



# **Club Handbol Sant Esteve Sesrovires**

ASSOCIACIÓ ESPORTIVA, CULTURAL I RECREATIVA

## **REGLAMENT DE RÈGIM INTERN DEL CLUB HANDBOL SANT ESTEVE SESROVIRES (Maig de 2014)**

---

### **INTRODUCCIÓ**

El present Reglament pretén crear un conjunt de normes, objectius, funcions, penalitzacions i criteris de funcionament del Club Handbol Sant Esteve Sesrovires (a partir d'ara CHSES), segons estableixen els seus Estatuts (Capítol Setè, art. 42, punt 2) i sense perjudici de la responsabilitat civil o penal en que puguin incórrer tots els components subjectes a la disciplina del Club.

Donat que en aquest document es contemplen les funcions de tot el personal de l'entitat, així com l'estructura orgànica de la mateixa, totes aquelles persones que integren la disciplina del Club, es comprometen a conèixer, complir i a fer complir el present Reglament de Règim Intern.

Correspon al CHSES, a través de la seva Junta Directiva, resoldre la interpretació i totes aquelles qüestions, que no es trobin previstes en el present Reglament de Règim Intern.

### **PRINCIPIS GENERALS**

El CHSES és una entitat esportiva sense ànim de lucre que es compromet a la promoció i pràctica de l'handbol, entenent l'esport com instrument del desenvolupament físic i psicològic de l'individu, per aconseguir que es converteixin en persones compromeses i disciplinades amb la societat.

Al poble de Sant Esteve Sesrovires l'handbol compta amb una gran tradició, que, l'ha convertit en una de les principals activitats esportives. Actualment l'handbol segueix sent un dels senyals d'identitat del poble, pel que el CHSES es compromet a mantenir i a impulsar els següents principis generals.

En primer lloc, l'esport suposa una manera de ser. Els seus valors promouen la capacitat de sacrifici, disciplina i renúncia; inciten a la perseverança en l'esforç, a la resistència, a l'esperit d'equip, al respecte als companys, a la lleialtat, a l'ús de l'estratègia, a la velocitat, a l'exercici de l'activitat sota pressió i a acceptar les normes. També estimulen la il·lusió, l'esperança, la seguretat en un mateix, l'esperit de superació, el sobreposar-se davant l'adversitat, i la convicció que amb treball i disciplina es pot ser millor i arribar a metes més altes.



# **Club Handbol Sant Esteve Sesrovires**

ASSOCIACIÓ ESPORTIVA, CULTURAL I RECREATIVA

Per tant, formant part de CHSES ens comprometem a:

1. Entendre la competició esportiva com un pacte col·lectiu amb la finalitat d'arribar tan lluny com sigui possible, amb un respecte escrupolós envers les regles del joc i l'esportivitat com a fita darrera.
2. Aprendre a guanyar amb humilitat i a perdre amb dignitat.
3. Reconèixer que l'esforç i el sacrifici, és a dir, l'entrenament diari i amb interès, han de ser recompensats amb la satisfacció de formar part de l'equip i de jugar (segons la capacitat del jugador i necessitat de l'equip).
4. Valorar la disciplina personal, així com la col·lectiva, com a instruments bàsics per a la millora i la progressió a l'esport i a la vida.
5. Entendre l'amistat com el millor guany i objectiu d'aquesta pràctica esportiva, i el respecte entre tots nosaltres com la norma més essencial de la nostra convivència.

El CHSES posarà els mitjans i recursos necessaris perquè tots els jugadors del Club que desitgin continuar amb la pràctica d'aquest esport puguin fer-ho amb un mínim de garanties. Per això, disposarà dels recursos materials i personals necessaris, acords amb les capacitats dels jugadors.

El CHSES s'estructura a partir dels elements que la componen:

- La Junta Directiva, òrgan de govern del Club.
- El Director Esportiu, o en el seu defecte la Comissió Esportiva, responsable de les qüestions tècniques.
- Els delegats dels equips, nexa d'unió entre els equips i la Junta Directiva, col·laborador dels Entrenadors i representant del Club en els equips.
- Els entrenadors, part imprescindible de la formació dels esportistes.
- Els jugadors, raó d'ésser de l'organització i elements actius dels equips. En el cas de l'Escola Esportiva, només els que paguin la Quota Participativa.
- Els pares i aficionats, part imprescindible en l'educació dels jugadors, idealment, haurien de ser socis del Club.

Per aconseguir els objectius marcats als principis, és necessari una organització acord i una disciplina. A aquest efecte, es crea el present document amb la finalitat d'establir les normes que permetin millorar el funcionament del CHSES.



# **Club Handbol Sant Esteve Sesrovires**

ASSOCIACIÓ ESPORTIVA, CULTURAL I RECREATIVA

## **DE LA JUNTA DIRECTIVA**

Escollida d'acord al previst en els estatuts del CHSES, ocuparà les següents funcions:

1. És l'òrgan de govern del Club, havent de mantenir viu l'esperit esportiu i els objectius del Club, coordinant i com responsable del compliment de les Normes de Règim Intern, corregirà amb imparcialitat les desviacions que poguessin sorgir com a conseqüència de la pràctica esportiva i estarà compostat per:
  - President
  - Vicepresident
  - Secretari
  - Tresorer
  - Vocals
2. Serà responsable de les activitats realitzades pel club segons els estatuts a què està sotmesa.
3. S'organitzarà, tenint en compte les necessitats del Club, sota el principi d'eficàcia. A aquest efecte establirà les comissions o àrees de treball que consideri oportunes, les decisions de les quals hauran de ser ratificades per la Junta, celebrant les reunions de treball que fossin necessàries. De totes maneres, la Junta Directiva mantindrà, com a mínim, una reunió ordinària mensual.
4. Abans de començar la temporada haurà de tenir definida i aprovada la temporada següent. Especialment pel què fa referència a objectius, pressupost econòmic, equips, delegats, entrenadors, terrenys de joc i material esportiu.
5. Durant la temporada vetllarà pel compliment del punt anterior i organitzarà activitats de promoció de l'handbol entre els alumnes dels col·legis de Sant Esteve Sesrovires, amb la finalitat de formar els equips de base de la següent temporada.
6. Durà la gestió econòmica del Club, mitjançant una administració transparent de la seva tresoreria i controlant la despesa necessària en defensa dels interessos del Club. Elaborarà l'avantprojecte del pressupost general de l'any, el qual serà exposat a l'Assemblea General de socis per a la seva aprovació. El responsable dels assumptes econòmics presentarà mensualment l'estat de comptes a la resta de membres de la Junta Directiva pel seu seguiment.
7. Serà la representant del Club davant els estaments oficials i actes que ho requereixin, gestionant tota la documentació i tràmits necessaris per al correcte compliment de la seva activitat.
8. Serà el últim responsable de les decisions que tinguin a veure amb la potestat disciplinària.
9. Aquests càrrecs no seran retribuïts.



# **Club Handbol Sant Esteve Sesrovires**

ASSOCIACIÓ ESPORTIVA, CULTURAL I RECREATIVA

## **Del President**

- Ostentarà la representació legal i jurídica del club i actuarà com a portaveu.
- Convocarà i dirigirà les sessions de la Junta Directiva i de la Assemblea General de socis cuidant que es compleixin els acords.
- Autoritzarà amb el seu vist-i-plau o firma els certificats, documents, pagaments i operacions que siguin emesos per l'entitat.
- Trametrà i resoldrà, quan per motius d'urgència així ho requereixin, els assumptes propis de la Junta Directiva, a la què haurà de demanar la ratificació.
- El seu vot serà diriment en els casos d'empat en totes les sessions reglamentàries dels òrgans col·legiats.
- Proposarà i impulsarà el pla d'activitats del Club.
- Podrà delegar qualsevol de les seves funcions a un altre membre de la Junta Directiva.

## **Del Vicepresident**

- Assumirà les funcions del President en cas d'absència, vacant, malaltia o delegació expressa d'aquest.
- Executarà i farà complir els acords de la Junta Directiva.
- Assistirà a les reunions de la Junta Directiva amb veu i vot.
- Els que els hi confereixi la Junta Directiva.

## **Del Secretari**

- Tindrà cura de l'arxiu i de la resta de documentació i dirigirà els treballs administratius del club.
- Cuidarà de la correspondència, tant de la interna, com de la externa: informes, difusió de les activitats del club, correspondència amb federacions, etc...
- Coordinarà, amb el tresorer, els pressupostos i informes econòmics.
- Executarà i farà complir els acords de la Junta Directiva.
- Assistirà a les reunions de la Junta Directiva amb veu i vot.
- Aquells que els hi confereixi la Junta Directiva.



# **Club Handbol Sant Esteve Sesrovires**

ASSOCIACIÓ ESPORTIVA, CULTURAL I RECREATIVA

## **Del Tresorer**

- Es responsabilitzarà de l'execució dels pressupostos i del control comptable del Club.
- Signarà els rebuts, proposarà els pagaments i portarà la comptabilitat.
- Juntament amb el secretari, elaborarà l'avantprojecte dels pressupostos.
- Durant el primer mes de l'inici de cada temporada formalitzarà un balanç de situació, els comptes d'ingressos i de despeses, posant-los en coneixement de la Junta Directiva i després a l'Assemblea General de socis, per a la seva aprovació.
- Assistirà a les reunions de la Junta Directiva amb veu i vot.
- Aquells que els hi confereixi la Junta Directiva.

## **Dels Vocals**

- Assistiran a les reunions de la Junta Directiva amb veu i vot.
- Aquells que els hi confereixi la Junta Directiva.
- Podran actuar per delegació, en qualsevol de les funcions dels membres de la Junta Directiva enumerades abans.

## **DEL DIRECTOR ESPORTIU**

Depèn directament del President i coordinarà l'execució dels mètodes i programes de treball definits per a la temporada.

1. Proposarà, abans de finalitzar la temporada, la plantilla de jugadors i equip tècnic per a la següent.
2. Dirigirà els grups de treball que formin els equips fent complir la programació de les activitats, controlant i fent seguiment de la tasca dels entrenadors i fent les recomanacions tècniques que calguin.
3. Planificarà les competicions en les quals participi el Club i les àrees esportives que el Club consideri necessàries.
4. Redactarà informes d'aquells aspectes esportius i/o disciplinaris que ho requereixin.
5. Determinarà els objectius tècnics per a cada jugador, equip i etapa, així com els específics de temporada.
6. Coordinarà i informarà al Club de tots aquells assumptes esportius i disciplinaris que l'afectin, sent l'enllaç entre la Junta Directiva i la resta de l'equip tècnic, mitjançant reunions periòdiques.
7. Proposarà aspectes relatius a la millora del funcionament a l'àrea esportiva (material, metodologia, sistemes, horaris, etc..).



# **Club Handbol Sant Esteve Sesrovires**

ASSOCIACIÓ ESPORTIVA, CULTURAL I RECREATIVA

## **DEL DELEGATS**

Els Delegats són el nexa d'unió entre la Junta Directiva (per qui seran nomenats), els pares i els entrenadors, i estrets col·laboradors d'aquests últims en el desenvolupament de les activitats de l'equip. Amb aquest compromís ocuparan les següents funcions:

1. Ser els responsables de fer que es compleixin als seus respectius equips les directrius i normes establertes per la Junta Directiva.
2. Ser els enllaços o mediadors entre els pares/jugadors, encarregant-se d'informar-los dels acords adoptats a la Junta Directiva, a la que traslladaran els suggeriments i inquietuds que puguin sorgir als equips i als entrenadors.
3. Estan obligats a assistir als partits i, si per algun motiu no els fos possible, una altra persona delegada ocuparà la seva funció.
4. Els equips federats tindran com a mínim dos delegats amb fitxa federativa (un oficial titular i un oficial suplent). Als partits sempre hi haurà un delegat i la no presència serà motiu de sanció per part del Comitè de Disciplina de la Federació, si així es recull en l'acta arbitral. Els partits que es juguin en camp propi, un dels delegats farà les funcions de delegat de camp.
5. Formar part de les comissions que siguin constituïdes per a realitzar activitats de Club i assistir a les reunions específiques que convoqui el President de la Junta Directiva.
6. Responsabilitzar-se amb el membre de la Junta Directiva designat, del lliurament i retirada de l'equipament dels jugadors.
7. El delegat s'encarregarà de:
  - Al inici de la temporada:
    - Comprovar la correcte tramitació de les fitxes.
    - Col·laborar en la preparació de l'equipació esportiva.
    - Recopilar les adreces i telèfons dels integrants de l'equip: jugadors, entrenador, etc....
    - Cuidar que tots els integrants dels equips siguin socis del club i tinguin feta la revisió mèdica.
  - Durant la temporada:
    - Estar en contacte amb l'equip tècnic i jugadors per tal de coordinar tot el que fa referència als entrenaments, convocatòries, material esportiu i farmaciola.
  - Durant els partits:
    - Serà el responsable de portar l'aigua, fitxes, farmaciola i pilotes per l'equip.
    - Presentarà les fitxes als àrbitres i tindrà cura de les incidències del partit.
    - Recollirà l'acta del partit i la trametrà al Secretari del club perquè l'arxivi en un període no superior a les 24 hores següents al partit.
  - Al finalitzar la temporada:
    - Preparar un informe del material utilitzat i de les necessitats per la temporada següent.



# **Club Handbol Sant Esteve Sesrovires**

ASSOCIACIÓ ESPORTIVA, CULTURAL I RECREATIVA

## **DELS ENTRENADORS**

Els entrenadors són part fonamental en l'educació dels jugadors, ja que no només són responsables de la seva formació tècnica, sinó un model de comportament quotidià. En la seva activitat hauran de complir les següents normes:

1. Al iniciar la temporada, i quan ho consideri convenient, explicarà als jugadors les Normes de Règim Intern que els concerneix i vigilarà el seu compliment.
2. Elaborarà els plans i programes de treball del seu equip i informarà al Director Esportiu del desenvolupament esportiu de la temporada, almenys una vegada al mes. I juntament amb el delegat de l'equip, al finalitzar la temporada, prepararà la memòria anual i l'avantprojecte per a la propera.
3. Ser responsables directes del rendiment físic, esportiu i de la disciplina dels seus respectius equips utilitzant criteris d'acord amb l'edat dels jugadors.
4. Ser responsables que els jugadors facin un bon ús de les instal·lacions, material esportiu, etc...
5. Inculcar hàbits d'higiene, puntualitat i nutrició, així com de comportament respectuós envers els companys, jugadors d'equips contraris, àrbitres i públic.
6. Corregir als jugadors, tant als entrenaments com als partits, de forma correcta, evitant l'ús d'expressions que pel seu to o formes poguessin ferir els seus sentiments.
7. No consumir tabac, ni begudes alcohòliques durant els entrenaments, partits i desplaçaments.
8. Mantindran una comunicació constant i fluida amb els delegats dels equips, informant-los de les incidències que poguessin alterar la convivència dels seus equips.
9. Han de preocupar-se del bon comportament dels jugadors i no només dels resultats dels partits, tenint en compte que l'actitud esportiva és més important que l'habilitat física, en la pràctica de l'esport. Tot jugador de conducta antiesportiva, inclosa la falta d'assistència injustificada als entrenaments, serà sancionat, encara que la seva presència en el joc pugui resultar determinant pel resultat dels partits.
10. La preparació tècnica dels jugadors es farà d'acord a la programació establerta. Haurà d'elaborar un informe periòdic de l'equip, amb l'avaluació de la progressió individual de cadascun d'ells. Igualment prepararà una nota mensual amb les faltes d'assistència dels jugadors als entrenaments i als partits.
11. Idealment, cada equip tindrà un entrenador principal i un ajudant. Quan falti algun d'ells als partits, el delegat podrà ocupar el seu lloc a la banqueta, com a col·laborador.
12. Rebrà una retribució del club en concepte d'indemnització per despeses de dietes i desplaçaments.



# **Club Handbol Sant Esteve Sesrovires**

ASSOCIACIÓ ESPORTIVA, CULTURAL I RECREATIVA

## **DELS JUGADORS**

1. Com a norma general els jugadors han de tenir en compte que tota l'organització del CHSES, els entrenadors i els pares, està destinada a la seva formació i diversió. Per això, des de Pre-Benjamins han d'assumir progressivament una responsabilitat i un compromís amb l'equip i amb el Club.
2. Respectaran als entrenadors com educadors i com a responsables de l'equip, tenint en compte que posen tot el seu saber i interès a la feina que fan.
3. Estan obligats a assistir a tots els entrenaments i a tots els partits encara que no estiguin convocats. Si per algun motiu no poguessin assistir, l'hi comunicaran i justificaran a l'entrenador. La no assistència als entrenaments i als partits, a més de ser un perjudici per al propi jugador, també ho és per a l'equip, pel que es considerarà una falta de lleialtat als companys i una falta de responsabilitat amb el compromís que va assumir en decidir estar a l'equip.
4. No poden absentar-se dels entrenaments, ni dels partits sense l'autorització de l'entrenador.
5. Han de fer un bon ús de les instal·lacions, del material esportiu, etc..., i recollir el material dels entrenaments i partits, segons ho mani l'entrenador. Cada jugador serà responsable del seu equipament, cuidarà d'aquest i el lliurarà complet quan ho requereixi el Club.
6. El comportament, durant els partits, amb els jugadors dels equips contraris, àrbitres i públic serà sempre correcte. S'exigeix que el nostre Club sigui model d'esportivitat i bona educació i es per això que qualsevol sanció econòmica del Comitè de Competició per no complir aquest principis anirà a carrec del jugador.
7. No utilitzaran frases grolleres, ni gestos irrespectuosos.
8. Reconeixeran al delegat del seu equip com a representant de la Junta Directiva, a qui podran transmetre quantes inquietuds o problemes puguin tenir derivats de la pràctica de l'handbol.
9. Cada jugador es considerarà part integrant d'una unitat que és l'equip. Hauran de tenir com a norma el respecte i l'adhesió cap als seus companys, amb els quals compartirà, en un clima d'amistat, els moments bons i els dolents. Ha de tenir present que tots són necessaris per a l'equip, però ningú és imprescindible.





# **Club Handbol Sant Esteve Sesrovires**

ASSOCIACIÓ ESPORTIVA, CULTURAL I RECREATIVA

## **Drets**

Són drets dels jugadors del Club:

- Formar part d'un equip, sigui quin sigui el seu nivell.
- Ser contemplat, per sobre de qualsevol altre consideració, com a persona i per tant tractat amb correcció i respecte per tots els integrants del CHSES.
- Rebre una formació completa i una pràctica esportiva saludable i socialment integradora.
- Ser escoltat i poder-se expressar lliurement, amb respecte vers els altres i vers un mateix.
- Disposar del material, l'equipament i els mitjans necessaris per a la pràctica esportiva i per al desenvolupament de les tasques necessàries pel correcte funcionament del equip i l'assoliment dels objectius establerts.
- Ser informat adequadament, i en el moment oportú, dels assumptes relacionats amb el CHSES en general, i de les decisions que l'afectin a ell o al seu equip o grup en particular.
- A la intimitat i confidencialitat d'aquells aspectes que configuren la privacitat individual.

## **Deures**

Són deures dels jugadors del Club:

- El comportament adequat i de respecte, a favor de la imatge personal i de la del Club, com a pilar fonamental de la convivència.
- L'assistència puntual a tots els entrenaments i partits.
- Aportar la documentació que li sigui requerida (fotos, DNI, certificat mèdic, ...) per a la seva inscripció a la competició dins dels terminis indicats.
- Abonar la Quota Participativa, de soci, fiances, pagaments, etc... al CHSES segons estableixi la Junta Directiva en els terminis que es determinin.
- Donar el màxim rendiment d'un mateix, pel que cal portar una vida saludable i equilibrada compatible amb la pràctica esportiva.
- El respecte i cura dels objectes, les instal·lacions i pertinences, tant personals com col·lectives.
- Portar l'equipament del Club en competicions, desplaçaments i entrenaments i als actes i esdeveniments que així ho requereixin.
- Considerar com a prioritats el benestar i l'èxit col·lectiu, per sobre de l'individual.
- Escoltar, respectar i aplicar les indicacions dels responsables del Club, delegats i entrenadors, ajudant a desenvolupar la seva tasca i activitat.



# **Club Handbol Sant Esteve Sesrovires**

ASSOCIACIÓ ESPORTIVA, CULTURAL I RECREATIVA

## **DELS PARES**

Els pares, com a responsables de l'educació dels seus fills, han de tenir present que pertànyer al CHSES no és només una activitat d'esbarjo, ni una manera de tenir als nens entretinguts a l'horari extraescolar. És una activitat lúdica que, abans que res, exigeix disciplina i responsabilitat. Aquesta idea, encara que sembli excessiva en nens de 8 o 9 anys, és en aquesta edat quan es comencen a forjar hàbits que es posen de manifest en l'adolescència. Per això proposem les següents normes i recomanacions:

1. Han d'animar als seus fills a què facin esport, que s'esforcin per millorar, però també tenint present que es tracta d'un joc educatiu i que l'important és participar.
2. Han de fer que els seus fills vagin als entrenaments i als partits, com un exercici de responsabilitat i compromís amb el seu equip i amb els seus companys. Quan els partits se celebrin en hores primerenques que obliguin a matinar, la mandra mai no pot ser la causa per no assistir.
3. Els pares han de responsabilitzar-se del desplaçament dels seus fills als partits que es juguin en camp contrari. I quan no puguin acompanyar-los es posaran d'acord amb altres pares, perquè prenguin la responsabilitat dels seus fills.
4. Els nens agraeixen que els seus pares animin i aplaudeixin als partits, que els donin suport i reconeixin els seus esforços i interès. Però han d'evitar "fer d'entrenadors" des de la banda o a casa. De vegades les bones intencions de corregir als partits, és interpretat pels nens com una reprimenda en públic.
5. En canvi, han d'exercir de pares a casa corregint-los quan detectin actituds antiesportives i irrespectuoses amb els altres, durant els partits o als entrenaments.
6. No donar excessiva importància als resultats de la competició, tant en cas de victòria, com de derrota. L'important és que els nens adquireixin els valors de l'esport.
7. No deixar-se dur per l'eufòria quan el seu fill destaca en el joc somiant en tenir un gran campió. Les habilitats per a l'esport als nens és canviant, depèn en gran mesura del desenvolupament evolutiu, el que provoca decepcions i abandons quan el nen destaca al principi sobre els altres, i després uns altres els superen. L'important és tenir consciència que l'èxit ve amb el treball, la disciplina i la constància.
8. Evitar tota reflexió que indiqui menyspreu, falta de respecte o desconsideració cap a qualsevol de les persones que intervenen en el joc: jugadors, entrenadors, pares, directius, i sobretot àrbitres. Que els nens no hagin d'averkonyir-se dels seus pares i familiars quan actuen d'espectadors durant els partits.
9. Col·laborar amb els jugadors, entrenadors, delegats i Junta Directiva en l'organització d'activitats socials i esportives, acatant en tot moment les decisions tècniques, administratives, esportives i disciplinaries del Club.
10. Preguntar a l'entrenador educada i discretament (en el moment i lloc adequats) quan faci alguna cosa que no compreguin, o estiguin en desacord. No obstant això, també poden parlar amb el delegat de l'equip en el seu paper d'enllaç amb la Junta Directiva i/o amb el Director Tècnic.
11. Abonar puntualment les quotes assignades. Atès que resulten imprescindibles pel manteniment del Club. L'impagament de les quotes serà motiu de baixa.
12. No castigar als nens privant-los de l'esport, ni prohibir-los entrenar quan tregui mals resultats als estudis. Està comprovat que aquesta mesura mai no ha funcionat. En canvi, quan per entrenar els nens van justos de temps, s'acostumen a planificar millor i treuen més profit.



## POTESTAT DISCIPLINÀRIA

L'àmbit de la potestat disciplinària esportiva s'estén a les infraccions comeses amb ocasió o com a conseqüència del joc, entrenament, desplaçament, competició o prova i a la conducta contrària a la disciplina i/o normes de caràcter esportiu.

L'incompliment de les normes establertes en el reglament de règim intern, per acció o per omissió, es considera una infracció que podrà ser objecte de sanció (fins i tot econòmica si estaments superiors així ho indiquen).

Les infraccions es qualifiquen com a lleus, greus o molt greus segons la naturalesa del deure infringit, la intencionalitat, l'incompliment dels advertiments previs, nombre d'afectats i perjudici causat.

- **Són infraccions lleus:**

1. No saludar l'entrenador o el coordinador esportiu.
2. Actitud passiva a les activitats desenvolupades.
3. Faltes de respecte, de caràcter lleu, a companys, entrenadors, jugadors contraris, àrbitres, auxiliars i altres persones que directa o indirectament, participin a les nostres activitats.
4. Ús indegut, o deteriorar intencionadament de forma lleu, materials o instal·lacions.
5. La manca de puntualitat, repetitiva, als entrenaments, o convocatòria de l'equip.

Correspon a l'entrenador o al Director Esportiu determinar si hi ha infracció i imposar la sanció consistent en avis verbal, però anotat al seu expedient.

- **Són infraccions greus:**

1. Acumular dues faltes lleus.
2. Portar, durant els entrenaments o el partit, objectes que puguin causar ferides a un company o al mateix jugador (rellotges, cadenes de coll o de mà, anells, collarets, pírcings, etc.).
3. No presentar-se, sense avisar, a l'entrenament o al partit, per causes no justificades.
4. No iniciar o acabar l'entrenament amb la resta dels companys, o no signar la convocatòria del partit l'últim dia d'entrenament.
5. No presentar-se en les condicions físiques requerides i amb l'uniforme esportiu del CHSES als entrenaments o als partits.
6. L'ús indegut o deteriorar intencionadament de forma greu materials o instal·lacions.
7. Faltar al respecte (insultar u ofendre) verbalment a un contrari, al públic, al cos tècnic, a un company, a l'àrbitre o a un membre del CHSES.
8. Actes d'indisciplina, injúries, ofenses greus o altres accions que deteriorin la imatge del nostre Club (independentment de l'àmbit d'actuació).



# **Club Handbol Sant Esteve Sesrovires**

ASSOCIACIÓ ESPORTIVA, CULTURAL I RECREATIVA

- **Són infraccions molt greus:**

1. Acumular dues faltes greus.
2. No presentar-se, per decisió i voluntat pròpies, als entrenaments o partits de l'equip.
3. Els abusos d'autoritat i usurpació d'atribucions.
4. La manifesta desobediència o actes de rebel·lia a les ordres, instruccions o acords dels jutges, àrbitres, tècnics, directius i altres autoritats esportives.
5. L'agressió física o insults molt greus a un contrari, al públic, al cos tècnic, a un company, a l'àrbitre o a un membre del CHSES.
6. Actes d'indisciplina, injúries, ofenses molt greus o altres accions que deteriorin la imatge del nostre Club (independentment de l'àmbit d'actuació).

Existeix reincidència quan es comet una infracció del mateix tipus i qualificació, que va motivar una sanció anterior, dins la mateixa temporada. La reincidència comporta qualificar la infracció lleu, de greu i la greu, de molt greu. En canvi, es considera atenuant el penediment espontani.

La comissió d'una infracció greu comportarà reparar els danys causats (si n'hi ha i es pot), una sanció consistent en quinze dies d'exclusió d'entrenaments i de competició, i una possible sanció econòmica.

La comissió d'una infracció molt greu comportarà una sanció consistent a la suspensió cautelar del jugador de les activitats del Club, o la baixa immediata de l'esportista si es creu oportú.

Per a les infraccions greus i molt greus s'obrirà un expedient disciplinari per escrit informat al jugador i/o família de tot el procés. Serà competent per imposar les sancions la Comissió Esportiva del CHSES.

L'abús d'autoritat per part d'algun membre de la Junta Directiva, del Director Tècnic, Delegats o Entrenadors sempre serà considerat com a falta molt greu. La persona que ho pateixi haurà de posar-ho immediatament en coneixement de la Junta Directiva, la qual prendrà les mesures disciplinàries oportunes.



# **Club Handbol Sant Esteve Sesrovires**

ASSOCIACIÓ ESPORTIVA, CULTURAL I RECREATIVA

## **ANNEXES**

### **• VESTIDORS**

1. Cal canviar-se al vestidor assignat. Es recomana ocupar sempre el mateix lloc (entrenaments i partits), per facilitar la tasca tècnica dels entrenadors i del delegat.
2. Cal que tingueu cura en la col·locació de la vostra roba personal i de la bossa, tot respectant la dels companys (eviteu discussions innecessàries).
3. Cal mantenir el vestidor net i fer ús de la paperera adient (papers, llaunes, bosses de plàstic, etc.) Queda prohibit menjar al vestidor.
4. Cal tenir una actitud correcte mentre espereu l'arribada dels entrenadors. Absteniu-vos de fer enrenou (bromes pesades, xivarri, cops a les portes i a les parets).
5. Quan entren els entrenadors cal guardar immediatament silenci.
6. Quan acabi l'entrenament, cal dutxar-se ràpid i no jugar amb l'aigua i portar una correcta higiene personal. És obligatori l'ús de xanquetes de bany, pinta, xampú, gel de bany, desodorant i tovallola.
7. Cal assegurar-se, abans de marxar, que teniu completa la vostra roba personal, d'entrenament i pertinences.
8. L'últim jugador a sortir del vestidor ha de comprovar que les dutxes estan tancades, que no gotegen i que no queda res als vestidors.
9. Els capitans de l'equip estaran facultats per fer complir aquesta normativa.

### **• ENTRENAMENTS**

1. Cal saludar sempre els entrenadors i delegat en el moment d'arribar (donar la mà).
2. Cal ser puntuals, pel que fa als horaris assignats d'ús dels espais esportius del club, per respecte als companys, als entrenadors i a tu mateix.
3. Si no es pot assistir, cal avisar abans de començar a un dels entrenadors o al coordinador (excepte en cas de força major).
4. Durant els entrenaments, queda totalment prohibit portar cap objecte que pugui causar ferides a un company o a un mateix (rellotges, cadenes de coll o mà, arracades, anells, collarets, pírcings, etc.).
5. Els entrenaments s'han de fer sempre amb el tipus d'equipació que confirmi l'entrenador.
6. S'han d'iniciar i acabar tots els entrenaments de manera conjunta, entrenadors i jugadors, així com signar la convocatòria de partit l'últim dia d'entrenament.
7. Després dels entrenaments, s'aconsella beure només aigua o begudes isotòniques, ja que les begudes carbòniques no faciliten la correcta recuperació de líquids perduts en l'entrenament.



# **Club Handbol Sant Esteve Sesrovires**

ASSOCIACIÓ ESPORTIVA, CULTURAL I RECREATIVA

## • **PARTITS**

1. Cal saludar sempre els entrenadors i el delegat en el moment d'arribar (donar la mà).
2. Cal ser puntuals a les convocatòries de concentració per als partits, tant a camp propi com al contrari, bé sigui en autocar o per mitjans propis (sempre amb autorització prèvia). Si no pots assistir-hi, cal avisar ràpidament a un dels vostres entrenadors, delegat o coordinador (excepte en cas de força major).
3. Caldrà presentar-se, a tots els partits de competició i amistosos, sempre degudament uniformats amb la roba per jugar i el xandall a sobre. La parca del Club a l'hivern i la bossa oficial seran opcionals.
4. Abans del partit, s'escalfarà amb la jaqueta del xandall o amb la segona samarreta de joc segons indiqui l'entrenador i/o els delegats/des de cada equip, amb la condició de que tots els jugadors/es tenen que tenir la mateixa uniformitat.
5. Cal recordar menjar tres hores abans del partit.
6. Cal revisar la bossa abans de sortir de casa i portar l'equipació de reserva, per anar al partit.
7. En acabar el partit, és també obligatori saludar donant la mà els jugadors de l'equip contrari, entrenadors, delegats i especialment l'àrbitre, sense retreure'ls res.