

Pravidla klubu ASK Denisy Herodesové pro všechny členy (závodníky, trenéry, rodiče)
Pravidla klubu platná od šk. roku 24/25

Tréninky

- účast na trénincích, výjimka je nemoc či vážné rodinné důvody
- omluvy z tréninků konkrétnímu trenérovi, který v daný den na tréninku je (viditelné na webových stránkách), ideálně den předem, pokud to není náhlý případ neúčasti
- včasné příchody na trénink dětí i trenérů (komplikace při pozdním příchodu především pro týmy, předejít případnému natažení svalů a ostatním úrazům)
- účast na všech závodech - při případné absenci člena týmů dochází k ovlivnění celého týmu pro účast na závodech - omluvou je nemoc či vážné rodinné důvody
- účast na soustředěních v létě i v zimě (týdenní letní soustředění, soustředění v Praze na konci letních prázdnin, zimní soustředění) - omluvou je nemoc či vážné rodinné důvody
- účast na všech víkendových a choreografických trénincích - omluvou je nemoc či vážné rodinné důvody
- neúčast na běžných trénincích týden před závody = neúčast na závodech
- rodiče nechodí samovolně do tělocvičen během probíhajících tréninků, nahlédnutí je samozřejmě možné po domluvě s trenérem, musíme respektovat bezpečnostní pravidla základní školy T. G. Masaryka
- rodič i trenér instruuje dítě k tomu, aby bylo schopné dojít samostatně do šatny u tělocvičny a zvládlo se samostatně převléknout, z hlediska bezpečnostních pravidel základní školy T. G. Masaryka není možné dítě doprovázet do šaten, případně na něj v prostorách školy čekat
- samostatné odchody dětí z tréninku nahlásit trenérům, odevzdat trenérům formulář pro samostatný odchod dítěte z tréninku
- pokud dojde ke zranění dítěte na tréninku, trenér neprodleně informuje zákonného zástupce, platí i v opačném případě, pokud dojde ke zranění dítěte na tréninku, dítě je poučené, že musí trenérovi nahlásit, pokud dojde ke zranění dítěte mimo trénink, požádáme Vás o předání informace trenérovi vzhledem k dalšímu postupu při přípravě na závody

Závody

- dodržovat daný sraz dětí a trenérů, pro děti i trenéry, tj. čas, který je vždy s dostatečným předstihem psán v rozpisech na webových stránkách klubu
- příjezd půl hodiny po stanoveném čase = odhlášení ze závodů, resp. není možnost dítě na daném závodě registrovat, přihlásit k závodě, pokud nastane výjimečná situace ihned kontaktovat trenéra
- rodiče na závodech nezasahují do rozcvičování, závodu, fandí na tribuně, děti se soustředí pouze na daný závod, závodníci fandí všem ostatním z klubu, případně i jiným závodníkům, proto neodchází či neodjíždí ze závodů podle sebe, ale až poté, kdy mají všichni závodníci z klubu odzávoděno

- trenéři si přebírají závodníky a připravují je na daný závod, líčení, účesy, převlékání do dresů, rozcvičení, samotný závod
- po vyhlášení jednotlivých bloků závodu, kategorií, dochází k hromadnému focení, závody ukončuje trenér, výjimka je včasná domluva rodiče s trenérem pro dřívější odjezd
- závodníci mají u sebe všechny potřebné věci, které jsou vypsány na webu klubu - požádáme Vás o kontrolu před každým závodem
- pokud dojde k tomu, že závodník vyroste a dres je mu malý, vždy je případná změna konzultována s trenérem a to před nadcházejícím závodem, po letních prázdninách, po vánočních prázdninách proběhne řízená zkouška dresů trenéry na tréninku
- závodí dresy jsou před každým závodem dozdobeny, trenéři jsou k dispozici k pomoci

Sestavy

- závodní sestavy budou vždy tvořeny a vybírány trenéry tzn. že budou trenéři určovat závodní kategorii - singl, duo, tým, fitness tým apod., samozřejmě vše bude řešeno a vysvětleno jednotlivému závodníkovi
- do dalších závodních sezón budou závodníci závodit, pokud to bude v možnostech sestavení daných týmů, jednu sestavu sportovního aerobiku a jednu sestavu fitness aerobiku, pokud by to mělo být jinak, bude to na rozhodnutí trenéra, sestavy jsou sestavovány podle věku, výkonnosti závodníka, také se dbá na přechody z nižší do vyšší věkové kategorie a přechody z nižší do vyšší výkonnostní třídy svazu

Platby

- včasná úhrada - kurzovné, startovné, soustředění, kempy apod., klub je vázán na fakturaci pronájmů základní školy T. G. Masaryka, případně dalších sportovišť, dále při soustředěních a kempech návaznost na fakturaci z ubytovacího a stravovacího zařízení, startovné je vázáno na fakturaci svazu aerobiku apod.

Komunikace

- komunikace pomocí e-mailu, spíše souhrnné, informační e-mail
- komunikace rodičů a trenérů přes WA, SMS či hovory ideálně do 20 hod, pro běžné informace či urgentní případy
- veškeré informace jsou k nalezení na webových stránkách klubu, potřebné je mít vytvořené přihlášení, jelikož do některých sekcí se dostanou pouze přihlášení uživatelé
- individuální tréninky, případně účast na aerobikových kempech nabízených jinými kluby, svazem aerobiku apod. je možná po domluvě s trenérem, který to prokonzultuje se všemi trenéry