

PREMESSA

L'associazione sportiva dilettantistica **ALA Atletica Leggera Abbiategrasso (di seguito ALA)** è affiliata a **FIDAL** Federazione Italiana Di Atletica Leggera (FSN) dal 1982 – **ASI** Associazioni Sportive Sociali Italiane (EPS) dal 2019 – **FIASP** Federazione Italiana Amatori Sport Popolari dal 2010.

L'anno sportivo associativo inizia il 1° settembre di ogni anno e termina il 31 agosto dell'anno successivo.

MODALITÀ di PARTECIPAZIONE a CORSI e GARE

- a) **L'Atleta, per partecipare ai corsi e alle gare deve essere regolarmente iscritto per l'anno in corso (cfr. Mod. Iscrizione).** A tal proposito dovrà aver presentato il certificato medico (cfr. § Idoneità Sanitaria) secondo la normativa vigente e secondo i regolamenti federali, in mancanza del quale, l'iscrizione potrà essere NON accettata e/o SOSPESA. La facoltà di partecipare agli allenamenti, in forma di attività ludico-motoria, è concessa per sole 2 lezioni a tutti coloro che abbiano presentato il "Mod. Preiscrizione" compilato in tutte le sue parti e sottoscritto.
- b) **La partecipazione a gare e manifestazioni prive di omologazione FIDAL, ASI e/o FIASP è vietata. Ciascun atleta e/o socio – rispettivamente per il proprio tesseramento in corso – è diffidato dal partecipare a tali eventi, salvo deroghe scritte concesse dal Consiglio Direttivo.**
- c) **In tutte le gare è obbligatorio indossare abbigliamento societario con i colori (BLU-BIANCO-FUXIA);** in difetto, l'atleta non potrà partecipare alle gare e qualora l'atleta gareggiasse ugualmente, sarà addebitata a suo carico l'eventuale ammenda sanzionata alla società e qualsiasi altra spesa derivante da tale gesto. La divisa-gara sarà consegnata gratuitamente solo ed esclusivamente agli atleti che parteciperanno a gare FIDAL e ASI. Inoltre nei relativi database compare la data di scadenza del certificato medico, oltre la quale, l'atleta viene immediatamente sospeso e non potrà gareggiare fino a rinnovo dell'idoneità sanitaria (cfr. § Idoneità Sanitaria).
- d) **L'atleta, avvisato anticipatamente dal proprio tecnico, è tenuto a partecipare alle gare. L'eventuale impossibilità di partecipazione alle gare in calendario, dovrà essere comunicata anticipatamente al proprio tecnico, giustificando il motivo. Nessuno è autorizzato a partecipare a gare di propria iniziativa, qualsiasi partecipazione deve essere autorizzata dal proprio tecnico.**
- e) L'Associazione, i suoi Dirigenti e lo Staff Tecnico tutto, declinano ogni responsabilità per incidenti ed infortuni che si possano verificare durante il trasporto e l'accompagnamento in auto degli atleti alle manifestazioni.
- f) Chiunque non rispetti le direttive societarie e/o le comunicazioni dei tecnici, potrà essere soggetto di richiamo ufficiale da parte del Consiglio Direttivo.
- g) **Tutti gli atleti minorenni, dovranno essere SEMPRE accompagnati e ripresi all'interno dello stadio e/o delle palestre – più precisamente nei pressi degli spogliatoi – da una persona adulta.**
- h) L'atleta – o chiunque eserciti la patria potestà – è tenuto a giustificare eventuali assenze protratte per più di due settimane consecutive.

UTILIZZO STRUTTURE SOCIETARIE

- i) L'utilizzo delle strutture sportive comunali – concesse all'Associazione – è ammesso solo ed esclusivamente a soci/tesserati ALA, per i quali diventa presupposto indispensabile essere in regola con il tesseramento ed i pagamenti della stagione in corso ed a tutti gli atleti autorizzati dall'Associazione stessa (cfr. § Quote Associative e Planning Allenamenti).
- j) Ogni socio/tesserato ha il dovere di partecipare a tutte le iniziative organizzate da ALA, di maneggiare e utilizzare con cura tutte le strutture e le attrezzature messe a disposizione.
- k) È vietato entrare in qualsiasi luogo di allenamento e l'utilizzo delle strutture in assenza del tecnico responsabile, salvo deroghe scritte concesse dal Consiglio Direttivo.
- l) L'Associazione declina ogni responsabilità per furti, smarrimenti o danni ad oggetti e indumenti personali, avvenuti in sede di allenamento e/o di gara.

INFORMAZIONI GENERALI

- Gli atleti devono essere muniti di maglietta, tuta, k-way, scarpe da ginnastica, (dai cadetti in poi anche di scarpe chiodate e cronometro). Nella stagione invernale è opportuno avere felpe calde, ma leggere, cappello di lana e guanti.
- I genitori non sono ammessi sul campo d'allenamento o in palestra (devono restare sulle tribune).
- Tutti devono rispettare le comunicazioni date dal personale addetto agli impianti sportivi.
- Gli atleti/e devono presentarsi ai corsi e/o agli allenamenti con puntualità, rispettando l'orario d'inizio; chi arriva in ritardo crea disagio per il lavoro di gruppo.
- Eventuali avvisi saranno distribuiti al termine degli allenamenti, recapitati per posta, inviati tramite mail o altri canali telematici.
- Lo Statuto, il Regolamento Interno, il Modulo di Iscrizione e il Modulo di Preiscrizione della stagione in corso sono pubblicati sul sito e sono scaricabili per il loro utilizzo e consultazione.
- Per eventuali comunicazioni e/o informazioni, si può consultare il sito oppure inviare una mail all'indirizzo scritto in calce.

Per tutto quanto non descritto nel presente regolamento, si rimanda allo statuto dell'associazione.

Rev. 4 del 3 settembre 2020

a.s.d. ALA
Atletica Leggera Abbiategrasso
Il Consiglio Direttivo

Pagg. 2 di 4

QUOTE D'ISCRIZIONE

ALA dà la possibilità, a chiunque voglia far parte del sodalizio, di poter essere tesserato secondo queste specifiche:

Iscrizioni individuali ai corsi		quota tesseramento annuale	quota annuale corsi	quota annuale utilizzo pista	Quota Nordic Walking
Sostenitori		€ 40,00	---	---	---
Atletica Leggera	Settore Giovanile: CAS / Esordienti / Ragazzi	€ 40,00	€ 350,00 € 220,00*	---	---
	Settore Agonistico: Cadetti / Allievi / Jun / Pro / Sen	€ 40,00	€ 350,00 € 220,00*	---	---
	Settore Senior Master	€ 40,00	---	€ 30,00	---
	Altri tesserati **	---	---	€ 100,00	---
	Corsi per adulti	€ 40,00	vedere prospetto NW-ALA Running Team		
Nordic Walking	Corso base	€ 40,00	---	---	€ 50,00
	Corso avanzato o Power	€ 40,00	---	---	€ 70,00
	Per ulteriori proposte, vedere prospetto NW-ALA Running Team				
Per tutti coloro che volessero diventare Soci, la quota associativa (da versare in alternativa alla quota di tesseramento) è					€ 45,00

* *costo monosettimanale*

** *per tesserati FIDAL e/o ASI, non Soci/Tesserati ALA, presentando copia in stato di validità sia di certificato medico sia di tessera federale che attestino l'appartenenza e la copertura assicurativa.*

Per ottenere la qualifica di Socio, presentare la richiesta scritta e pagare la quota associativa;

Per mantenere la qualifica di Socio, pagare la quota associativa entro il 31 ottobre di ogni anno, pena la rimozione dal "libro soci".

MODALITÀ DI PAGAMENTO

I soci sostenitori dovranno versare solo la quota associativa, mentre i soci atleti, oltre alla quota associativa dovranno versare le quote di frequenza corsi o di utilizzo pista. I pagamenti dovranno essere effettuati obbligatoriamente tramite bonifico bancario, con una delle seguenti modalità:

- unica soluzione rata unica entro il 31 ottobre 2020;
- due rate di cui: 1^ rata entro il 31 ottobre 2020 (€ 40,00 + € 200,00 / € 120,00*);
2^ rata entro il 31 gennaio 2021 (€ 150,00 / € 100,00*).

Bonifico su conto corrente intestato a: **a.s.d. ALA ATLETICA LEGGERA ABBiateGRASSO**
IBAN: IT75D010303238000063337167

es. di causale tipo: **Iscrizione corso annuale 2020/2021 – Cognome e Nome iscritto**

Pagg. 3 di 4

SEGRETERIA

L'iscrizione ai corsi è da effettuarsi scaricando i moduli dal sito e anticipando il tutto, compilato e firmato, all'indirizzo mail segreteria@ala-atletica.org. Gli originali dovranno essere consegnati in segreteria o ai tecnici di riferimento, entro una settimana dall'adesione.

La segreteria sarà aperta tutti i mercoledì dalle 18,00 alle 20,00. Eventuali cambiamenti saranno comunicati trami le chat dei singoli gruppi di allenamento.

IDONEITÀ SANITARIA

Gli ATLETI, che svolgono attività sportiva organizzata da associazioni affiliate FSN/EPS, devono essere in possesso di certificato medico d'idoneità, effettuato annualmente, per l'ammissione a gare ed allenamenti.

- **Atleti da 0 a 5 anni** (compiuti) – attività “*non agonistica in età prescolare*” – possono partecipare alle attività promosse da ALA, senza necessariamente presentare il certificato medico, in ottemperanza al decreto del 28/02/2018 del Ministero della Salute (Circolare FIDAL prot. n°8706 del 23/11/2018).
- **Atleti da 6 a 11 anni** (compiuti) – attività “*non agonistica*” – possono effettuare una delle seguenti opzioni:
 - ✓ Certificato medico pediatrico annuale comprensivo di dichiarazione di presa visione ECG, effettuato da un medico di medicina generale, un pediatra di libera scelta o un medico dello sport;
 - ✓ Visita medico sportiva “*non agonistica*” comprensiva di spirometria, ECG basale, misurazione pressoria;
“*non agonistica*” comprensiva di spirometria, esame urine, controllo vista, ECG basale e sottosforzo, misurazione pressoria a riposo e sotto sforzo;
“*agonistica*” comprensiva di spirometria, esame urine, controllo vista, ECG basale e sottosforzo, misurazione pressoria a riposo e sotto sforzo.

Chiunque fosse interessato alla visita medico sportiva è invitato a contattare un Centro di Medicina dello Sport per fissare l'appuntamento della propria visita medica.

- **Atleti da 12 a 17 anni** (compiuti) – attività “*agonistica*” – effettuano la visita:
 - **gratuitamente** grazie alla convenzione tra FIDAL e Regione Lombardia presso ogni Centro di Medicina dello Sport **convenzionato** con la Regione Lombardia
 - ✓ visita specialistica medico sportiva completa di ECG basale e sottosforzo, test da sforzo, test urine, spirometria, controllo vista, peso e altezza;
- **Atleti maggiorenni** – attività “*agonistica*” – effettuano la visita medica comprensiva di spirometria, esame urine, controllo vista, ECG basale e sottosforzo, misurazione pressione a riposo e sotto sforzo.
- **Atleti Nordic Walking** – attività “*non agonistica*” – possono effettuare la visita medico sportiva “*non agonistica*” comprensiva di spirometria, ECG basale, misurazione pressoria.