



## ESCUELA CLUB OURENSE ATLETISMO

CIF G-32314379

Módulo Cubierto de Atletismo – Pabellón Os Remedios  
Rúa Pardo de Cela, 2 (32002 Ourense)

[escuela@clubourenseatletismo.es](mailto:escuela@clubourenseatletismo.es)  
<http://www.clubourenseatletismo.es>



### NORMAS DE COMPORTAMIENTO

Los alumnos que formen parte de la **Escuela del Club Ourense Atletismo** deberán seguir una serie de normas mínimas de comportamiento y actuación:

- ✓ La más importante es que las relaciones entre alumnos, entrenadores y personal auxiliar se deben basar en el respeto mutuo y la aceptación de las diferencias individuales. Esto excluye todo tipo de violencia, lenguaje grosero, palabras y gestos insultantes o despreciativos.
- ✓ Cumplir el horario que se establezca por los responsables de la Escuela
- ✓ Asistir y participar activamente en las actividades programadas
- ✓ Seguir y respetar las orientaciones y recomendaciones técnicas de los entrenadores en todo momento
- ✓ Respetar los materiales, mobiliario y las instalaciones de entrenamiento
- ✓ Respetar y considerar los entrenamientos de los compañeros
- ✓ Respetar la dignidad, integridad e intimidad de los compañeros de entrenamiento
- ✓ **NO** se permitirá el uso de teléfonos móviles durante los entrenamientos
- ✓ Se recomienda encarecidamente que los alumnos lleven un botellín de agua a todos los entrenamientos a lo largo de todo el año (sobre todo en épocas de más calor)
- ✓ Asimismo, se recomienda encarecidamente que los alumnos sigan unas mínimas pautas de higiene tras finalizar los entrenamientos.
  - *Teniendo en cuenta que, en lo que respecta a los alumnos de mayor edad, habrá un buen número de entrenamientos que se realizarán en las pistas del Campus Universitario, esta recomendación toma mayor importancia en este caso. Dichas pistas disponen de vestuarios y duchas para ello.*
- ✓ Los alumnos avisarán con tiempo suficiente a sus entrenadores o responsables de los problemas que puedan tener a la hora de acudir a las diferentes competiciones en las que puedan participar, con el fin de no formalizar sus inscripciones en caso de no ir. Para facilitar estos avisos, desde la Escuela se informará a los padres con la antelación suficiente de las fechas de las distintas competiciones programadas así como, cuando se disponga de ellos, de los horarios de dichas pruebas. Asimismo, estas competiciones y sus respectivos horarios serán publicados con antelación en la web del Club ([www.clubourenseatletismo.es/blog](http://www.clubourenseatletismo.es/blog)), y en los tablores del módulo cubierto.

Los entrenadores, en caso de incumplimiento de las normas más básicas de convivencia diaria, están facultados para tomar las decisiones que consideren convenientes en el momento de producirse el incumplimiento, entre ellas el apartar al alumno del resto de sus compañeros en la clase en que se produzca.

El incumplimiento del alumno será comunicado por los entrenadores al máximo responsable de la Escuela, informándose conjunta y posteriormente a los padres de lo acontecido.

La Escuela no es partidaria de disponer de un código “sancionador”, pero dependiendo de la gravedad del incumplimiento, se podrán tomar las decisiones disciplinarias adecuadas, en orden al correcto funcionamiento de la misma.



## NORMAS BÁSICAS DE COMPETICIÓN

### 1. UNIFORMIDAD

En competición, un equipo se define por la uniformidad de sus deportistas. La equipación básica del atleta es camiseta y pantalón (chicos), top o camiseta y braga (chicas) y chándal. Es **OBLIGATORIO** el acudir a todas las competiciones, sean de la especialidad que sean (pista, campo a través, ruta, populares), con el equipaje oficial del Club.

**NO SE PERMITIRÁ EL USO, DURANTE CUALQUIER COMPETICIÓN, DE OTRO MATERIAL (de competición o accesorio) QUE NO SEA EL ESPECÍFICAMENTE REPRESENTATIVO DEL CLUB EN LA ACTUALIDAD.**

El/la atleta portará en todo momento únicamente el material oficial del Club, tanto durante los calentamientos, como en la propia competición, y en la post-competición, sobre todo en los casos de tener que acudir a ceremonias de premiación, donde deberá acudir **obligatoriamente** con el chándal o, en su caso, la camiseta de calentamiento. De no disponer de la camiseta de calentamiento, se permitirá el uso de otra prenda (preferiblemente de color rojo) que **NO** lleve ninguna publicidad ajena al Club (*se prohíbe expresamente la utilización de la ropa de competición antigua*).

### 2. COMPETICIONES

- ⇒ En los casos de competiciones locales (sobre todo las escolares), los atletas deberán estar en el lugar de competición con una **antelación mínima de 45 minutos**, con su dorsal correspondiente (entregado por un delegado de la Escuela/Club), y a disposición del responsable designado para su atención.
- ⇒ En otro tipo de competiciones de control, las normativas de estos ya establecen un plazo de confirmación y recogida de dorsales para los atletas que, de no cumplirse, no podrán competir.
- ⇒ Los horarios de las distintas competiciones serán expuestos en los tabloneros del Módulo Cubierto con la antelación suficiente, pero en casos de modificaciones de última hora los horarios definitivos estarán **siempre** publicados en la página web del Club <http://www.clubourenseatletismo.es/blog>
- ⇒ En los Campeonatos por Equipos, se establece que todos los atletas deben viajar juntos, para dar una buena imagen de equipo, y sobre todo para (en casos necesarios) poder realizar los cambios que sean necesarios por los delegados. De no ser posible por cualquier razón **justificada**, deberán estar en el lugar de competición con una antelación mínima de **UNA HORA** respecto al horario oficial de su prueba.
- ⇒ Los atletas, en sus desplazamientos a las competiciones, deberán llevar siempre consigo la **Licencia RFEA** (de disponer de ella) o el **DNI** o documento de identificación correspondiente, pues es obligatorio presentarlo en Cámara de Llamadas (de existir), o incluso en el momento de retirar el dorsal.
- ⇒ Durante una competición por equipos, los atletas deberán seguir las normas siguientes:
  - Deberán estar a disposición de los delegados en todo momento, siendo estos los únicos responsables de decidir sobre su participación en la competición, y realizar cambios cuando se estime conveniente para el equipo.
  - No se les permitirá ausentarse de la zona de competición en ningún momento, salvo que su ausencia sea totalmente justificada y estén avisados los delegados del Club. En este caso, se podrá disponer que los atletas menores de edad sean acompañados por un adulto.
  - Se situarán todos juntos en una zona concreta del circuito, pista, etc. para poder animar a sus compañeros.