



## REGOLAMENTO ASSOCIATI ASD

cod. fisc: 97903540157  
sede in Via Scheiwiller 12, Milano

Il presente regolamento disciplina i rapporti tra l'associazione e i propri Soci/Atleti, relativamente alla gestione e all'organizzazione delle attività sportive. L'iscrizione all'associazione è disciplinata dal presente regolamento che il singolo si impegna a rispettare.

### Iscrizione

Sono ammessi alla partecipazione ai corsi tutti gli associati iscritti e tesserati alla A.s.d., in regola con il pagamento della quota. Possono iscriversi bambini dai 4 anni compiuti. L'iscrizione si effettua consegnando i moduli prestampati, debitamente sottoscritti dal richiedente o, in caso di minore, da un genitore o chi ne fa le veci.

All'atto dell'iscrizione occorrerà presentare:

- modulo di iscrizione debitamente compilato da consegnare direttamente in palestra all'incaricato o da inviare via mail all'indirizzo [info@ga.mi.it](mailto:info@ga.mi.it) ;
- certificato medico che attesti l'idoneità alla pratica dell'attività sportiva (per i corsi agonistici è richiesto il certificato medico per attività sportiva agonistica), in caso non si fosse in possesso del certificato all'atto dell'iscrizione, occorrerà consegnarlo entro e non oltre 15 giorni dall'avvenuta iscrizione, pena l'esclusione dalle attività. Sarà possibile richiedere il modulo per effettuare la visita medico sportiva via mail o direttamente alle insegnanti dei corsi;
- accettazione del presente regolamento opportunamente firmato.

Gli iscritti verranno inseriti nei corsi con criteri stabiliti dai responsabili degli stessi.

### Corsi

Il pagamento dei corsi potrà essere rateale o in forma unica. Per chi scegliesse il pagamento rateale, le quote dovranno essere versate entro le seguenti date:

- 1^ rata al momento dell'iscrizione, entro e non oltre il 31 Ottobre;
- 2^ rata entro e non oltre il 31 Dicembre;
- 3^ rata da versare entro e non oltre il 31 Marzo.

Il ritiro o l'interruzione della frequenza dell'atleta dal corso non dà diritto alla restituzione delle quote associative versate. L'omesso pagamento della quota entro i termini indicati, comporterà l'interruzione dell'allenamento: la ginnasta potrà entrare in palestra, ma solo come visitatore.

La quota comprende: diritto a frequentare la palestra ed i corsi a cui si è iscritti, possibilità di partecipare ai saggi societari e ad altri eventuali eventi organizzati o a cui si deciderà di partecipare in veste di società sportiva (vedi paragrafo dedicato).

La quota di affiliazione, tesseramento a ente sportive/ federazione dovrà essere pagata a parte in un'unica soluzione ( € 50,00).

La quota non comprende:

- body societario, necessario per partecipare a tutte le manifestazioni sportive societarie (esibizioni, saggi e gare). Il costo del body è variabile, il modello verrà scelto dallo staff societario tenendo conto delle caratteristiche delle ginnaste e delle eventuali necessità del caso;
- altro materiale per le manifestazioni sportive societarie (mezzepunte, attrezzi, divisa societaria, costumi saggio etc...). Si fa presente che per le manifestazioni sportive F.G.I. del settore Silver e Gold è obbligatorio l'utilizzo della divisa societaria durante le sfilate e le premiazioni;
- quote di iscrizione alle competizioni ed eventuali spese di trasferta e pernottamento per gare fuori regione.

### **Durata e frequenza dei corsi**

Per i corsi del settore Ritmica, la durata e la frequenza dei corsi segue il calendario scolastico

### **Certificazione medica**

All'atto dell'iscrizione è obbligatoria la presentazione del certificato medico in corso di validità, attestante l'idoneità alla pratica sportiva agonistica. L'accesso alla palestra sarà consentito solamente a coloro che hanno presentato il Certificato medico e gli istruttori hanno l'obbligo di vietare l'accesso a chi non è in regola.

### **Abbigliamento e pettinatura**

È richiesto alle allieve di presentarsi con abbigliamento idoneo, tale da consentire alle insegnanti di osservare al meglio le ginnaste: leggings o short, maglie o canotte attillate, body da allenamento.

Non è consentito partecipare alla lezione con abbigliamento non idoneo, che impedisca di eseguire movimenti in totale libertà (jeans, gonne, felpe o maglie ampie e/o con cappuccio, pantaloni non aderenti). Ai piedi è consigliato utilizzare calzini, scarpette da ginnastica ritmica (mezzepunte). È bene evitare l'utilizzo di gioielli per questioni di sicurezza personale, in ogni caso la società declina ogni responsabilità per eventuali rotture o smarrimenti.

L'acquisto del body societario è obbligatorio per tutte le ginnaste che prenderanno parte a competizioni, sia federali che di altri enti di promozione. Il body verrà scelto dallo staff e potranno essere scelti modelli diversi per gruppi di ginnaste). Per chi prenderà parte alle competizioni F.G.I. sarà necessario procedere all'acquisto della divisa societaria (costituita da felpa/giacca e pantalone/leggings con stemma o logo societario). Per chi parteciperà alle competizioni non federali sarà sufficiente la maglia societaria , abbinata a leggings neri alla caviglia (privi di logo o bande colorate).

Su ogni body utilizzato in gara (sia societario che personale) dovrà essere apposto obbligatoriamente il logo societario da noi fornito: successivamente verranno date ulteriori indicazioni su come e dove applicarlo.

Su richiesta sarà possibile acquistare ulteriore materiale (come sacca, borsone, canotte, shorts) personalizzato con nome della ginnasta e logo societario (l'acquisto non è obbligatorio).

Per motivi di sicurezza non sono ammessi fermacapelli rigidi e cerchietti. I capelli devono essere obbligatoriamente raccolti con una coda, treccia o chignon, senza che ricadano sul volto. È fatto assoluto divieto di partecipare alla lezione con i capelli in disordine.

### **Attrezzatura sportiva**

Ricordiamo che gli attrezzi utilizzati per le competizioni sono a carico della ginnasta, durante l'allenamento potranno comunque essere utilizzati gli attrezzi societari presenti in palestra. Gli attrezzi da acquistare, suddivisi per fascia di età, sono i seguenti:

- da 5 a 8 anni: palla, fune, cerchio (altezza fino all'anca della ginnasta);
- da 9 anni: oltre agli attrezzi sopraccitati si valuterà l'acquisto a seconda del livello di preparazione raggiunto.

Per l'acquisto di questi prodotti vi invitiamo a consultare la vostra allenatrice che saprà consigliarvi al meglio.

Sarà necessaria, inoltre, dell'attrezzatura ausiliaria necessaria allo svolgimento della lezione (materiale reperibile al Decathlon o sui vari siti specializzati) che verrà indicata dalle insegnanti a seconda delle esigenze (pesi, elastici, etc.).

### **Comportamento in palestra**

È richiesta la massima puntualità e la maggior presenza possibile agli allenamenti. Chiediamo di comunicare tempestivamente alle insegnanti eventuali assenze, ritardi o uscite anticipate. All'interno della palestra non sarà consentito l'utilizzo di cellulari o altri apparecchi elettronici (pc, tablet...), che dovranno essere riposti in borsa con modalità "silenzioso". Durante le lezioni e gli allenamenti è fatto divieto ai genitori o accompagnatori di sostare nella palestra o nei corridoi adiacenti. Gli allievi sono invitati ad arrivare in palestra con un certo anticipo che permetta loro di cambiarsi e di iniziare la lezione in perfetto orario. All'interno della palestra è vietato mangiare.

Vi invitiamo inoltre ad evitare di intrattenere le insegnanti durante l'orario di lezione per evitare interruzioni o ritardi nello svolgimento della lezione. Sarà possibile parlare con le istruttrici nei 15 minuti che seguono le lezioni. In caso di necessità sarà possibile richiedere un incontro con le insegnanti ed i responsabili dell'Associazione, scrivendo una mail a [info@ga.mi.it](mailto:info@ga.mi.it), specificandone le motivazioni.

### **Responsabilità**

All'atto dell'iscrizione, i genitori degli allievi, o chi ne fa le veci, si assumono la responsabilità per gli eventuali rischi che possono derivare dalla pratica della Ginnastica Ritmica. L'Associazione non si assume responsabilità su eventuali infortuni o danni a terzi causati da un comportamento scorretto degli allievi ed altresì declina ogni responsabilità per incidenti ed infortuni che dovessero subire gli iscritti al di fuori dell'orario di lezione e comunque non sotto il controllo dell'istruttore in conseguenza di comportamenti non regolamentari. È assolutamente vietato per le persone non iscritte all'Associazione utilizzare gli spazi e l'attrezzatura della palestra per qualsiasi attività.

L'Associazione non potrà rispondere di furti e danni ad oggetti personali depositati e lasciati incustoditi all'interno degli spogliatoi o nelle aree esterne alla palestra che non possono essere soggette a sistematico controllo e/o custodia da parte del personale addetto alla palestra.

### **Frequenza dei corsi, partecipazione a saggi e manifestazioni societarie**

Il corso equivale a tutti gli effetti ad un corso di studio, non si tratta quindi di un'attività fine a sé stessa priva di scopi di apprendimento. Si richiede quindi di evitare il più possibile di assentarsi dalle lezioni ed in caso di assenze numerose e/o prolungate, non si garantisce la partecipazione a saggi e manifestazioni societarie. In caso di assenze prolungate o di ritiro dai corsi, si invita ad avvertire l'allenatrice, motivandone la causa.

La programmazione dell'attività del settore agonistico è esclusiva pertinenza dall'insegnante che in base alle esigenze specifiche stabilirà le modalità tecniche e i tempi degli allenamenti. La scelta della partecipazione della/del ginnasta a gare e/o manifestazioni è di esclusiva pertinenza dell'insegnante responsabile del corso di appartenenza dell'atleta. Tutte le informazioni sugli impegni di gara (luogo, giorno e orario) saranno comunicati dall'insegnante con opportuno anticipo. La quota di iscrizione alle gare nazionali organizzate dalla Federazione Ginnastica d'Italia o da altri Enti di promozione sportiva, sarà a carico dei partecipanti, come le eventuali spese di trasferta e pernottamento, se non diversamente comunicato dai referenti societari.

Tutte le informazioni inerenti la partecipazione a gare e/o manifestazioni o allenamenti in sedi tecniche esterne saranno comunicati alle famiglie dalle insegnanti.

### **Accettazione del presente regolamento**

Gli iscritti ai corsi di qualsiasi ordine e grado (o i legali tutori, nel caso dei minori) con l'adesione all'associazione dichiarano di essere a conoscenza del presente regolamento e di accettarne integralmente il contenuto.

Luogo e data \_\_\_\_\_

Firma per presa visione \_\_\_\_\_