

OHJEITA UIMAREILLE JA HUOLTAJILLE

Pelissäännöt

Seuran vastuulla on luoda asianmukaiset harjoitteluolosuhteet. Valmentajan vastuulla on tehdä tavoitteellinen harjoittelusuunnitelma sekä toteuttaa tätä päivittäisessä valmennustyössä. Uimarin vastuulla on harjoitella valmentajan ohjeiden mukaisesti sekä huolehtia itsestään vapaa-ajalla. Uimarin tulee huolehtia riittävästä levon ja ravinnon määrästä ja laadusta. Vanhempien on hyvä keskittyä oman uimarinsa tukemiseen arjessa ja harrastuksissa, jättäen kuitenkin valmentamisen valmentajille.

Kausimaksu

Seuran hallitus määrittelee kunkin ryhmän kausimaksun. Kausimaksu maksetaan kaksi kertaa vuodessa (kevät /syksy) seuran tilille. Jokainen uimari maksaa ryhmälle määritetyn kausimaksun. Mahdolliset lisäharjoitukset toisessa ryhmässä lisätään kausimaksuun.

Kausimaksu sisältää valmennuksen, uimahallin rannekemaksun ja ryhmän kausisuunnitelmaan kuuluvat starttimaksut.

Kausimaksuun lisätään kerran vuodessa seuran jäsenmaksu.

Mikäli uimari on sairastapauksen tai ruumiinvamman vuoksi yhtäjaksoisesti yli kaksi kuukautta pois harjoituksista, hänelle voidaan myöntää alennettu hinta kuluvan kauden kausimaksusta. Päätöksen asiasta tekee seuran hallitus.

Mikäli uimari lopettaa uintiharrastuksen seurassa kesken kauden tulee kausimaksu suorittaa ilmoituskuukauden loppuun asti.

Tietoa kilpailemisesta

Kilpailuihin osallistuakseen uimari tarvitsee Uimaliiton BlueCard -kilpailijalisenssin. Lisenssi on voimassa aina yhden kilpailukauden (1.8. - 31.7.)

Lisenssin voi lunastaa suoraan Uimaliiton sivuilta <http://www.uimaliitto.fi/liitto/bluecard-lisenssi/>

Kilpailuihin ilmoittautuminen suoritetaan ryhmän valmentajan toimesta. Lajit kilpailuihin valitaan valmentajan ja uimarin yhteistyöllä. Lisätietoa kilpailemisesta <http://www.uintiklubiturku.fi/> ryhmien sivuilta sekä <http://www.uimaliitto.fi/uinti/kilpailukalenteri/> . Mikäli uimari jää ilman hyväksyttävää syytä pois kilpailuista, joihin hänet on ilmoitettu -seura laskuttaa starttimaksut uimarilta tai hänen huoltajaltaan.

Seuralla on mahdollisuus laskuttaa startit, jotka uimari jättää starttaamatta.

Leiri -ja kilpailumatkoista

Seura järjestää uimareilleen kilpailu -ja leirimatkat. Seuran matkanjärjestäjä vastaa matkojen toteuttamisesta. Seura myy matkat kokonaispaketteina.

Uimari ei saa osallistua kilpailuihin tai leireille, jos hänen terveydentilansa aiheuttaisi riskin hänen terveydelleen. Sairastumis / vammautumistapaiksissa tulee kulut hakea omasta vakuutusyhtiöstä. Kyseisissä tapauksissa seura vastaa startti/ osallistumismaksuista.

Jos uimari on ilmoitettu kisoihin on hän sairastuttuaan tai vammauduttuaan velvollinen toimittamaan seuralle lääkärintodistuksen terveydentilastaan. Jos lääkärintodistusta ei toimiteta, on uimari velvollinen korvaamaan starttimaksut/osallistumismaksut seuralle.

Leiri -ja kilpailumatkoille sitovat ilmoittautumiset tehdään seurassa käytössä olevaan Ilmari -ohjelmaan seuraavasti:

1. SM, LRSM, NSM, LRNSM, IKM-uinnit viimeistään 14 vrk ennen tapahtuman alkua. Näihin tapahtumiin lasketaan vuorokausihinta, joka sisältää täysihoidon kilpailumatkan aikana.
2. ROLLO -uinnit Rollo-vastaavan ohjeiden mukaan.
3. Muiden kilpailu -ja leirimatkojen ilmoittautumiset tehdään myös Ilmari-järjestelmään. Linkin avautumisesta tiedotetaan erikseen. Ilmoittautumiset tulee tehdä annettujen päivämäärien rajoissa. Leirimatka tulee olla maksettuna kokonaan ennen matkalle lähtöä.
4. Urheilijan sairaus / vammautumis- tapauksissa mahdolliset kulut ovat uimarin huoltajan vastuulla. Kuluista, jotka johtuvat uimarin sairastumisesta tai vammautumisesta, vastaa uimari tai hänen huoltajansa. Seura vastaa kuitenkin menetetyistä starttimaksuista etukäteen toimitettua lääkärintodistusta vastaan. Uimarin / uimarin huoltajan tulee varmistaa vakuutuksen kattavuus. Vakuutus ei välttämättä korvaa matkaa sillä perusteella, että vamma/sairaus on harjoituksen estävää jos urheilija pystyy kuitenkin matkustamaan.
5. Seura ei järjestä matkoja uimareiden huoltajille.

Käyttäytyminen kilpailu ja leirimatkoilla (urheilijat ja valmentajat)

Urheilija sitoutuu matkan aikana käyttäytymään siten, ettei hän menettelyllään tai epäurheilijamaisella käyttäytymisellään aiheuta vahinkoa seuralleen, liitolleen, lajilleen tai urheilulle yleensä.

Urheilija on velvollinen noudattamaan niitä yleistä järjestystä koskevia määräyksiä ja ohjeita, joita liiton/ seuran kilpailu- tai harjoitusmatkalle valitsema matkanjohtaja tai valmentaja tehtävässään hänelle antaa.

Lisäksi urheilija sitoutuu noudattamaan liiton/ seuran kilpailutoimintaan liittyviä sääntöjä ja kurinpitomääräyksiä.

http://www.uimaliitto.fi/site/assets/files/11436/kevatkokous_2017_kurinpitomaaraykset.pdf

Alkoholin, tupakkatuotteiden tai muiden päihdyttävien aineiden käyttö on kielletty.

Uimarien kohdalla vastuussa oleva valmentaja päättää välittömistä kurinpidollisista seurauksista seuran hallituksen linjausten mukaisesti. Seuran hallitusta on tiedotettava viivytyksettä kaikista kurinpidollisista asioista. Seuran hallitus toimii kurinpitoasioissa korkeimpana päättävänä elimenä ja se voi ottaa käsiteltäväkseen minkä tahansa kurinpitoasian.

Mikäli urheilija rikkoo näitä ohjeita, voidaan urheilijan valmennusrahaston käyttöoikeudet evätä.

Valmentajan / joukkueenjohtajan vastuu

1. Valmentaja tai matkalle määrätty joukkueenjohtaja on vastuussa joukkueesta koko leiri /kilpailumatkan ajan
2. Valmentaja /joukkueenjohtaja johtaa joukkuetta omalla esimerkillisellä käytöksellään

Varusteet

ÅSK:lla on varustesopimus ARENA kanssa. Kilpailuissa tulee aina käyttää asianmukaisia seuran varusteita.

Lisätietoja saa varustevastaava Lulu Konkalta ask.varusteet@gmail.com

Hallirannekeet

Uusi ranneke kadonneen tai rikkoutuneen tilalle tulee uimarin/huoltajan ostaa Impivaaran kassalta.

Puhdas urheilu

ÅSK:ssa urheillaan puhtaasti. Uimarin omalla vastuulla on ottaa selvää käytettävistä lääkkeistä ja lisäravinteista.

Lisätietoa saa Suomen Antidopingtoimikunnan sekä Maailman Antidopingtoimikunnan sivuilta.