

# Sporting Clube de Espinho

## Regulamento Interno de Secção de Natação

### Natação Pura - Época 2020/2021



#### SESSÕES DE TREINO

- 1.1. É fundamental a participação **ASSÍDUA** e **PONTUAL** de todos os nadadores às sessões de treino programadas.
- 1.2. Respeito pelos funcionários em serviço na piscina.
- 1.3. Uso adequado das instalações desportivas disponibilizadas pela C.M.E.
- 1.4. A permanência nos balneários restringe-se aos fins a que estes se destinam, e apenas podem ser utilizados pelos nadadores que participam no treino. É expressamente proibido o acesso aos balneários, de familiares e outros, dos nadadores a partir do escalão de Infantis até aos Seniores, salvo por motivo da maior gravidade ou, quando solicitado pelos treinadores, delegados ou funcionários da piscina.
- 1.5. Os nadadores apenas devem entrar nos balneários **10 minutos antes do início** do treino e devem abandonar os balneários no máximo **10 minutos após o término do treino**, **hora a partir da qual cessa a autorização de permanência do nosso clube nas instalações da C.M.E. e a responsabilidade sobre os nadadores da Secção de Natação, de acordo com os planos de contingência em vigor.**
- 1.6. Durante a época desportiva, incluindo as interrupções letivas (Natal, Carnaval, Páscoa e Verão) os horários de treino poderão sofrer alterações. Estas alterações podem ser da responsabilidade da Secção ou impostas pelos responsáveis da Piscina Municipal, devido aos planos de contingência em vigor.
- 1.7. Ao longo da época desportiva, algumas sessões de treino poderão ter que ser desmarcadas sem aviso prévio, devido à impossibilidade da utilização da Piscina Municipal de Espinho, por motivos de manutenção da mesma. Sempre que possível, a secção de natação tentará repor os treinos em falta. No caso dessa impossibilidade, não poderão ser imputadas responsabilidades à secção de natação por não ser a entidade responsável para manutenção das instalações.
- 1.8. No caso de falha de presença ao treino, o nadador/pais/e. educação terão de enviar, por e-mail, para geral@scenatacao.com, uma justificação para a ausência do nadador.
- 1.9. Para todos os nadadores, é obrigatório o uso de touca e fato de banho adquiridos no clube em todos os treinos.  
Nos escalões de Juvenis, Juniores e Seniores, aos treinos de sexta-feira são livres relativamente ao equipamento.
- 1.10. É fundamental o tratamento correto, conservação e arrumo do material de treino. Responsabilização pela substituição do mesmo quando perdido ou danificado por mau uso.
- 1.11. Usufruto do Treino Funcional (caso exista):
  - 1.11.1. No mesmo dia, apenas terão direito à sessão de Treino Funcional, os nadadores que estarão presentes no Treino de Água.
    - 1.11.1.1. Apenas a presença na sessão de Treino Funcional deverá ser fundamentada através de uma justificação, que poderá ou não, ser aceite pela equipa técnica e direção da secção.

#### 2. PROVAS DE NATAÇÃO

- 2.1. Para o planeamento da época desportiva, após a publicação do Calendário Regional, Nacional e outros, os nadadores devem informar por e-mail a Secção de Natação da indisponibilidade para as provas calendarizadas.
- 2.2. É obrigatória a presença a todas as provas para as quais o nadador tenha sido convocado. Absoluta impossibilidade de comparência deverá ser comunicada ao treinador e dirigentes, no prazo máximo de 15 dias antes da data da prova, salvo em casos excepcionais devidamente justificados. **Em caso de incumprimento, o nadador poderá ser impedido de nadar, procedendo ao pagamento de todas as despesas inerentes à sua prova, no mínimo de € 15,00.**
- 2.3. O transporte para as provas, é da responsabilidade dos encarregados de educação. Relativamente aos Campeonatos Nacionais, a secção de natação assegurará o transporte sempre que possível, dependendo do estado pandémico do País, das direções da DGS e da disponibilidade da secção.
- 2.4. É obrigatória a aquisição do equipamento oficial do clube, a utilizar durante a época desportiva:
  - 2.4.1. A e B: T-shirt, Calção/Fato-de-Banho; Touca.

**2.4.2.** C1 e C2: Fato de Treino; T-shirt; Calção exterior; Calção/Fato- de-Banho; Touca.

**2.4.3.** D1 e D2: Kispo; Fato-de-Treino; 2 T-shirt; Calção exterior; Calção/Fato-de-Banho; Touca.

**2.5.** É **obrigatório** o uso do equipamento desportivo da época, no sentido da uniformização do grupo. Os nadadores deverão comparecer nas provas equipados com o equipamento designado previamente pela secção no Calendário de Provas e confirmada pela convocatória. No caso de incumprimento, será punido com multa de € 2,50. Sendo reincidente a multa será de € 10,00. Estes valores serão pagos juntamente com a mensalidade seguinte.

**2.6.** É obrigatório o uso de touca do clube em todas as provas (salvo em algumas provas específicas devidamente autorizadas pela equipa Técnica).

**2.7.** Nas provas, é obrigatório o uso de Fato-de-Banho adquirido no clube até ao escalão de Infantis, inclusive.

**2.8.** No aquecimento das provas, é obrigatório o uso de Fato-de-Banho adquirido no clube no aquecimento das provas.

**2.9.** Durante as competições mais prolongadas os atletas deverão providenciar um **pequeno reforço alimentar** que apenas deverão utilizar **após consulta da equipa técnica.**

**2.10.** Os atletas apenas poderão abandonar as competições após o término da sessão, salvaguardando-se **casos de força maior**, cuja decisão caberá aos Técnicos e Dirigentes do Clube. No caso de abandono sem a devida autorização, será aberto um processo disciplinar ao nadador em questão.

**2.11.** Nas competições que impliquem estadia, o clube será responsável pelo alojamento, guarda e alimentação de toda a equipa. Se, em caso de dificuldades financeiras, tal não seja possível, será comunicado em devido tempo (em reunião) aos respectivos encarregados de educação.

**2.12.** O nadador não participante na competição, não poderá integrar a equipa, salvo em circunstâncias excepcionais previamente consideradas. **No caso de exceção deverá estar equipado de igual modo que a equipa.**

**2.13.** É fundamental o cumprimento escrupuloso das indicações dos treinadores e dos dirigentes presentes.

**2.14.** Durante o decorrer das provas, é obrigatória a permanência, em grupo, no local definido pelos treinadores e dirigentes, sem dispersão para contacto com nadadores de outras equipas, amigos ou familiares, com excepção da devida autorização pelos responsáveis.

**2.15.** Os nadadores deverão tratar respeitosamente todos os elementos envolvidos na competição e acatamento e consequente não discussão das decisões da arbitragem.

**2.16.** Os nadadores devem atempadamente apresentarem-se antes e depois das provas ao treinador, na câmara de chamada e pódios aquando da sua solicitação, devidamente equipado.

**2.17.** A participação em Meetings e Campeonatos Nacionais, independentemente dos TAC's, será sujeita à decisão da equipa técnica.

### **3. DEVERES / DIREITOS DOS ATLETAS**

Todos os nadadores filiados no nosso clube que cumpram as normas estabelecidas têm direito a:

**3.1.** Representar o Sporting Clube de Espinho nas provas regionais e/ou Nacionais para as quais sejam convocados.

**3.2.** Seguro desportivo de acidentes pessoais em treinos, provas e deslocações.

**3.3.** Utilização do material e equipamento cedido pelo clube, que deverá ser entregue à secção de natação em caso de abandono da equipa. Responsabilização pela substituição do mesmo quando perdido ou danificado por mau uso.

**3.4.** Utilização do cartão de sócio do clube.

**3.5.** Adotar uma postura consentânea com o respeito devido ao Clube.

**3.6.** Dignificar da imagem pública do Clube.

**3.7.** Tratar respeitosamente de todos os colegas, dirigentes, técnicos e outros.

**3.8.** Utilizar linguagem e gestos eticamente adequados.

**3.9.** Colaborar com o Capitão e Sub-Capitão de Equipa.

**3.10.** O não cumprimento das normas orientadoras, nomeadamente, as faltas às sessões de treino e competições, a repetitiva falta de pontualidade às ações programadas e a existência de comportamento disciplinar negativo, poderá sujeitar a nadadora a sanções desportivas que serão definidas pela secção após análise dos factos. Assim o nadador poderá perder o direito de participação em provas e/ou de participar nas sessões de treino.

#### **4. PERMANÊNCIA NA EQUIPA**

4.1. Devido à limitação de espaço de treino a que estamos sujeitos, só poderão permanecer nas classes de Nataação Competitiva, os atletas que durante a época desportiva em curso comprovem possuir nível técnico e desportivo que assegure a homogeneidade da classe que frequentam, em conformidade com as decisões da equipa técnica e dirigentes da secção.

#### **5. INSCRIÇÕES/PAGAMENTOS**

5.1. Os pagamentos devem ser efetuados entre os dias 1 a 8 de cada mês. No ato da inscrição deverão pagar a Taxa de Inscrição + Cota do mês de Setembro e no mês de Outubro, a Cota de Outubro e Julho.

5.2. Multas/Atrasos de pagamento:

- Mais de 8 dias (+ 10%);
- Mais de 15 dias (+ 25%);
- Mais de 1 mês, serão impedidos de treinar e participar em provas.

5.3. Em caso de falta por longo período de tempo, devido a doença ou outro motivo de força maior, os atletas deverão continuar a pagar as Cotas. (Casos excepcionais poderão ser, no entanto, alvo de análise).

5.4. Os nadadores que não realizem o pagamento referente ao mês de Junho dentro do prazo limite, serão imediatamente impedidos de treinar.

5.5. Em caso de desistência durante a época em curso, não será restituída o valor da Cota do mês de Julho.

5.6. No caso de um nadador ter estado no ativo na época anterior e pretender regressar a qualquer altura da época em curso, terá que regularizar as respetivas Cotas desde o início da mesma.

5.7. O nadador que por qualquer motivo abandone a equipa de nataação e posteriormente deseje voltar, na presente época, este terá que obrigatoriamente regularizar as Cotas durante o período de ausência.

#### **6. EXAMES MÉDICOS DESPORTIVOS**

6.1. Todos os nadadores devem realizar e entregar o exame médico desportivo, **atestando a Robustez Física necessária** para a prática de nataação competitiva na época 2020/2021, **no seu mês de aniversário.** Caso não seja entregue, o nadador será impedido de treinar até à apresentação do exame médico desportivo válido.

6.2. O exame deverá ser realizado nos moldes exigidos pela FPN, através da específica ficha de **“Exame Médico Desportivo”**, disponível para download no Menu “Documentação” do nosso website ([www.scenatacao.com](http://www.scenatacao.com)).

6.3. É da responsabilidade de cada atleta realizar o exame médico junto das entidades competentes para o efeito.

#### **7. SECÇÃO DE NATAÇÃO**

7.1. **O não cumprimento deste regulamento poderá sujeitar o nadador(a) a sanções desportivas que serão definidas pela secção após análise dos factos.** Informamos que todos os assuntos relacionados com a secção de nataação devem ser tratados **única e exclusivamente com os responsáveis da secção.** A secção de nataação na época de 2020/2021 terá nos seus quadros os elementos abaixo indicados:

##### **DIRIGENTES**

- **Paulo Freitas** – Diretor da Secção de Nataação/Delegado de Nataação Pura e Artística
- **Arsénio Barbosa** – Delegado de Nataação Pura

##### **TÉCNICOS**

- **Carlos Silva** – Coordenador Técnico da Nataação Pura
- **Tiago Marques** – Treinador de Nataação Pura
- **Rita Freitas** – Treinadora de Nataação Pura

A Secção Nataação do S. C. Espinho  
Espinho, 21 de Setembro de 2020