



## ΤΜΗΜΑΤΑ ΑΝΤΙΣΦΑΙΡΙΣΗΣ ΠΑΙΔΙΩΝ & ΕΝΗΛΙΚΩΝ

Ανοιχτά δημοτικά γήπεδα αντισφαίρισης, Σαλαμίνας 50

Το τένις είναι δημοφιλές άθλημα σε όλο τον κόσμο και παίζεται από άτομα όλων των ηλικιών. Αποτελεί εξαιρετικό τρόπο άθλησης και ψυχαγωγίας, με σημαντικά οφέλη για τη σωματικό, πνευματική και ψυχική υγεία των αθλούμενων.

### Τμήματα

Ημέρες Ώρες	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή
<b>Π Ρ Ω Ι</b>					
9:00 - 10:00		ΑΡΧΑΡΙΟ II		ΑΡΧΑΡΙΟ II	
10:00 - 11:00		ΜΕΣΑΙΟ- ΠΡΟΧΩΡΗΜΕΝΟ		ΜΕΣΑΙΟ- ΠΡΟΧΩΡΗΜΕΝΟ	
<b>Α Π Ο Γ Ε Υ Μ Α</b>					
17.00 - 18.00	CADDET ΑΡΧΑΡΙΟ 6-12 ετών	JUNIOR ΜΕΣΑΙΟ 12-16 ετών	CADDET ΜΕΣΑΙΟ 6-12 ετών	JUNIOR ΜΕΣΣΑΙΟ 12-16 ετών	CADDET ΑΡΧΑΡΙΟ 6-12 ετών
18.00 - 19.00	JUNIOR ΑΡΧΑΡΙΟ 12-16 ετών	ΜΕΣΑΙΟ I	JUNIOR ΑΡΧΑΡΙΟ 12-16 ετών	ΜΕΣΑΙΟ I	CADDET ΜΕΣΣΑΙΟ 6-12 ετών
19.00 - 20.00	ΜΕΣΑΙΟ II	ΠΡΟΧΩΡΗΜΕΝΟ II	ΠΡΟΧΩΡΗΜΕΝΟ III	ΠΡΟΧΩΡΗΜΕΝΟ II	ΠΡΟΧΩΡΗΜΕΝΟ III
20.00 - 21.00	ΑΡΧΑΡΙΟ I	ΑΡΧΑΡΙΟ III	ΜΕΣΑΙΟ II	ΑΡΧΑΡΙΟ III	ΑΡΧΑΡΙΟ I
21.00 - 22.00	ΠΡΟΧΩΡΗΜΕΝΟ I	ΜΕΣΑΙΟ III	ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ	ΜΕΣΑΙΟ III	ΠΡΟΧΩΡΗΜΕΝΟ I
22.00 - 23.00					ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟ

Υπεύθυνος προπονητής: Αργύρης Οικονόμου

## ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΑΝΤΙΣΦΑΙΡΙΣΗΣ

Για την ομαλή λειτουργία, καθώς και για τη δική σας ασφάλεια, υγιεινή και ευχάριστη συμμετοχή στο πρόγραμμα της αντισφαίρισης, σας παρακαλούμε να δώσετε την απαραίτητη προσοχή και να σεβαστείτε τους κανόνες που ακολουθούν και αποτελούν τον κανονισμό λειτουργίας του προγράμματος. Η πραγματοποίηση εγγραφής συνεπάγεται και αυτόματη αποδοχή των παρακάτω όρων.

- I. ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΑΠΟΚΤΗΣΗΣ ΙΔΙΟΤΗΤΑΣ ΜΕΛΟΥΣ – ΤΑΥΤΟΠΟΙΗΣΗ ΜΕΛΩΝ – ΕΓΓΡΑΦΕΣ- ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ**
  1. Η εγγραφή στο πρόγραμμα επιτρέπεται σε ενηλίκους και ανηλίκους από 6 ετών. Η συνδρομή προκαταβάλλεται εφόσον γίνει δεκτή η αίτηση εγγραφής. Η διαδικασία της εγγραφής μέλους πραγματοποιείται ηλεκτρονικά.
  2. Κάθε ενδιαφερόμενος υποχρεούται με την αίτηση εγγραφής του να καταθέσει ιατρική βεβαίωση από Ιατρό Παθολόγο, Καρδιολόγο ή γενικό ιατρό όπου να βεβαιώνεται η ικανότητά του για σωματική άσκηση. Η βεβαίωση αυτή, ανανεώνεται κάθε 12 μήνες (Ν.3057/02). Για τα παιδιά Δημοτικού καταθέτετε ιατρική βεβαίωση από παιδίατρο που πιστοποιεί την ικανότητα σωματικής άσκησης χωρίς περιορισμούς. Δε γίνονται δεκτά Ατομικά Δελτία Υγείας Μαθητή (ΑΔΥΜ), τα οποία εκδίδονται αποκλειστικά και μόνο για χρήση πλαίσιο των σχολικών μονάδων Π.Ε. και Δ.Ε. Σε περίπτωση μη προσκόμισης της ιατρικής βεβαίωσης ΔΕΝ ΘΑ ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΕΙΤΑΙ ΕΓΓΡΑΦΗ ΣΕ ΟΠΟΙΟΔΗΠΟΤΕ

ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ. Παράλληλα τα μέλη υποχρεούνται να ενημερώνουν τους γυμναστές για τυχόν έκτακτα προβλήματα υγείας που αντιμετωπίζουν. Σε περίπτωση μη προσκόμισης της ιατρικής βεβαίωσης δε θα επιτρέπεται η εγγραφή στο πρόγραμμα.

3. Κατά την εγγραφή του μέλους, του χορηγείται η κάρτα μέλους. Η κάρτα μέλους είναι αυστηρά προσωπική, δεν μεταβιβάζεται και περιέχει πληροφορίες για την ταυτοπροσωπία του μέλους, τον έλεγχο του προγράμματος και της ισχύος της συνδρομής του. Τα μέλη κατά την προσέλευση τους στο μάθημα υποχρεούνται να αφήνουν την κάρτα μέλους στον προπονητή. Απαγορεύεται η είσοδος στο γήπεδο σε άτομα που δεν φέρουν την κάρτα μέλους ή που αυτή δεν είναι ενεργή. Πιθανή απώλειά της κάρτας θα πρέπει να αναφέρεται αμέσως στη γραμματεία του δημοτικού γυμναστηρίου Ελ. Βενιζέλου 241. Επίσης τα μέλη πρέπει να ενημερώνουν άμεσα τον ηλεκτρονικό τους προφίλ για πιθανές αλλαγές στα προσωπικά τους στοιχεία (Διεύθυνση, τηλέφωνο κλπ).
4. Η διαδικασία της εγγραφής μέλους πραγματοποιείται ηλεκτρονικά στην εφόσον κατατεθούν όλα τα απαιτούμενα δικαιολογητικά. Εάν προκύπτει καταβολή ετήσιας συνδρομής αυτή προκαταβάλλεται μαζί με την αίτηση εγγραφής στο λογαριασμό τραπέζης που ανήκει στη υπηρεσία. Το μέλος απαλλάσσεται από την καταβολή ετήσιας συνδρομής όταν προσκομίσει όλα τα απαραίτητα δικαιολογητικά που προβλέπουν τη δωρεάν συμμετοχή. Η επιστροφή χρημάτων αποκλείεται για οποιονδήποτε λόγο. Δικαίωμα «παγώματος» συνδρομής δεν παρέχεται στα μέλη.
5. Τα μέλη προπονούνται δύο (2) φορές εβδομαδιαίως στο τμήμα και το ωράριο που του υποδείχθηκε από τον υπεύθυνο προπονητή κατά την εγγραφή του. Για οποιαδήποτε απορία τα μέλη πρέπει να απευθύνονται στον αρμόδιο προπονητή και όχι σε άλλο μέλος. Μετακίνηση σε άλλο τμήμα μπορεί να πραγματοποιηθεί σύμφωνα πάντα με τις υποδείξεις του προπονητή.
6. Η διάρκεια κάθε προπόνησης είναι 55 λεπτά για τους ενήλικες και 50 για τα παιδιά. Τα τελευταία 5 λεπτά της προπόνησης μπορούν να χρησιμοποιηθούν ως διάλλειμα από τον προπονητή.

## **II. ΑΣΦΑΛΕΙΑ – ΥΓΙΕΙΝΗ – ΚΑΝΟΝΕΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ & ΧΡΗΣΗΣ ΤΟΥ ΧΩΡΟΥ**

1. ΦΥΛΑΞΗ ΠΡΟΣΩΠΙΚΩΝ ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΩΝ: Το πρόγραμμα δεν παρέχει υπηρεσία φύλαξης των προσωπικών αντικειμένων των μελών και σε καμία περίπτωση δεν προβλέπεται η φύλαξή τους από τον προπονητή. Ο προπονητής ή η Διεύθυνση ΟΠΑΑ δεν φέρει καμία απολύτως ευθύνη για τυχών απώλειά τους.
2. Η ώρα προσέλευσης και αποχώρησης αθλητών-τριών στις προπονήσεις θα πρέπει να είναι ακριβής. Ειδικά για τα παιδιά τα ωράρια θα πρέπει να τηρούνται αυστηρά καθώς δεν είναι δυνατή η φύλαξη και η επιτήρησή τους από τους προπονητές, πριν και μετά την προπόνηση.
3. Οι αθλούμενοι/νες εισέρχονται στο χώρο των γηπέδων ΜΟΝΟ μετά το τέλος του μαθήματος του προηγούμενου τμήματος και αποχωρούν αμέσως μετά την λήξη της δικής τους προπόνησης.
4. ΥΓΙΕΙΝΗ – ΑΣΦΑΛΕΙΑ – ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ: Η συμπεριφορά και η παρουσία των μελών πρέπει να είναι πάντα κόσμια και ευπρεπής.
5. Δεν επιτρέπεται η είσοδος εντός των γηπέδων σε γονείς, κηδεμόνες και συνοδούς κατά τη διάρκεια της προπόνησης ή να συμμετέχουν φωνητικά στην προπόνηση παρενοχλώντας και αποσπώντας την προσοχή σε παίκτες και προπονητές. Η επικοινωνία γονέων με προπονητές θα γίνεται στο διάλλειμα μεταξύ λήξης και έναρξης των μαθημάτων. Ο συνδεδειγμένος κριτικός μεταξύ του Προπονητή των αθλητών και των γονέων είναι η Δ/ντρια Άθλησης, η οποία συνεργάζεται αρμονικά με όλους.
6. Τα μέλη συμμορφώνονται σύμφωνα με τις υποδείξεις του προπονητή. Η συμπεριφορά των μελών πρέπει να είναι κόσμια και ευπρεπής (να μην φωνάζουν, διαπληκτίζονται κλπ.) και γενικότερα να διέπεται από τους διεθνείς κώδικες συμπεριφοράς του Τένις. Εάν ο προπονητής διαπιστώσει από μέλος ανάρμοστη συμπεριφορά (απειλή, ειρωνικά σχόλια, επιδεικτικό χτύπημα της μπάλας, εξύβριση, άσεμνες και προσβλητικές εκφράσεις, απρεπείς χειρονομίες κλπ.) άμεσα θα προβεί σε αποβολή του μέλους αυτού από τον χώρο.
7. Δεν επιτρέπεται σε καμία περίπτωση η χρήση του τοίχου κατά τις ώρες κοινής ησυχίας (15.30 - 17.30 χειμερινή περίοδος και 15:00-17:00 θερινή περίοδος).
8. Το υλικό εκμάθησης (εκτός των ρακετών) παρέχεται στους αθλούμενους δωρεάν.

9. Η χρήση αθλητικής περιβολής και αθλητικών υποδημάτων για τένις εντός του γηπέδου, είναι υποχρεωτική (όχι τζιν, όχι ρούχα με φερμουάρ & μεταλλικά στοιχεία).
10. Τα μέλη είναι υπεύθυνα και πρέπει να φροντίζουν για την καθαριότητα και υγιεινή του σώματός τους κατά την παραμονή τους στο γήπεδο και να αλλάζουν πάντα ρούχα μετά από έντονη εφίδρωση.
11. Απαγορεύεται το κάπνισμα σε όλους τους αθλητικούς χώρους.
12. Απαγορεύεται η κατανάλωση φαγητών και ποτών (εκτός των αθλητικών ροφημάτων και νερού) σε όλα τα γήπεδα.
13. Κάθε αθλούμενος/η υποχρεούται να διατηρεί το χώρο καθαρό και να απομακρύνει από το γήπεδο κάθε υπόλειμμα της αθλητικής του δραστηριότητας (μπουκάλια, πλαστικά κουτιά, μπάλες κλπ.)
14. Λόγω δυσμενών καιρικών συνθηκών (σε περίπτωση βροχής, χιονιού ή υπερβολικού κρύου) οι προπονητικές ώρες δε θα πραγματοποιούνται. Αρμόδιος για την απόφαση μη διεξαγωγής του μαθήματος για τους λόγους αυτούς είναι ο προπονητής.
15. Απαγορεύεται η είσοδος και η παραμονή κατοικίδιων στα γήπεδα αντισφαίρισης.
16. Τις επίσημες αργίες δεν πραγματοποιούνται μαθήματα. Επίσης η διεύθυνση του ΟΠΑΑ θα ενημερώνει με ανακοινώσεις της για το διάστημα που θα διακόπτει την λειτουργία του προγράμματος για τις διακοπές των Χριστουγέννων και του Πάσχα καθώς και για την ημερομηνία λήξης του προγράμματος.

### **III. ΑΠΟΔΟΧΗ ΤΩΝ ΟΡΩΝ ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΥ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ – ΠΡΟΣΤΑΣΙΑ ΠΡΟΣΩΠΙΚΩΝ ΔΕΔΟΜΕΝΩΝ**

Τα προσωπικά δεδομένα των μελών, τηρούνται αποκλειστικά για την διαπίστωση της ταυτοπροσωπίας τους κατά την είσοδο στο γήπεδο και για λόγους ασφαλείας.

Ο ΟΠΑΑ «Γιάννης Γάλλος» διατηρεί το δικαίωμα να τροποποιεί τον κανονισμό λειτουργίας του ανάλογα με τις λειτουργικές ανάγκες του προγράμματος. Οποιαδήποτε τροποποίηση θα γνωστοποιείται στα μέλη με ανάρτηση στην ιστοσελίδα του Δήμου στην αντίστοιχη ενότητα.

Η εγγραφή συνεπάγεται την αποδοχή όλων των παραπάνω όρων του κανονισμού. Σε περίπτωση παραβίασης των όρων αυτών, η διεύθυνση διατηρεί το δικαίωμα, κατά την κρίση της, με έγγραφη ενημέρωση προς το μέλος να επιβάλλει κυρώσεις, όπως:

1. Παρατήρηση
2. Προσωρινή απαγόρευση εισόδου.
3. Αφαίρεση της ιδιότητας του μέλους και οριστική απαγόρευση εισόδου στις εγκαταστάσεις

**Αγκαλιάστε το πρόγραμμα με αγάπη και υπευθυνότητα και επιδείξτε κόσμια συμπεριφορά. Συμβάλετε και εσείς την προσπάθεια του ΟΠΑΑ στην καλλίτερη υλοποίηση και βελτίωση των προγραμμάτων άθλησης.**