



ΗΡΑΚΛΕΙΟ ΡΥΘΜΟΣ ΑΘΛΗΣΗ

Παγκρήτιο Στάδιο, Θύρα 17

713 03, Ηράκλειο



Κανονισμός Λειτουργίας Ακαδημίας

Εισαγωγή – Φιλοσοφία και Σκοπός

Η συμμετοχή μιας αθλήτριας στην Ακαδημία του ΗΡΑ σημαίνει ότι η ίδια και οι γονείς ή κηδεμόνες της αποδέχονται τον παρόντα κανονισμό. Στόχος του είναι η γνωριμία των παιδιών με τη γυμναστική, η ανάπτυξη των σωματικών και ψυχικών τους δυνατοτήτων, η καλλιέργεια της αυτοπεποίθησης, της συνεργασίας, της πειθαρχίας και του σεβασμού, μέσα σε ένα ασφαλές και δημιουργικό αθλητικό περιβάλλον.

Ας θυμόμαστε πάντα ότι βασικός μας στόχος είναι η διαμόρφωση ολοκληρωμένων προσωπικοτήτων μέσα από τον αθλητισμό, παράλληλα με την αγωνιστική εξέλιξη να αποτελεί φυσική συνέχεια για όσα παιδιά το επιθυμούν και διαθέτουν τις κατάλληλες προϋποθέσεις.

1. Παρουσία, προετοιμασία και συμμετοχή στις προπονήσεις

Στις προπονήσεις είναι εξαιρετικά σημαντική η ενημέρωση και προετοιμασία των παιδιών:

1.1. Τα παιδιά προσέρχονται στην προπόνηση τουλάχιστον 10 λεπτά πριν από την έναρξη, ώστε να προετοιμάζονται χωρίς βιασύνη.

1.2. Κατά τη διάρκεια της προπόνησης όλες οι αθλήτριες φορούν την προβλεπόμενη αθλητική ένδυση (κορμάκι, κολάν, παπούτσια ρυθμικής γυμναστικής) και έχουν τα μαλλιά τους προσεγμένα και δεμένα. Για λόγους ασφαλείας δεν επιτρέπεται να φορούν κοσμήματα. Ο σύλλογος συνεργάζεται με προμηθευτές που παρέχουν εκπτώσεις στα μέλη του και οι σχετικές πληροφορίες δίνονται από τις προπονήτριες.

1.3. Η χρήση κινητών τηλεφώνων κατά τη διάρκεια της προπόνησης δεν επιτρέπεται. Τα κινητά παραμένουν στην τσάντα, σε αθόρυβη λειτουργία.

1.4. Κάθε αθλήτρια πρέπει να έχει μαζί της ένα μπουκαλάκι νερό και μία μικρή πετσέτα.

1.5. Τα μαθήματα πραγματοποιούνται χωρίς την παρουσία γονέων ή συνοδών στον χώρο προπόνησης. Κατ' εξαίρεση, μπορεί να επιτραπεί η παρουσία συνοδού έπειτα από συνεννόηση με τις προπονήτριες. Κατά διαστήματα διοργανώνονται ανοικτά μαθήματα και παρουσιάσεις, για τα οποία προηγείται σχετική ενημέρωση.

1.6. Σε περίπτωση απουσίας από προπόνηση ή αγωνιστική υποχρέωση, οι γονείς ή κηδεμόνες οφείλουν να ενημερώνουν έγκαιρα τις προπονήτριες.

2. Αθλητική περίοδος και προπονητική λειτουργία

Η αγωνιστική χρονιά αρχίζει την 1η Σεπτεμβρίου και ολοκληρώνεται την 31η Ιουλίου, με τυχόν αλλαγές προσαρμοσμένες στο αγωνιστικό ημερολόγιο (καλεντάρι). Κατά τη διάρκεια της χρονιάς είναι δυνατόν να διοργανώνονται camp, masterclass, εκπαιδευτικά σεμινάρια και άλλες αθλητικές ή πολιτιστικές δράσεις.

3. Οικονομικές υποχρεώσεις

Οι μηνιαίες συνδρομές για την οικονομική ενίσχυση της ομάδας καταβάλλονται προκαταβολικά το πρώτο 10ήμερο κάθε μήνα, μέσω της εφαρμογής **myTeam** που θα πρέπει όλοι οι γονείς ή κηδεμόνες να εγκαταστήσουν στο κινητό τους, όπου υπάρχει απευθείας online εξυπηρέτηση μέσω πιστωτικής κάρτας. Για τον τρόπο χρήσης και για τυχόν απορίες θα ενημερώνονται από τις προπονήτριες. Τα έξοδα των αγώνων επίσης θα εξυπηρετούνται μέσω της εφαρμογής κατόπιν έγκαιρης ενημέρωσης που θα γίνεται για τις συγκεκριμένες αγωνιστικές υποχρεώσεις.

4. Διακοπές, αργίες και ενημέρωση για αλλαγές

Οι προπονήσεις διακόπτονται κατά τις διακοπές των Χριστουγέννων, του Πάσχα και στις επίσημες αργίες, όταν οι αθλητικές εγκαταστάσεις παραμένουν κλειστές. Για κάθε αλλαγή στο πρόγραμμα οι γονείς ενημερώνονται μέσω της εφαρμογής αλλά και μέσω ανακοινώσεων στην ιστοσελίδα και στα επίσημα μέσα επικοινωνίας.

Οι προπονήσεις διακόπτονται κατά τις διακοπές των Χριστουγέννων, του Πάσχα και στις επίσημες αργίες, όταν οι αθλητικές εγκαταστάσεις παραμένουν κλειστές.

Σε περίπτωση που το **Παγκρήτιο Στάδιο παραμένει κλειστό**, κυρίως λόγω αγωνιστικών ή άλλων υποχρεώσεων του ΟΦΗ ή των Εθνικών ομάδων ποδοσφαίρου, και ως εκ τούτου δεν είναι δυνατή η πραγματοποίηση προγραμματισμένων προπονήσεων, τα μαθήματα που δεν πραγματοποιούνται **αναπληρώνονται, όσο αυτό είναι δυνατό**, με βάση τη διαθεσιμότητα των χώρων, των προπονητριών και του συνολικού προγράμματος λειτουργίας των τμημάτων.

Στόχος του ΗΡΑ είναι να καλύπτονται, στο μέτρο του δυνατού, όσο το δυνατόν περισσότερες από τις ώρες προπόνησης που χάνονται.

Για κάθε αλλαγή ή αναπροσαρμογή του προγράμματος, οι γονείς ή κηδεμόνες ενημερώνονται έγκαιρα μέσω της εφαρμογής **myTeam**, καθώς και μέσω των επίσημων μέσων επικοινωνίας του ΗΡΑ (ιστοσελίδα μας και μέσα κοινωνικής δικτύωσης).

5. Εκδηλώσεις, δράσεις και βραβεύσεις

Όλες οι αθλήτριες συμμετέχουν στις εκδηλώσεις του συλλόγου (Χριστουγεννιάτικη, Αποκριάτικη, Καλοκαιρινή και άλλες δράσεις), όπου πραγματοποιούνται βραβεύσεις για αθλητικές επιτυχίες, αθλητικό ήθος, σχολικές επιδόσεις ή κοινωνική προσφορά.

Ορισμένες εκδηλώσεις μπορεί να έχουν και φιλανθρωπικό ή εθελοντικό χαρακτήρα.

6. Αξιολόγηση, αθλητική εξέλιξη και σύνθεση τμημάτων

Η αξιολόγηση των αθλητριών από το προπονητικό επιτελείο είναι συνεχής καθ' όλη τη διάρκεια της αθλητικής περιόδου. Με βάση τις δυνατότητες, την πρόοδο, τη συνέπεια και τη συνολική αγωνιστική προοπτική τους, επιλέγονται οι αθλήτριες που θα στελεχώσουν τα προγράμματα και τη σύνθεση των προαγωνιστικών και αγωνιστικών τμημάτων. Η απόφαση ανήκει αποκλειστικά στις προπονήτριες.

Για οποιοδήποτε θέμα αφορά την αθλητική πορεία της αθλήτριας, οι γονείς μπορούν να επικοινωνούν μόνο με τις προπονήτριες.

7. Υγεία, ιατρική παρακολούθηση και ασφάλεια

Πριν από την συμμετοχή ακόμα και στην πρώτη προπόνηση προσκομίζεται εντός 5ημέρου ιατρική βεβαίωση για την υγεία του παιδιού ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΑ.

8. Επιδείξεις και συμμετοχή σε διοργανώσεις

Η συμμετοχή σε αγώνες, επιδείξεις, camp, φεστιβάλ και άλλες δράσεις αποφασίζεται από τις προπονήτριες και τη διοίκηση, λαμβάνοντας υπόψη τη συνέπεια, την αγωνιστική ετοιμότητα, τη συμπεριφορά και την τήρηση των υποχρεώσεων της αθλήτριας.

10. Φωτογραφικό και οπτικοακουστικό υλικό

Κατά τη διάρκεια προπονήσεων, αγώνων, διοργανώσεων και λοιπών εκδηλώσεων ενδέχεται να λαμβάνεται φωτογραφικό ή οπτικοακουστικό υλικό με σκοπό την προβολή, ενημέρωση και ανάδειξη των αθλητικών δραστηριοτήτων και του έργου του ΗΡΑ.

10.1. Με την εγγραφή της αθλήτριας και την αποδοχή του παρόντος Κανονισμού Λειτουργίας από τον γονέα ή κηδεμόνα, δηλώνεται ότι έχει προηγουμένως ενημερωθεί και συναινεί στη λήψη, επεξεργασία και χρήση του ανωτέρω υλικού αποκλειστικά για τους σκοπούς προβολής και επικοινωνίας του Συλλόγου.

10.2. Η χρήση του φωτογραφικού και οπτικοακουστικού υλικού δύναται να πραγματοποιείται μέσω των επίσημων μέσων προβολής και επικοινωνίας του ΗΡΑ, όπως ενδεικτικά η επίσημη ιστοσελίδα, οι επίσημοι λογαριασμοί και σελίδες στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης (Facebook, Instagram, TikTok, YouTube κ.λπ.), καθώς και κάθε άλλο επίσημο έντυπο ή ηλεκτρονικό μέσο που χρησιμοποιείται για την ενημέρωση και προβολή των δράσεων του Συλλόγου.

10.3. Η αποδοχή του παρόντος Κανονισμού αποτελεί ταυτόχρονα δήλωση ενημέρωσης και συναίνεσης για την ανωτέρω χρήση του υλικού, σύμφωνα με τους αναφερόμενους σκοπούς και τα μέσα προβολής, καθώς και σύμφωνα με την ισχύουσα νομοθεσία περί προστασίας προσωπικών δεδομένων. Ο Σύλλογος δεσμεύεται ότι το υλικό θα χρησιμοποιείται αποκλειστικά για την ανάδειξη του αθλητικού έργου και των δραστηριοτήτων του, με σεβασμό στην προσωπικότητα και την ιδιωτικότητα των αθλητριών.

11. Προπονητικό προσωπικό, ωράρια και οργάνωση Τμημάτων

Η επιλογή, τοποθέτηση, κατανομή αρμοδιοτήτων, αναπλήρωση, αντικατάσταση ή οποιαδήποτε μεταβολή στο προπονητικό προσωπικό, καθώς και η διαμόρφωση ή τροποποίηση των ωραρίων, των τμημάτων και του προγράμματος προπονήσεων, αποτελούν αποκλειστική αρμοδιότητα και ευθύνη του Διοικητικού Συμβουλίου του ΗΡΑ. Οι σχετικές αποφάσεις λαμβάνονται με γνώμονα την εύρυθμη λειτουργία του συλλόγου, την ασφάλεια των αθλητριών και τη βέλτιστη παροχή αθλητικών υπηρεσιών. Οι γονείς ή κηδεμόνες δεν συμμετέχουν στη λήψη των ανωτέρω αποφάσεων και δεν δύνανται να παρεμβαίνουν σε θέματα στελέχωσης, κατανομής προσωπικού ή διαμόρφωσης του προπονητικού προγράμματος.

Πλαίσιο εφαρμογής και τροποποιήσεις

Ο Κανονισμός Λειτουργίας έχει θεσπιστεί και εγκριθεί στο υπ' αριθμ. 121 Διοικητικό Συμβούλιο του ΗΡΑ, που πραγματοποιήθηκε την 5/6/2022, με σκοπό την εύρυθμη λειτουργία των τμημάτων και την ισότιμη αντιμετώπιση όλων των αθλητριών.

Το ΔΣ του ΗΡΑ τροποποιεί ή συμπληρώνει τον Κανονισμό, όταν αυτό κρίνεται απαραίτητο, ώστε όλα τα τμήματα να λειτουργούν με τον καλύτερο δυνατό τρόπο. Τυχόν παρατηρήσεις, επισημάνσεις ή προτάσεις μπορούν να υποβάλλονται εγγράφως προς το Διοικητικό Συμβούλιο για αξιολόγηση, μέσω της φόρμας επικοινωνίας της ιστοσελίδας του ΗΡΑ. Ωστόσο, η συμμετοχή της αθλήτριας στις δραστηριότητες του

συλλόγου προϋποθέτει την αποδοχή και τήρηση του ισχύοντος Κανονισμού από την αθλήτρια και τον γονέα ή κηδεμόνα της.

Ο Πρόεδρος

Γεώργιος Κανάκης



Ο Γενικός Γραμματέας

Γεώργιος Μιχαλάκης