

Proyecto GEAR (Grupo de Entrenamiento Alto Rendimiento)

COMPROMISO DEL DEPORTISTA

Este proyecto ofrece la posibilidad de entrenar en las instalaciones del CARD junto al grupo de becados Blume con un plan de entrenamiento dirigido por el equipo técnico de Orientación del CARD.

El GEAR está enfocado a deportistas jóvenes que aspiren a formar parte de la selección española de orientación a corto o medio plazo en categoría Junior o Élite, que no hayan recibido la beca Blume y quieran compaginar su formación académica o laboral con el deporte de alto rendimiento.

Requisitos:

-Presentación de **Proyecto deportivo** en la categoría correspondiente

-**Compromiso de permanencia y motivación.** Las plazas de acceso al CARD son limitadas. Si por alguna razón, algún integrante del grupo no puede continuar en la dinámica del grupo para el resto de la temporada, deberá renunciar a su plaza lo antes posible.

- Las **faltas a entrenamientos puntuales o periodos largos** (GEAR flexible) debe de ser comunicado con anterioridad a los miembros del equipo técnico.

-Los miembros del GEAR tendrán acceso a un **grupo de WhatsApp y de E-mail**, donde se informará de detalles y cambios de última hora, así como una interacción con el grupo de entrenadores acerca del entrenamiento. Se debe estar atento a la información que se suministre por estas vías y el uso correcto de las mismas.

-Los miembros del GEAR se comprometen a **asistir con puntualidad** a los entrenamientos para no demorar el correcto funcionamiento del programa. En caso de retraso justificado y notificado correctamente, solo se podrá esperar en caso de que sea posible dentro del horario previsto. En caso de que se requiera un desplazamiento largo para el entrenamiento, no será posible esperar a nadie.

Condiciones económicas:

-**GEAR pro:** 250 euros/ temporada (*exento para miembros de la selección junior o absoluta en 2018*)

-**GEAR flexible:** 30 euros / mes

Ingreso en la cuenta de la Federación Española de Orientación, **antes del 5 de octubre** para los GEARpro y **antes del 5 de cada mes** para los GEARflexible.

Número de cuenta: **ES39 2038 9620 1660 0034 4970**

Referencia: **ApellidoGEAR**

Normas de convivencia CARD 2018/2019

Para mejorar el funcionamiento del grupo se van a establecer una serie de normas básicas. Los actos de indisciplina se van a sancionar con faltas leves y graves, dependiendo de su importancia. De tal forma:

a) Las **faltas leves** se notificarán por medio de los técnicos del grupo. **Tres faltas leves se consideran una falta grave.**

b) Las **faltas graves serán notificadas por vía oficial** y acarrearán las siguientes medidas:

1º Falta grave: **Notificación oficial** por parte de la FEDO a la persona, si es mayor de edad o a los padres, en caso de ser menor de edad.

2º Falta grave: **Exclusión del grupo** y prohibición del uso de las instalaciones del CARD **durante una semana.**

3º Falta grave: **Exclusión total del grupo** por el resto de la temporada. Pérdida de la Beca.

Tipos de faltas:

-Faltas de puntualidad y asistencia

Los entrenamientos empezarán en el horario establecido. En los casos puntuales que haya modificación del horario del entrenamiento, este se notificará por las vías de comunicación (WhatsApp o e-mail).

Cualquier **retraso debe de ser justificado debidamente**, al menos, **una hora antes del inicio de la sesión**. Cualquier retraso no justificado debidamente se considerará **una falta leve**.

En caso de que **no se haga acto de presencia** a la sesión de entrenamiento o reunión obligatoria sin el consentimiento previo de los técnicos y sin justificar debidamente, se considerará **una falta grave**.

-Convivencia

Las faltas de respeto de forma malintencionada a compañeros o miembros del equipo técnico, tanto de forma personal como en cualquiera de las vías de comunicación oficiales (grupos de WhatsApp o E-mail) serán consideradas como **falta leve**.

Cualquier **agresión física** a compañeros o miembros del equipo técnico será considerada como **falta grave**.

-Instalaciones, furgonetas y material

Las instalaciones, furgonetas y material deberán ser usadas adecuadamente. Se exige limpieza y consideración con las mismas.

Si después del uso de las **furgonetas**, estas se encuentran **sucias**, se considerará **una falta leve para todos los ocupantes que la utilizaron por última vez**.

En caso de que **se utilicen de forma inadecuada** o se produzcan desperfectos de forma intencionada en los mismos, será considerado como **falta grave**.

-Dopaje

El uso de cualquier sustancia dopante sin la correspondiente autorización medica supondrá **la expulsión del grupo de forma inmediata**.

Horarios

-Grupo de mañana (estudiantes del Instituto y universitarios con horario de clases por la tarde). **De 10:50 a 14h***.

-Grupo de Tarde (universitarios con horario de mañana y grupo de entrenamiento). **De 16 a 19h***.

*Es el tiempo máximo dedicado al entrenamiento. Los horarios incluyen desplazamientos a los entrenamientos técnicos, en las sesiones físicas este tiempo se verá reducido. Estos horarios pueden estar sujetos a cambios según las necesidades del grupo y el tipo de entrenamiento (sobre todo el horario de tarde).

Aceptando las condiciones anteriormente expuestas, En Alicante, a de septiembre de 2018.

Firma del Solicitante.