

Pravidla lyžařského oddílu TJ Sokol Skuhrov

1. Lyžařský oddíl TJ Sokol Skuhrov je sportovní oddíl se zaměřením na běžecké lyžování.
2. Cílem činnosti oddílu je přivést děti k pravidelnému sportování a celoročně reprezentovat oddíl na závodech!
3. Příprava dětí se řídí pravidelným tréninkem vypsanými tréninkovými rozpisy. Veškeré informace najdete na www.sokolskuhrov.cz.
4. Tréninkový plán je závazný. Nepřítomnost na tréninku omluvte (pomocí SMS, telefonicky, osobně) u příslušných trenérů. Je nutné utužovat u mládeže sportovní morálku a brát ohled na dobrovolné trenéry. Netrestejte své ratolesti zákazem tréninků. Trénink je výchovný učební motorický program. Školu za trest asi nezakazujete.
5. Rodiče svěřenců mají povinnost průběžně informovat o aktuálním zdravotním stavu dítěte (úrazy, akutní onemocnění, alergie). Případné zdravotní omezení dítěte je nutné oznámit předem trenérovi.
6. Na společných akcích se členové řídí pokyny trenérů a svým chováním nenarušují akce. Při závažném porušení může být svěřenec z akce vyloučen.
7. Povinností členů oddílu je co nejvyšší účast na závodech O pohár Libereckého kraje (přespolní běhy a lyžařské závody) a aktivní účast na dalších závodech určených termínovou listinou oddílu.
8. Oddílové oblečení (šustáková souprava, kalhoty závodního dresu) není nároková. Oblečení bude přidělováno na základě účasti na trénincích a hlavně na závodech.
9. Členové oddílu se musí řádně starat o zapůjčený materiál. Lyže musí být uloženy v lyžařských vacích a sepnuty „slepkami“. Lyže je nutné před závodem a tréninkem řádně očistit od starého vosku (i z boku).
10. Oddílové příspěvky zaplatíte do 31. října buď bezhotovostně na účet č. 605376123 / 0300 (variabilní symbol = rodné číslo dítěte) nebo hotově u trenéra oddílu. Možno smluvit splátky. Oddílový příspěvek „červená skupina“ je 4000 Kč za rok, „modrá skupina“ 3000 Kč za rok, „přípravka“ 2500 Kč za rok. Zařazení do jednotlivých skupin je určeno trenérskou radou.

V rámci členských příspěvků je zajištěno:

- pojištění proti úrazu na základě členství v TJ Sokol Skuhrov
- členská známka SOKOL
- členská průkazka Svazu lyžařů České republiky
- využití prostor sokolovny ve Skuhrově a tělocvičny ZŠ Pěňčín
- servisní příprava lyží, vosky, parafíny a další prostředky na přípravu lyží
- zapůjčení oddílového oblečení
- náklady na tréninkovou úpravu lyžařských tratí (provoz sněžného skútru)
- zapůjčení lyžařského vybavení (lyže, hole, obuv, případně kolečkové lyže, závodní dres, vak na lyže)

Důležité informace pro rodiče:

- v zájmu zdraví vašich dětí doporučujeme dítěti pořídit kvalitní běžeckou obuv a další vybavení zkontrolovat s trenéry
- po každém tréninku a závodě je nutné, aby se dítě převléklo do suchého náhradního oblečení a to v zimním i v letním období (spodní prádlo a ponožky)
- mít vhodnou stravu pro doplnění energie v průběhu tréninku (po poradě s trenéry)
- při tréninku na kole zodpovídají za dobrý technický stav kola rodiče, svěřenci musí mít vždy přilbu; na kolečkových bruslích - přilbu, chrániče na kolena, lokty a ruce; na kolečkových lyžích - helmu a rukavice
- dopravu dětí na tréninky a na závody zajišťují rodiče, v případě nemožnosti vlastní dopravy je nutná domluva výpomoci mezi jednotlivými rodiči - ideální je domluva přes „vzkazovníček“ na oddílových stránkách www.sokolskuhrov.cz