



CLUBE DESPORTIVO PINHALNOVENSE

Fundado a 5 de agosto de 1948 – Pessoa Coletiva de Utilidade Pública (17/12/1984)

C.M. Palmela, Medalha de mérito grau Ouro (ações relevantes Associativas)
C.M. Palmela, Medalha de mérito grau Cobre (ações relevantes na Formação de futebol 2018/2019)

FUTEBOL * GINÁSTICA * BASQUETEBOL * GYM-FITNESS * CAMPISMO e MONTANHISMO



Av. Liberdade, Campo de jogos "Santos Jorge" 2955-114 Pinhal Novo * Tel.: 212 361 214 / Tlm.: 925 321 931 * e-mail: cdpinhalnovenense@outlook.com * www.pinhalnovenense.pt

REGULAMENTO INTERNO 2021/2022

Ginástica

1 - INTRODUÇÃO

1.1 O presente “Regulamento interno” para a modalidade de Ginástica para a época desportiva 2021/22, visa estabelecer uma base de compromisso entre o Clube Desportivo Pinhalnovenense (CDP), Atletas e respetivos Encarregados de Educação (E.E.), cuja aceitação será subscrita e entregue uma cópia no ato de inscrição no CDP.

1.2 A modalidade de Ginástica do CDP, abrange as classes:

- **Iniciação**
- **Acrobática Iniciação; formação; Avançada; Competição e Competição avançada**
- **Trampolins / Tumbling Iniciação e competição**
- **Aulas de Grupo**

1.3 A Competição terá a sua atividade e desenvolvimento desportivo em provas distritais da Associação Distrital de Ginástica de Setúbal (ADGS), ou ainda pela Federação Portuguesa de Ginástica de Portugal (FGP). Poderão participar em complemento da atividade, em Saraus lúdicos organizados pelo CDP ou de outros Clubes.

1.4 Todas as classes, terão um nº mínimo de atletas para justificar a sua atividade e um nº máximo compatível com critérios técnicos e de espaço disponível do respetivo treinamento.

1.5 Será afixado no início de cada época desportiva o plano/horário de treinos semanal, que se realizam no Pavilhão Desportivo Municipal do Pinhal Novo, ou, na ausência de condições, em pavilhões da região. Salvo orientação técnica, não haverá treinos nos feriados Nacionais ou Municipal e nos encerramentos impostos pela gestão do Pavilhão Municipal.

2 - INSCRIÇÃO

2.1 Formalidades - é obrigatório o preenchimento e entrega da “ficha de inscrição CDP”, no acto da inscrição no CDP, com os seguintes documentos: uma foto tipo passe, cópias (autorizadas) de BI/CC do atleta e do Tutor de Educação (T.E.) e declaração médica de aprovação da aptidão, para a prática da modalidade.

2.2 Inscrição - após o cumprimento das formalidades de inscrição, o atleta ficará sujeito a um valor de inscrição, constante em tabela anexa, para todas as classes de carácter lúdico ou competitivo. Os valores de inscrição destinam-se a custear, despesas administrativas, cartão de Sócio/Atleta do CDP, inscrição na ADGS e ainda seguro de acidentes desportivo, obrigatório.

2.3 O Atleta não poderá ser inscrito na época seguinte com quaisquer valores financeiros pendentes em atraso.

3 – QUOTA, SÓCIO/ATLETA

-Após a inscrição o Sócio/Atleta ficará sujeito a uma “Quota Sócio/Atleta” (Estatutária) obrigatória, que lhe dará direito à formação desportiva com parâmetros físico/técnicos enquadrados à sua idade, à prática desportiva lúdica ou competitiva, organizada pelo CDP ou outra entidade. A “Quota Sócio/Atleta” será aplicada de Novembro de 2021 a Junho de 2022, sendo que a respeitante a junho de 2022 será liquidada e repartida pelos meses devidos após a inscrição. O valor da “Quota Sócio/Atleta” será afixada no início da época desportiva, em tabela anexa.

3.1 Caso existam irmãos inscritos na mesma época, a estes será concedido um desconto de €5,00.



CLUBE DESPORTIVO PINHALNOVENSE

Fundado a 5 de agosto de 1948 – Pessoa Coletiva de Utilidade Pública (17/12/1984)

C.M. Palmela, Medalha de mérito grau Ouro (ações relevantes Associativas)
C.M. Palmela, Medalha de mérito grau Cobre (ações relevantes na Formação de futebol 2018/2019)

FUTEBOL * GINÁSTICA * BASQUETEBOL * GYM-FITNESS * CAMPISMO e MONTANHISMO



Av. Liberdade, Campo de jogos "Santos Jorge" 2955-114 Pinhal Novo * Tel.: 212 361 214 / Tlm.: 925 321 931 * e-mail: cdpinhalnovenense@outlook.com * www.pinhalnovenense.pt

3.2 A liquidação da “Quota Sócio/Atleta” é efetuada até ao dia 08 do mês a que pertence, diariamente na secretaria do CDP (loja azul), no Pavilhão nos horários de treino, junto do seccionista da modalidade, ou ainda por depósito ou transferência bancária, através do **IBAN: PT50 0010 0000 4898 4880 0013 9** findo este prazo o CDP reserva-se no direito a ações disciplinares internas sobre os atletas, que poderão ir a suspensão da atividade de formação.

4 - VESTUÁRIO DESPORTIVO

4.1 - Os Atletas, enquanto em representação e treinamento, são obrigados a equiparem-se com as cores Estatutárias do CDP.

4.2 - Para a presente época desportiva, o vestuário base obrigatório, além de calçado adequado, será fornecido pelo CDP gratuitamente a todos atletas inscritos, 1 T-Shirt e 1 Sweat de treino.

4.3 - Todos os atletas deverão adquirir o equipamento para participação em todos os eventos; Maillot para os saraus, fato de treino, equipamento de saída e opcionalmente equipamentos de treino adicionais, junto do Seccionista da Modalidade, semanalmente no Pavilhão, conforme tabela anexa.

4.4 – O vestuário desportivo de treino obrigatório será composto por: Sapatilhas, leggings de cor preta, ou calção azul para Atletas masculinos; t-shirt ou Sweat do CDP, sob pena de ser vedado a entrada do Atleta no treino.

4.5 - O CDP, poderá acordar patrocínios desportivos para inserção no vestuário de treino e de saída.

5 - OUTRAS OBRIGAÇÕES E DEVERES DO ATLETA

5.1 As faltas aos treinos ou a eventos, deverão ser comunicadas com a maior antecedência possível ao Treinador ou ao Coordenador Técnico, cabendo a estes tomar a decisão sobre a prática desportiva do Atleta.

5.2 Nos dias de treino só é permitida a entrada dos Atletas na zona técnica (reservada), nos 10 minutos anteriores à hora marcada, período concedido para se equiparem.

5.3 Por motivos de segurança, os Atletas devem apresentar-se à atividade desportiva sem brincos, piercings, fios ou pulseiras, etc.

5.4 O Atleta deve acatar com respeito e obediência as indicações do seu Coordenador, Treinador ou Diretor, em tudo o que envolva a sua atividade desportiva, incluindo a convocatória para os eventos, competições oficiais, que vierem a acontecer, devendo esta ser assinadas.

5.5 É dever do Atleta respeitar e tratar com lealdade aos Agentes Desportivos e restantes colaboradores do CDP.

5.6 Cumprir rigorosamente os horários pré estabelecidos, de treinos e concentrações.

5.7 Os atletas nomeados para a colaboração com a equipa técnica para colaborar na arrumação do material de treino, devem executar essas tarefas conforme determinado.

6 - UTILIZAÇÃO DE INSTALAÇÕES DESPORTIVAS

6.1 É recomendável e desejável que todos os Atletas tomem o seu banho pessoal, após a sua atividade desportiva, tendo em conta critérios de higiene, saúde e espírito de grupo.

6.2 O CDP não se responsabiliza, pelo desaparecimento de dinheiro ou outros objectos de valor deixados no balneário/vestiário, assim como os deixados por esquecimento após a sua utilização. Os objectos não reclamados, após 2 meses serão entregues a uma Instituição de Solidariedade Social local.



CLUBE DESPORTIVO PINHALNOVENSE

Fundado a 5 de agosto de 1948 – Pessoa Coletiva de Utilidade Pública (17/12/1984)

C.M. Palmela, Medalha de mérito grau Ouro (ações relevantes Associativas)
C.M. Palmela, Medalha de mérito grau Cobre (ações relevantes na Formação de futebol 2018/2019)

FUTEBOL * GINÁSTICA * BASQUETEBOL * GYM-FITNESS * CAMPISMO e MONTANHISMO



Av. Liberdade, Campo de jogos "Santos Jorge" 2955-114 Pinhal Novo * Tel.: 212 361 214 / Tlm.: 925 321 931 * e-mail: cdpinhalnovoense@outlook.com * www.pinhalnovoense.pt

6.3 Os Atletas devem respeitar as indicações e critérios de utilização, indicadas pelos Diretores e Treinadores, de modo a mante-los higienicamente limpos, para voltar a ser utilizados por outros atletas.

7 – TRANSPORTES

- O CDP tem uma frota limitada para todas as suas necessidades, assim será aplicado o seguinte critério:

7.1 – Eventos não Federados - Organizado com os encarregados ou familiares por razões de segurança.

7.2 - Competições Oficiais - O CDP, assegurará ou participará sempre o transporte dos atletas quando as competições oficiais se realizem a uma distância superior a um raio de 50 km.

- Sempre que o Atleta utilizar os transportes do Clube, tem de respeitar as instruções do Diretor/treinador ou motorista e ter um comportamento exemplar dentro do veículo, não sendo permitido comer, beber, e ter comportamentos lesivos para a imagem do Clube.

8 - POSTO MÉDICO E SEGURO DESPORTIVO

- O CDP dispõe de um "Posto-médico", habilitado a intervir em pequenas ocorrências e com a possibilidade de administrar pequenos tratamentos aos acidentes desportivos, que avaliará sempre o grau de gravidade do acidente desportivo e tomará, conjuntamente com o Treinador/Diretor/Coordenador de forma de encaminhamento para exterior.

8.1 Quando a gravidade da ocorrência o aconselhe, será acionada a linha médica 112, sendo o Atleta encaminhado para a unidade médica indicada e, caso o justifique, será feita a participação de sinistro à Seguradora que abrange o Atleta.

Em caso algum o CDP se responsabiliza por despesas de acidentes desportivos que não tenham participação de sinistro á Seguradora ou que não sejam previamente avaliadas através do seu "Posto-médico".

8.2 Seguro Desportivo de acidentes pessoais de Atleta amador (DL 10/2009) - no ato de inscrição ao CDP o Atleta adere automaticamente a uma apólice de seguro subscrito pelo CDP de acidentes pessoais desportivo lúdico, ou de atividade competitiva, sendo que o CDP, não se responsabiliza para além dos capitais que constam nas respetivas apólices.

8.3 No caso de participação à seguradora, as despesas têm que ser previamente autorizadas, exceto as efetuadas nos hospitais públicos onde **as despesas de transporte não são elegíveis**. Será fixada a franquia, acordada para cada época desportiva, que duplicará em caso de cirurgia, se esta não for realizada dentro da rede de prestadores da seguradora.

9 - OBRIGAÇÕES E DIREITOS DOS ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO

- Ao inscrever o Atleta para a prática desportiva no CDP, o seu T.E. assume tacitamente este **Regulamento Interno** e o acompanhamento do Atleta no seu cumprimento. Nesta perspetiva, a sua intervenção deverá assumir um caráter pedagógico, de incentivo às boas práticas, esforço, dedicação e respeito pelas regras definidas.

9.1 É vedada aos Tutores de Educação, as seguintes práticas:

- Entrar nas zonas reservadas à prática desportiva, designadas "área desportiva"

- Dirigir comentários ou orientações aos Atletas ou Treinadores.

- Proferir palavras injuriosas ou ofensivas aos Agentes Desportivos ou outros comportamentos socialmente reprováveis.



CLUBE DESPORTIVO PINHALNOVENSE

Fundado a 5 de agosto de 1948 – Pessoa Coletiva de Utilidade Pública (17/12/1984)

C.M. Palmela, Medalha de mérito grau Ouro (ações relevantes Associativas)
C.M. Palmela, Medalha de mérito grau Cobre (ações relevantes na Formação de futebol 2018/2019)

FUTEBOL * GINÁSTICA * BASQUETEBOL * GYM-FITNESS * CAMPISMO e MONTANHISMO



Av. Liberdade, Campo de jogos "Santos Jorge" 2955-114 Pinhal Novo * Tel.: 212 361 214 / Tlm.: 925 321 931 * e-mail: cdpinhalnovoense@outlook.com * www.pinhalnovoense.pt

10 - ACÇÃO DISCIPLINAR

- O CDP reserva-se no direito, de sancionar disciplinarmente os Atletas que infringirem as regras deste Regulamento Interno, ou na sequência dos seus atos, coloquem em causa o normal funcionamento do CDP. As medidas a aplicar, serão ajustadas em função da gravidade/reincidência da ocorrência, e em qualquer dos casos, não haverá lugar à devolução de Quotas de Sócio/Atleta já pagas. As sanções e a sua tipificação são as seguintes:

- > **Advertência verbal**, entre Treinador e Atleta
- > **Interrupção da atividade**, entre Diretor, treinador e Atleta
- > **Suspensão temporária da atividade**, entre Diretor e Coordenador Técnico
- > **Expulsão do CDP** – Direção do CDP, depois de ouvido o Coordenador técnico

Todas as sanções disciplinares são registadas no processo individual do Atleta

- O Atleta excluído, apenas poderá regressar ao CDP dentro da mesma época desportiva, depois de liquidar as Quotas de Sócio/Atleta em atraso ou outros valores em falta.

11 - DIREITO À IMAGEM

- Ao CDP será reservado o direito à utilização da imagem do Atleta, para utilização der atividade promocional, canais sociais e site oficial do Clube, panfletos, cadernetas de cromos ou demais eventos que o Clube entenda dinamizar.

12 - POLÍTICA DE PRIVACIDADE

Os dados inseridos em formulários, são recebidos e tratados pelo CDP, com a finalidade com que foram submetidos e serão utilizados apenas para utilização interna e para que seja possível contactar de volta o Atleta ou o E.E. Em caso algum, o CDP passará quaisquer dados a entidades estranhas ao relacionamento Associativo ou Federativo a que o CDP se obriga na normal gestão desportiva e no cumprimento do objeto Estatutário

13 - APOIO ALIMENTAR

O CDP fornecerá apoio alimentar a todos os atletas convocados, e que venham a participar em atividade competitiva, composto por uma sande com fiambre/queijo, bebida tipo refrigerante.

14 - CASOS OMISSOS

Para questões não previstas no presente Regulamento Interno, o CDP, reserva-se no direito à sua resolução, mediante critérios de bom senso, após a consulta dos signatários.

A Direção, 1 de Novembro de 2021