoios para se tornarem autossuficiente na modalidade.

8.4 PAIS DOS ATLETAS (Encarregado de Educação ou Tutor Legal)

No âmbito deste Regulamento constituem-se como deveres dos PAIS DOS ATLETAS do ACC o seguinte:

1. Acompanhar os seus filhos sempre que possível;
2. Estar presente nas provas e apoiar desportivamente os seus filhos;
3. Não interferir com o trabalho Técnico/Tático ou disciplinar do Treinador;
4. Comparecer às reuniões de pais; quando marcadas.
5. Ser sócio do ACC (12€ anuais);

NOTA:

Informamos que a época desportiva é formada por 12 meses.

Nesse sentido, solicita-se a todos atletas inscritos o pagamento da quota conforme o previsto no 8.3

O Pagamento pode ser efetuado na sede do clube, junto do coordenador ou do funcionário ou ainda através de Transferência bancária para o IBAN: PT50 0045 5020 4017 0048 6892 2 (Alcoçaca Clube de Ciclismo), devendo ser enviado o comprovativo de transferência para o email: direcao@alcoacaclubeciclismo.com

Em alternativa pode fazer o pagamento por MB WAY para o N.º 935214709.



REGULAMENTO INTERNO

2024

9. OUTRAS INFORMAÇÕES

Esperamos que a leitura deste REGULAMENTO tenha contribuído para o esclarecimento das suas dúvidas acerca do funcionamento do ciclismo no ACC. Consideramos ser um Guia útil e imprescindível para a integração.

Se, eventualmente, precisar de outras informações que possam não constar no presente REGULAMENTO, não hesite dirigir-se ao presidente, diretores ou treinadores onde poderá contar com o apoio de excelentes pessoas que estarão sempre ao seu dispor.

O Presidente do Alcobaça Clube de Ciclismo

Marco Madeira
(Presidente da Direção)

