



NORMATIVA DE L'ALPICAT VOLEI ASS SOBRE EL COMPORTAMENT EN L'ACTIVITAT ESPORTIVA DELS SEUS JUGADORS/ES.

Tots els jugadors i jugadores del Club han de conèixer, respectar i complir unes normes bàsiques de comportament d' aquesta disciplina esportiva. Aquestes normes estan basades en valors que han de ser l'eix de l'educació de les persones que componen el club :

1. **Responsabilitat** : Pel fet de formar part d'un equip és important d'assumir el compromís d'assistir als entrenaments i partits per respecte a un mateix, als companys/es i l'entrenador/a encarregat/da de l'equip.
2. **Puntualitat** : Cal començar a entrenar a l'hora en punt per poder aprofitar les hores d'entrenament i per respecte a les altres persones q participen en l'activitat .
3. **Vestuari** : Per aconseguir un bon desenvolupament de l'activitat és necessari estar preparat amb l'equipament adequat, unes sabatilles esportives adequades i exclusives per fer l'activitat.Pels moments de menys activitat cal dur un jersei per evitar contrastos de temperatura bruscos i una ampolla d'aigua per reposar els líquids perduts durant l'esforç físic. És convenient entrenar sense rellotges, pulseres o altres elements que puguin resultar perillosos.
4. **Respecte** : És un valor a trasmetre cap :
 - Entrenador/a : les indicacions que doni a cadascun dels jugadors/res, les decisions que prengui tan en els entrenaments com en els partits, trofeus i trobades esportives. Representa l'autoritat i per tant la figura unificadora de cada equip. En cas d'irregularitats sorgides en els entrenaments i/o partits (mal comportament, protestes, abandó , impuntualitat,...) s'ha d'informar a l'entrenador/a o a la Junta Directiva, si és de caràcter greu.
 - Companys : S'han de valorar cadascún dels companys/es d'equip.
 - Instal.lacions i personal encarregat del seu manteniment: Per qualsevol desperfecte en el material o les instal.lacions que s'hagi ocasionat pel mal ús, el responsable serà sancionat a pagar els desperfectes.
5. **Neteja i ordre** : Tots els membres d'un equip es canviaran en el mateix vestidor. Després dels entrenaments i dels partits caldrà tenir cura del propi cos fent ús de la dutxa.Cal mantenir-lo net i endreçat.
6. **Comportament esportiu** : La conducta de les persones que formen part del Club han d'evitar paraules, comportaments i actituds irrespectuoses, no tolerants i incorrectes cap als altres.

L'incumpliment de la nòrmativa serà objecte de sanció per part dels responsables corresponents.