

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 vyjmenovanými tréninkovými rozpisy. Veškeré informace najdete na <https://lyzari.sokolskuhrov.cz/>
4. Tréninkový plán je závazný. Nepřítomnost na tréninku omluvte (pomocí vzkazovníčku, SMS, messengeru, 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 (převlíkák – bunda + kalhoty, popř. šustáková souprava, závodní dres, čepice, čelenky) nejsou hrazeny z oddílových peněz. Oblečení je nutno udržovat v řádném stavu a čisté, jde o reprezentaci našeho oddílu.
9. Členové oddílu se musí řádně starat o zapůjčený materiál. Lyže musí být uloženy v lyžařských vacích a sepnuty „slepky“. Lyže je nutné před závodem a tréninkem řádně očistit od starého vosku (i z boku).
10. Oddílové příspěvky zaplatte do 30. listopadu buď bezhotovostně na účet č. 605376123 / 0300 (do poznámky uvést jméno dítěte), výjimečně hotově u trenéra oddílu. Možno smluvit splátky. Výše oddílového příspěvku je na začátku sezóny (září) stanovena vedením oddílu a je odlišná pro každou skupinu. Zařazení do jednotlivých skupin je určeno Soutěžním řádem ÚBD ČSL. Je-li v oddíle více sourozenců, nejstarší sourozenec platí plný oddílový příspěvek, jeho všichni mladší sourozenci platí 50% stanoveného příspěvku.

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 Pěnčín
- servisní příprava lyží, vosky, parafíny a další prostředky na přípravu lyží
- náklady na tréninkovou úpravu lyžařských tratí (provoz sněžného skútru)
- zapůjčení lyžařského vybavení (lyže, hole, obuv, případně kolečkové lyže, vak na lyže)
- náklady na ubytování při celorepublikových závodech – částečná úhrada

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 <https://lyzari.sokolskuhrov.cz/>
- informačními kanály oddílu jsou (v pořadí dle priority):
 - vzkazovníček
 - messenger
 - e-mail
 - telefon - SMS