

Pravidlá tréningov OZ ESPINTA

1. Účel dokumentu

Tieto Pravidlá tréningov upravujú organizáciu tréningového procesu v OZ ESPINTA. Ich cieľom je zabezpečiť bezpečné, príjemné a efektívne prostredie pre všetkých členov.

Každý člen a jeho zákonný zástupca sú povinní oboznámiť sa s týmito pravidlami a dodržiavať ich.

2. Dochádzka na tréningy

Pravidelná dochádzka je jednou zo základných podmienok napredovania člena a úspešného fungovania celej skupiny.

V prípade neúčasti na tréningu je zákonný zástupca alebo plnoletý člen povinný oznámiť neprítomnosť trénerovi alebo prostredníctvom registračného systému, ak je táto možnosť dostupná.

Pri dlhodobej neprítomnosti (napríklad zo zdravotných dôvodov) je potrebné informovať OZ ESPINTA písomne bez zbytočného odkladu.

3. Príchod na tréning

Člen je povinný prísť na tréning včas.

Odporúčaný príchod je **5 až 10 minút pred začiatkom tréningu**, aby bol pripravený začať tréning načas.

Opakované neskoré príchody môžu negatívne ovplyvniť prípravu člena aj celej skupiny.

4. Oblečenie a vybavenie

Na tréning je potrebné prísť vo vhodnom športovom oblečení podľa pokynov trénera.

Člen je povinný mať:

- ponožky, tanečné piškóty alebo gymnastické návleky podľa pokynov trénera,
- vhodné športové oblečenie,
- upravené vlasy (zviazané do copu alebo drdolu),
- fľašu s vodou.

Z bezpečnostných dôvodov nie je dovolené mať počas tréningu šperky ani iné predmety, ktoré by mohli spôsobiť zranenie.

5. Správanie počas tréningu

Počas tréningu je každý člen povinný:

- rešpektovať pokyny trénera,
- správať sa slušne a ohľaduplne,
- nerušiť ostatných členov,
- dbať na bezpečnosť svoju aj ostatných,
- starať sa o zverené vybavenie a priestory.

Nevhodné správanie, úmyselné poškodzovanie majetku alebo opakované narušanie tréningu môže byť dôvodom na prijatie disciplinárnych opatrení.

6. Mobilné telefóny a elektronické zariadenia

Počas tréningu musia byť mobilné telefóny, inteligentné hodinky a iné elektronické zariadenia vypnuté alebo nastavené do tichého režimu.

Používanie mobilného telefónu počas tréningu je dovolené iba so súhlasom trénera.

7. Zdravotný stav

Člen sa môže zúčastniť tréningu iba v prípade, že jeho zdravotný stav umožňuje bezpečné vykonávanie športovej činnosti.

Ak člen pociťuje bolesť, nevoľnosť alebo utrpí počas tréningu zranenie, je povinný túto skutočnosť bezodkladne oznámiť trénerovi.

8. Náhrada tréningov

Členský príspevok predstavuje príspevok na zabezpečenie činnosti OZ ESPINTA a nie je platbou za jednotlivé absolvované tréningy.

Neúčast' člena na tréningu nezakladá automatický nárok na náhradný tréning ani na vrátenie časti členského príspevku.

O možnosti náhrady tréningu alebo individuálneho riešenia rozhoduje OZ ESPINTA podľa prevádzkových možností.

Ak je tréning zrušený zo strany OZ ESPINTA, klub sa bude snažiť zabezpečiť primeranú náhradu v inom termíne, pokiaľ to bude možné.

9. Zodpovednosť za osobné veci

Každý člen si za svoje osobné veci zodpovedá sám.

OZ ESPINTA nezodpovedá za stratu, poškodenie alebo odcudzenie osobných vecí ponechaných bez dozoru v priestoroch tréningu.

Odporúčame nenosiť na tréning cennosti ani vyššie finančné hotovosti.

10. Rodičia počas tréningov

Počas tréningov rešpektujú zákonní zástupcovia pokyny trénerov a organizačné pravidlá OZ ESPINTA.

V záujme zabezpečenia nerušeného priebehu tréningu nie je vstup rodičov do tréningového priestoru povolený, pokiaľ tréner neurčí inak.

11. Pravidlá pre súťažné skupiny

Členstvo v súťažných skupinách OZ ESPINTA je dobrovoľné, no zároveň si vyžaduje vyššiu mieru zodpovednosti, pravidelnej dochádzky a tímovej spolupráce.

Účast' na všetkých **vopred oznámených a na rodičovskom stretnutí odsúhlasených súťažiach, vystúpeniach, generálnych skúškach, mimoriadnych tréningoch a nácvikoch choreografií** je pre členov súťažných skupín povinná.

Účast' v súťažnej skupine nie je právnym nárokom člena, ale je podmienená pravidelnou dochádzkou, zodpovedným prístupom, disciplínou, tímovou spolupracou a plnením povinností vyplývajúcich z členstva v OZ ESPINTA.

Výnimku z povinnej účasti tvoria iba závažné zdravotné dôvody alebo iné mimoriadne okolnosti, ktoré je zákonný zástupca povinný bezodkladne písomne oznámiť OZ ESPINTA.

Opakovaná alebo dlhodobá neúčast' na povinných tréningoch, generálnych skúškach, súťažiach alebo nácvikoch choreografií bez vážneho dôvodu môže negatívne ovplyvniť pripravenosť celej choreografie a ostatných členov tímu.

V prípade, že člen alebo jeho zákonný zástupca nebude tieto podmienky opakovane alebo dlhodobo rešpektovať, vyhradzuje si OZ ESPINTA právo rozhodnúť o vyradení člena zo súťažnej skupiny a jeho preradení do prípravnej skupiny zodpovedajúcej veku a výkonnostnej úrovni.

O zaradení alebo preradení člena rozhoduje hlavný tréner alebo štatutárny zástupca OZ ESPINTA po individuálnom posúdení konkrétnej situácie.

12. Záverečné ustanovenia

Tieto Pravidlá tréningov sú záväzné pre všetkých členov OZ ESPINTA a ich zákonných zástupcov.

OZ ESPINTA si vyhradzuje právo tieto pravidlá primerane aktualizovať. Aktuálne znenie je vždy zverejnené na webovej stránke **www.espinta.sk**.