PARA DEPORTISTAS E FAMILIAS

DEPORTISTAS DO CAS

Os teus dereitos e deberes

IDEA CLAVE

No CAS comprométeste a chegar puntual, xustificar as ausencias, coidar o material e tratar ben todo o mundo. E tes dereito a adestrar con respecto, con seguridade e boa formación.

✓ FAI

- Chega puntual aos adestramentos e ás competicións (RRI, 7.2.f).
- Xustifica as ausencias e cóntallas primeiro ao teu adestrador ou adestradora (RRI, 7.2.e).
- Coida o material; se ves algo estragado, comunícallo ao teu adestrador (RRI, 7.2.g).
- Respecta os compañeiros, os adestradores e o persoal das instalacións (RRI, 7.2.b).
- Avisa o teu adestrador se tes un problema de saúde que afecte ao deporte (Código de Conduta, 4.1).

✗ NON FAGAS

- Burlas ou palabras que exclúan ou ofendan (RRI, 7.2.n).
- Adestrar escondendo unha doenza ou unha enfermidade (Código de Conduta, 4.1).
- Devolver estragado o material do club: se o rompes por mal uso, pode tocarche pagalo ou repoñelo (RRI, 7.2.h).

CASO

Iago ten 14 anos. O sábado hai cross, pero o luns ten un exame e quere quedar a estudar. Dálle vergonza dicirllo ao adestrador.

Que debería facer Iago?

→ Avisar canto antes o adestrador e explicarlle que é polo exame. O Regulamento cita os motivos educativos entre as causas xustificadas (RRI, 7.2.e).

ONDE ESTÁ ESCRITO

RRI, art. 7: dereitos e deberes dos deportistas · RRI, 2.2: onde se aplica o Regulamento · RRI, art. 9: infraccións, agravantes e atenuantes · RRI, art. 10: faltas e sancións · Código de Conduta, 4.1: unha práctica deportiva segura e saudable

Dúbidas: Pregúntalle ao teu adestrador ou escribe á secretaría: cas.secretaria.club@gmail.com. Se é grave, anónimo ou pode ser acoso, usa a canle interna de información (Canle Responsable).

socios.clubatletismosada.com/post/guia-deportistas

Versión 1 · xaneiro 2027 · Club Atletismo Sada

PARA DEPORTISTAS E FAMILIAS

DEPORTISTAS DO CAS

Os teus dereitos e deberes

IDEA CLAVE

Tres regras para lembrar: avisa se non podes ir, coida o material e, se algo estraga a convivencia no grupo, cóntao.

QUE FARÍAS?

O sábado hai cross, pero o luns tes un exame e queres quedar a estudar.

Que farías?

→ Avisar canto antes o adestrador e explicarlle o motivo: os motivos educativos son causa xustificada (RRI, 7.2.e).

Ves material do club estragado.

Que farías?

→ Comunicarllo ao teu adestrador ou adestradora (RRI, 7.2.g).

Algo estraga a convivencia no grupo.

Que farías?

→ Contalo (RRI, 7.2.m): fala co teu adestrador ou adestradora. Se pode ser acoso, usa a canle interna de información.

ONDE ESTÁ ESCRITO

RRI, art. 7: dereitos e deberes dos deportistas · RRI, 2.2: onde se aplica o Regulamento · RRI, art. 9: infraccións, agravantes e atenuantes · RRI, art. 10: faltas e sancións · Código de Conduta, 4.1: unha práctica deportiva segura e saudable

Dúbidas: Pregúntalle ao teu adestrador ou escribe á secretaría: cas.secretaria.club@gmail.com. Se é grave, anónimo ou pode ser acoso, usa a canle interna de información (Canle Responsable).

Versión 1 · xaneiro 2027 · Club Atletismo Sada

socios.clubatletismosada.com/post/guia-deportistas