

## **REGLAMENT DE RÈGIM INTERN DEL CNLL**

El Club Natació Lluçmajor (CNLL) té com a finalitat promoure la Natació, el Triatló i l'Atletisme de competició. Per aquest motiu el Club pretén posar tots els mitjans necessaris al servei dels seus esportistes per la seva evolució així com reforçar les seves qualitats humanes i socials.

### **DRETS I OBLIGACIONS DELS ESPORTISTES**

#### **1. - Drets dels esportistes**

1.1 Els esportistes del CNLL mereixen el respecte i consideració de directius, entrenadors, personal del club així com dels pares.

1.2 Els esportistes del CNLL tenen dret a rebre una preparació esportiva adequada, de manera que el club, en la mesura de les seves possibilitats haurà de posar al seu abast tots els mitjans humans, tècnics i així com l'espai necessari per a l'entrenament.

1.3. - Tots els esportistes del CNLL i si escau els pares dels menors d'edat, tenen dret a rebre la informació necessària sobre novetats del club, entrenaments, desplaçaments i competicions.

#### **2. - Obligacions o deures dels esportistes**

##### **2.1. - Comportament**

2.1.1 Els esportistes del CNLL han de respectar als companys del club, entrenadors, membres de la Junta Directiva, als pares dels companys i també als esportistes dels diferents clubs i àrbitres / jutges de les diferents competicions.

2.1.2 Hauran de cuidar i respectar les instal·lacions on realitzen les activitats així com el material. També han de respectar les normes particulars de cada instal·lació o competició.

2.1.3 Hauran de fer bon ús del material usat per als entrenaments.

2.1.4 Hauran d'aportar el material personal necessari per als entrenaments que el club no faciliti.

2.1.5 Els esportistes del CNLL es comprometen a complir amb les normes que les diferents federacions adscrites a l'esport realitzat estableixin.

##### **2.2. - Assistència**

2.2.1 Els esportistes del CNLL han d'assistir als entrenaments i competicions que el cos tècnic decideixi, en l'horari establert.

2.2.2 Els esportistes del CNLL han d'acatar les indicacions dels seus respectius tècnics en els entrenaments, competicions i desplaçaments, mantenint una correcta actitud per a l'aprofitament de cadascun dels entrenaments i competicions i atendre i seguir en tot moment les instruccions de l'entrenador/a.

2.2.3 Les absències o retards s'han de notificar com més aviat possible a l'entrenador/a o delegada. Si no és així hauran de córrer amb les despeses provocades (segons estipuli la federació corresponent)

2.2.4 En cas de lesió, l'esportista del CNLL ha de seguir les indicacions mèdiques que se li prescriuin i l'entrenador, en la mesura del possible, adaptarà el programa d'entrenament a les necessitats de l'esportista lesionat. Així mateix s'abstindrà de la pràctica de qualsevol activitat que pugui retardar la seva recuperació.

2.3.- Vestuari (vestuari entrenament i vestuari competició)

2.3.1 Serà obligatori vestir l'equipament oficial del club: gorro i banyador a les piscines per entrenar. Per competir (a excepció de certes competicions i amb permís de director tècnic) serà obligatori el gorro, el banyador i la camiseta del club.

2.3.2 Serà obligatori competir amb el vestuari atletisme/ Mono de triatló i /o vestuari ciclisme en les competicions pertinents.

2.3.3 Els esportistes que no tinguin llicència federativa es responsabilitzen de qualsevol accident o assistència mèdica que ocorri a l'entrenament.

### **3. - Competicions**

3.1.1 Tot esportista del CNLL està subjecte a la disciplina del club des del començament de l'entrenament, competició, o desplaçaments, fins a la finalització de l'activitat.

3.1.2 Correspon al tècnic de cada grup acordar la composició de l'equip per a cada competició, així com inscriure als esportistes en les proves que consideri oportú. Aquestes inscripcions es realitzaran des de les oficines del club per la persona autoritzada per fer-ho.

3.1.3 Durant les competicions l'esportista haurà de romandre amb la resta de l'equip en el lloc assignat per a tal fi mantenint una actitud correcta. No podran absentar-se sense haver-ho comunicat prèviament a l'entrenador o delegat.

3.1.4 Durant les competicions s'acceptarà les decisions dels jutges / àrbitres, tenint el delegat la facultat de presentar la reclamació que correspongui seguint la via reglamentària.

3.1.5 En les competicions i les cerimònies de lliurament de premis, els esportistes del CNLL han d'anar correctament uniformats amb la roba oficial del club.

3.1.6 La no assistència a les competicions una vegada inscrits, suposarà fer el pagament de les mateixes i les sancions pertinents aprovades a l'assemblea general.

#### **4. - Desplaçaments**

4.1.1 En tot desplaçament haurà un responsable que assumirà la representació de l'equip i que serà el responsable del bon desenvolupament d'aquest.

4.1.2 Serà obligatori, per als menors d'edat, lliurar una autorització paterna, materna o del tutor legal al club.

4.1.3 Tots els esportistes del CNLL, durant els desplaçaments, es troben sota la disciplina dels responsables del club, entrenador o delegat, havent d'acatar les seves indicacions.

4.1.4 L'entrenador determinarà els temps de descans així com les normes de conducta encaminades a un millor rendiment esportiu.

4.1.5 Queda totalment prohibit abandonar el lloc on s'estigui allotjat sense el coneixement i consentiment de la persona responsable.

4.1.6 Queda totalment prohibit consumir, comprar o proveir de begudes alcohòliques, cigarrets, drogues, ...

4.1.7 Canviar l'allotjament assignat sense el permís del responsable.

4.1.8 Els desplaçaments seran en el mitjà que determini el club.

#### **DRETS I OBLIGACIONS DELS ENTRENADORS**

##### **5.-Drets dels entrenadors**

5.1 Els entrenadors pertanyents al CNLL mereixen per la seva condició de tals, el respecte i consideració per part d'esportistes, directius i pares del club.

5.2 Podran expressar la seva opinió sobre la tasca realitzada per la Junta Directiva.

5.3 Tindran la independència necessària per desenvolupar la seva feina, sempre dins del marc del responsable tècnic del club.

5.4 Proposar a la directiva idees o activitats per a algun dels grups o per tot l'equip.

5.5 Rebre informació sobre l'organització del club.

5.6 Rebre informació sobre entrenaments, competicions o novetats del club.

## **6.-Obligacions dels entrenadors**

6.1 Preparar els entrenaments per als esportistes a càrrec.

6.2 Seguir les instruccions, acordades per la directiva del club per l'estructuració de les planificacions i entrenaments.

6.3 Tractar als esportistes amb total igualtat i amb el degut respecte i consideració, així com a la resta de components del club.

6.4 Conservar en tot moment plena autoritat moral sobre els esportistes, per la qual cosa es comportarà amb conducta exemplar en tots els seus actes.

6.5 Assistir puntualment a tots els entrenaments.

6.6 Reunir-se amb la directiva amb la periodicitat acordada.

6.7 Preocupar-se per la progressió dels esportistes i el seu estat de salut.

6.8 Conèixer les normatives relacionades amb el seu treball.

6.9 Informar i instruir els esportistes sobre aspectes reglamentaris, tècnics i tàctics necessaris per al desenvolupament del seu esport, així com elaborar circulars o gestionar el tauler d'anuncis o la pàgina web o correu electrònic.

6.10 Sense perjudici a la llibertat d'expressió, mantenir prudència en les seves manifestacions públiques.

## **7. - Règim disciplinari**

Durant els entrenaments, competicions o desplaçaments el tècnic, delegat o responsable de l'equip tindrà potestat i autonomia suficient per corregir qualsevol actitud que consideri que no és correcta, o que està incomplint qualsevol punt recollit en aquest reglament.

Qualsevol comportament negatiu o actitud incorrecta, esdevinguda en els entrenaments, competicions o desplaçaments s'ha de posar per part de l'entrenador o delegat en coneixement del president del club, que després de consultar amb la resta de membres de la junta, decidiran si els mateixos revesteixen d'entitat suficient o no com per donar lloc a la sanció corresponent.

El procediment sancionador estarà regit per una comissió disciplinària, la qual estarà formada per un membre de cada grup representatiu del club, és a dir, esportistes, tècnics, pares i junta directiva.

En cas que es la comissió disciplinària decidís iniciar un expedient de sanció, es notificarà a l'esportista (als tutors en cas de ser menor d'edat) los els càrrecs imputats abans de 10 dies des de la data del fet a sancionar

Notificat a l'interessat el plec de càrrecs, aquest disposarà d'un termini de 5 dies per contestar al·legant el que consideri adient en defensa.

Un cop contestat el plec de càrrecs o transcorregut el termini de 5 dies per fer-ho, la comissió disciplinària decidirà en un termini de 10 dies el tipus de sanció que correspongui a la falta comesa o el sobreseïment del càrrec.

La resolució adoptada serà comunicada per escrit a l'esportista (als seus tutors si és menor d'edat) dins dels 10 dies següent a la presa de la decisió

La resolució que es dicti ha de contenir una relació dels fets que es consideri provat cap al esportista afectat i una explicació d'aquests fets.

De la mateixa manera es proveirà per al cas que el comportament inadequat o incorrecte, o la conducta desordenada fos comunicada per esportistes, pares d'esportistes del club o personal o entitat que, segons criteri de la junta, poguessin tenir un interès legítim a formular queixa o denúncia.

## **8. - Infraaccions i sancions**

Les infraccions pels preceptes continguts en aquest Reglament, es classifiquen a efectes de sanció en lleus, greus i molt greus.

### 8.1 Es consideren faltes lleus:

- Arribar tard a un entrenament, competició o activitat sense causa justificada.
- Promoure discussions amb els companys o cos tècnic.
- La manca de respecte als companys o cos tècnic.
- Retirar de l'entrenament sense permís de l'entrenador.
- No realitzar convenientment els entrenaments.
- L'ús indegut i reiterat del material del club.
- Una actitud inadequada en entrenaments, competicions o desplaçaments
- No vestir amb l'uniforme del club segons el que estableix cada situació
- Faltes no justificades a entrenaments superiors al 25%

### 8.2 Les faltes lleus podran ser sancionades amb:

- Amonestacions verbals de l'entrenador, delegat o junta directiva (en el cas dels entrenadors).
- Exclusió d'alguna competició.
- Expulsió de la sessió d'entrenament
- Suspensió o separació provisional de la disciplina esportiva per temps inferior a 15 dies i amb advertència.

### 8.3 Es consideren faltes greus:

- La reiteració de faltes lleus
- Faltar a una competició sense causa justificada. S'haurà d'abonar la sanció.
- Les discussions greus amb els companys, entrenadors jutges o directius
- Causar danys en materials o instal·lacions, ja siguin del club o alienes

- La sostracció de qualsevol propietat, ja sigui del club o aliena
- El comportament ofensiu en els entrenaments, competicions o desplaçaments.
- Donar lloc a altercats, que puguin donar lloc a originar una falta greu.
- Ser encobridor o incitar a la comissió d'actes que tinguin la consideració de falta greu.
- No executar les ordres donades per l'entrenador / a en l'ús de les seves funcions.
- Ús de substàncies nocives per a la salut de l'esportista.
- Negativa a participar en competicions per a les quals el club l'ha convocat.
- Incompliment de les directrius acordades per la directiva (per entrenadors).
- Tots aquells fets que no reculli anteriorment però que amb caràcter excepcional ho sigui considerat per directiva com especialment greu.

#### 8.4 Les faltes greus podran ser sancionades amb:

- Exclusió de l'equip fins a 30 dies.
- Abonament dels danys causats.
- Sanció econòmica

#### 8.5 Es consideren faltes molt greus:

- La reiteració de faltes greus.  
Manifestacions públiques de menyspreu insult o vexació cap al club o qualsevol de les persones que en formen part.
- L'embriaguesa o drogoaddicció en una actuació de l'equip.
- Qualsevol acte, esportiu o no, que causi un perjudici intencionat al club.
- Provocar o participar en baralles o agressions amb els companys, cos tècnic, directius o amb altres equips o jutges / àrbitres
- Inculcar actituds violentes als esportistes o companys (per als entrenadors).
- Tots aquells fets que no reculli anteriorment però que amb caràcter excepcional ho sigui considerat per directiva com especialment molt greu.

#### 8.6 Las faltes molt greus podran ser sancionades amb:

- Exclusió de l'equip des de 2 mesos fins a l'expulsió definitiva.
- Abonament dels danys causats.
- Suspensió reutilització i sou (per als entrenadors).

8.7 les faltes lleus deixessin d'acumular als 3 mesos de la seva comissió, les greus als 18 mesos i les molt greus als 3 anys

15 de setembre de 2022

Junta directiva del CNLL

Aprovat a l'Assemblea General Ordinària de la mateixa data.