



# REGOLAMENTO ED INFORMAZIONI GENERALI SETTORE AGONISTICO<sup>1</sup>

## ATTIVITA' SVOLTA DALLA SOCIETA'

La Società svolge attività Federale F.I.H.P. e attività promosse da enti di promozione sportiva (U.I.S.P. o altre associazioni). L'adesione a queste associazioni è di competenza del Consiglio Direttivo.

## SPECIALITA' PRATICATE

Le specialità praticate sono:

**Singolo (obbligatori e libero)  
Gruppo e/o Quartetto**

Gli atleti accedono a qualsiasi specialità su proposta degli allenatori partendo dalla specialità di singolo.

E' facoltà dell'allenatore, limitare una o più specialità qualora l'atleta presenti difficoltà di apprendimento e/o non raggiunga i requisiti minimi per disputare le gare.

L'adesione alla specialità Gruppo e/o Quartetto, avviene su proposta/indicazione degli allenatori.

L'atleta sarà inserito nei gruppi di allenamento tenendo conto di questi criteri:

- età anagrafica,
- capacità tecniche,
- gare a cui dovrà partecipare.

## ALLENAMENTI

**La Stagione Sportiva inizia, ogni anno, a metà/fine agosto e termina a fine Luglio.**

**Gli atleti hanno l'obbligo di partecipare a tutti gli allenamenti** con puntualità e regolarità per poter apprendere gli elementi tecnici richiesti dalla categoria di appartenenza (Preparazione Atletica compresa)

**Eventuali ritardi o assenze devono essere comunicate per tempo, tramite i gruppi Whatsapp.**

**Gli atleti sono tenuti a partecipare a tutte le attività extra organizzate dalla società  
La società si impegna a comunicare con anticipo suddette date.**

Alcuni atleti potrebbero dover svolgere allenamenti integrativi con tecnici esterni. E' compito

---

<sup>1</sup> Gli atleti che fanno parte di questo settore devono avere body e tuta sociale..

dell'allenatore, in accordo con il Consiglio Direttivo, valutare quali atleti necessitino, o meno, di tale integrazione e proporlo alle famiglie, considerando che i costi di queste ore in più dovranno essere sostenuti direttamente da loro. La scelta dei tecnici esterni per queste ore integrative sarà in ogni caso effettuata dagli allenatori della Società in accordo e su autorizzazione del Consiglio Direttivo.

## **ALLENAMENTI PRIVATI**

Non è possibile svolgere allenamenti privati con gli allenatori della Società. Ogni allenamento al di fuori delle ore settimanali assegnate, potrà essere proposto dal tecnico referente di specialità in accordo con il Consiglio Direttivo (per le modalità di svolgimento vedi il punto precedente).

## **ABBIGLIAMENTO**

Gli atleti dovranno presentarsi ad allenamento con un abbigliamento ADEGUATO (Tenuta ginnica – gonnellino o leggings, maglia attillata, e capelli legati) – non sono permesse maglie/felpe/ pantaloni larghi che impediscono la visione del gesto tecnico)  
Scarpe da Ginnastica sempre in borsa.

Abbigliamento durante gli Stage/allenamenti con tecnici esterni – maglietta nera della società e leggings nero o body sociale, capelli legati.  
(Le atlete della categoria quartetti dovranno essere vestite UGUALI)

## **ACCESSO E UTILIZZO DELLA PALESTRA**

Gli atleti potranno accedere agli spogliatoi 10 minuti prima dell'inizio dell'allenamento.

L'inizio della lezione si aspetta seduti, senza disturbare chi sta finendo il proprio turno di allenamento.

Si suggerisce agli atleti di portare in palestra soltanto lo stretto necessario per lo svolgimento degli allenamenti e sarà loro cura custodire denaro e oggetti di valore di loro proprietà.

La Società non risponderà di furti, manomissioni, danni che si dovessero verificare agli effetti personali degli atleti, all'interno degli spogliatoi, durante le ore di allenamento.

I genitori degli atleti sono pregati di non fermarsi per assistere alle lezioni; in caso di effettiva necessità possono rimanere nei pressi della pista non disturbando gli allenatori e gli atleti.

Gli allenatori non vanno disturbati durante le lezioni (se non in caso di urgenza) e i genitori non devono impartire insegnamenti o correzioni agli atleti in nessuna occasione.

## **ACQUISTO E MANUTENZIONE DEI PATTINI**

La scelta del tipo di pattini, comprese ruote, gommini e altri accessori, è determinante per il buon svolgimento dell'attività sportiva pertanto è necessario il consiglio esperto dell'allenatore. Prima di acquistare qualsiasi tipo di attrezzo (nuovo e/o usato) chiedere sempre consiglio al proprio allenatore e non copiare dagli altri atleti della Società.

La manutenzione dell'attrezzo è a carico dell'atleta, il quale deve tenere controllato lo stato di usura dei freni e il buon funzionamento delle ruote.

In allegato<sup>2</sup> alcune indicazioni di massima su come mantenere in buono stato i propri pattini.

---

<sup>2</sup> Allegato 1 – "I pattini cosa è fondamentale sapere"

## **MANIFESTAZIONI**

Gli atleti sono invitati a partecipare alle manifestazioni che la Società organizza nel corso dell'anno e agli appuntamenti a cui la Società viene invitata, che saranno comunicati di volta in volta.

E' facoltà dell'allenatore decidere a quali manifestazioni potranno partecipare gli atleti di entrambi i settori. La decisione, in accordo con il consiglio, che si baserà sugli impegni della stagione agonistica e sulle richieste degli organizzatori delle manifestazioni.

## **ISCRIZIONI ALLE GARE<sup>3</sup>**

Gli atleti che accettano di far parte del settore agonistico hanno l'obbligo di partecipare alle gare. E' compito degli allenatori stabilire, in base alle capacità tecniche dell'atleta, a quale tipologia di gare ed in quale categoria, possono essere iscritti gli atleti. Il genitore è tenuto a far sì che l'atleta sia presente alle gare programmate, eventuali cancellazioni (accettabili solo in caso di malattia) devono essere comunicate entro 10 giorni dalla data del campionato.

E' bene che i genitori esprimano i propri dubbi in merito alle scelte, se ritengono che l'attività proposta richieda un numero troppo alto di ore di allenamento. Si precisa che, una volta effettuata l'iscrizione alle gare NON è più possibile modificarla fino alla stagione agonistica successiva.

In caso di malattia imprevista è preferibile che il genitore faccia pervenire alla dirigenza, presente sul campo di gara, un certificato medico rilasciato dal pediatra di base o da medici riconosciuti dal Servizio Sanitario Nazionale. Se questo non è possibile, il genitore dovrà inoltrare tale certificato, ENTRO IL GIORNO SUCCESSIVO lo svolgimento del campionato, alla Società per poterlo inviare al Comitato Provinciale, Regionale o Nazionale. In caso di mancata consegna, o comunque nel caso in cui la Federazione applichi alla Società una multa per mancata effettuazione della gara senza cancellazione, la relativa multa è a carico della famiglia.

Per la partecipazione alle gare, gli atleti e il gruppo e/o quartetto, devono preparare programmi di gara (dischi) differenziati, in base alle categorie di appartenenza, che verranno montati/coreografati dagli allenatori della Società con la collaborazione (se ritenuto necessario) di tecnici esterni e/o coreografi individuati dagli allenatori stessi, in accordo e su autorizzazione del Consiglio Direttivo.

La presenza di uno o più allenatori sarà determinata dal numero degli atleti in gara nella stessa giornata e nello stesso impianto e verrà autorizzata dal consiglio direttivo su indicazione dello staff di allenatori.

LA PARTECIPAZIONE ALLE GARE/COMPETIZIONI è SUBORDINATA AD UNA PARTECIPAZIONE CON COSTANZA E IMPEGNO AGLI ALLENAMENTI

## **DURANTE LE GARE**

Lo spirito sportivo che sta alla base della nostra "filosofia" va insegnato dando il buon esempio: chiediamo pertanto ai genitori di non esprimere commenti negativi sulle prestazioni del proprio figlio, di un compagno di squadra o di un atleta di altra Società. Qualunque disappunto nei confronti di comportamenti adottati da altri genitori, di allenatori, di dirigenti o di giudici, vanno rimandati all'allenamento successivo.

Per qualsiasi "problema" i genitori sono pregati di rivolgersi agli allenatori e dirigenti che sono,

---

<sup>3</sup> Gli atleti che prenderanno parte a gare di qualsiasi tipo dovranno avere oltre al body e alla tuta sociale, anche il proprio body di gara.

da sempre, disponibili al confronto costruttivo ma questo NON deve avvenire sul campo di gara e di fronte agli atleti.

**Lo spirito agonistico e la volontà di raggiungere buoni risultati, deve essere un buon esempio ma non deve diventare una "esasperazione" .**

Ricordiamo che UNA gara di pattinaggio "con scarse prestazioni", nella lunga carriera agonistica dei nostri atleti, NON compromette nulla.

Qualsiasi rimostranza nei confronti delle condizioni logistiche dell'impianto sportivo, degli orari di gara, del funzionamento dell'impianto sonoro, del punteggio della giuria, del sorteggio di entrata in pista ecc... è di esclusiva competenza del dirigente della Società o dell'allenatore firmatario della delega.

Gli atleti devono partecipare alla premiazione, qualsiasi sia la posizione raggiunta in classifica. La premiazione si effettua (salvo diversa indicazione dell'allenatore o del dirigente firmatario della delega) indossando il body sociale + i pattini.

L'atleta ha obbligo di partecipare alle prove pista ufficiali previste dal programma di gara. Qualora siano possibili prove pista a pagamento, i costi sono a carico delle famiglie e le prove potranno essere effettuate solo previo consenso dell'allenatore e del Consiglio Direttivo.

Ad ogni gara gli atleti saranno accompagnati da un allenatore e possibilmente da un dirigente. Nel caso in cui i campionati siano sovrapposti, è competenza degli allenatori, in accordo con il Consiglio Direttivo, partecipare alla gara di una categoria o dell'altra.

- Essere Genitore di un Atleta:
  - Se un genitore imparerà ad essere sportivo fin dall'inizio, potrà accompagnare il figlio fino al raggiungimento dei massimi traguardi sportivi, sempre con obiettività e serenità anche quando le cose non andranno magari come si sperava, oppure quando, vincendo, sarà necessario non montarsi la testa.
  - Non inneschiamo o sollecitiamo inutili meccanismi di gelosie, cerchiamo far capire che **per ottenere un risultato migliore devono impegnarsi di più e meglio, e che comunque c'è SEMPRE chi è migliore e chi è peggiore...**per questo non ci si deve vantare o deridere gli avversari
  - Mai farsi condizionare da un risultato positivo o negativo...guardare avanti!!
  - **Lascia l'allenatore allenare - Puoi non essere d'accordo con i modelli di lavoro dell'allenatore di tuo/a figlio/a, ma devi rispettare lui e il suo ruolo; se eventualmente sei preoccupato di qualcosa di significativo ed oggettivo, parlane in privato con i toni dovuti.**  
Se poi non concordi in toto con l'allenatore hai sempre una scelta: cambia squadra.
  - **Accettarsi per quello che si è...certe volte il tempo riserva delle sorprese: anche un brutto anatroccolo può diventare un cigno, bisogna aver fiducia in se stessi e guardare con fiducia al futuro, non confrontarsi troppo con gli altri, ma guardare al proprio miglioramento tecnico, coreografico, psicologico.**  
**Al di là del risultato sportivo, sarà sicuramente un successo personale.**

## **COMUNICAZIONI**

Le comunicazioni generali riguardanti l'attività della Società e gli allenamenti verranno prevalentemente inviate utilizzando i sistemi telefonici (messaggi postati sui gruppi) e/o appese in bacheca.

I programmi delle gare possono essere consultati sui siti FIHP UISP e AICS (regionali e nazionali) e verranno pubblicati in bacheca non appena le federazioni lo comunicheranno ufficialmente alla Società .

Nella certezza che tutti Voi prendiate atto e rispettiate quanto disposto in questo regolamento, ricordiamo che sarà cura del Consiglio Direttivo prendere eventuali provvedimenti nei confronti di chi non si attiene a quanto indicato.

A disposizione per qualunque suggerimento o chiarimento.

Il Consiglio Direttivo

## ALLEGATO 1

# I PATTINI: cosa è fondamentale sapere

Il pattino è composto da:

### SCARPA

è bene optare per una scarpa in cui l'atleta si senta comodo (le più utilizzate sono Edea o Risport). La scarpa ha una rigidità che aumenta con l'aumentare del peso e dell'età del pattinatore. Per sapere la durezza più appropriata, contattare l'allenatore

### PIASTRA

elemento su cui è appoggiata la scarpa, ha una lunghezza che varia a seconda del numero della relativa scarpa. Per sapere il modello più adeguato, Contattare l'allenatore.

nella piastra ci sono due CARRELLI nei quali sono inseriti i GOMMINI  
Per gli atleti agonisti, è bene **sostituire i gommini** all'inizio di ogni stagione sportiva.

La durezza dei gommini varia a seconda del peso dell'atleta.

Le durezze si distinguono in base al colore

Per conoscere il colore da utilizzare, contattare l'allenatore

### TAMPONI

presenti solo sui pattini da libero, servono per frenare ed effettuare le puntate.

Vanno sostituiti quando sono consumati (indicativamente quando non si vedono più i fori)

### RUOTE

variano a seconda delle specialità. Hanno diametro e durezze diverse.

è consigliabile che entro il SECONDO anno i gare, ogni atleta si doti di una valigetta contenete tutta la serie di ruote che verranno utilizzate solo alle gare

IL PRIMO ANNO DI GARE E' NECESSARIO ACQUISTARE LE RUOTE SEGNALATE CON ASTERISCO \*

Superfici:	Libero Diametro 55	Obbligatori Diametro 63	Quartetto
Rugose - cemento	Magnum o Giotto 60 (bianche)	Star Hd 84	Ice 97*
Medio rugose – cemento	Magnum o Giotto 57(gialle)*	Star Hd 75* – Hd 80	Ice 95*
Medio scivolose -	Magnum o Giotto 53 (Beige/panna)	Star Hd 70	Ice 92
Scivolose	Magnum o Giotto 49 (grigie)*	Star Cs 40*	Ice 90
Estremamente scivolose	Giotto 47 (blu)*	Giotto 47 (Blu)*	Ice 88*

Pattinomania – via ferrarese 165/F – 40128 Bologna  
051-361735

*GRAZIE per l'attenzione Le Allenatrici*