



ΠΑΝΕΡΥΘΡΑΪΚΟΣ ΑΣ

ΓΡΑΦΕΙΑ: ΔΗΜ. ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ Ν. ΕΡΥΘΡΑΙΑΣ «Σ.ΚΑΛΑΪΤΖΗΣ»

Γ. ΡΙΤΣΟΥ ΚΑΙ ΟΛΥΜΠΙΟΝΙΚΩΝ – Τ.Κ. 146 71

Τ: 210 6254670 / 210 8137156 FAX: 210 6254719/210 8132090

Νέα Ερυθραία 4/9/21

ΕΣΩΤΕΡΙΚΟΣ ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΩΝ ΤΜΗΜΑΤΩΝ

1

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Ο εσωτερικός κανονισμός ρυθμίζει τις σχέσεις του τμήματος Volley του **Πανερυθραϊκού** με τους αθλητές του και τους γονείς και κηδεμόνες τους (όσο οι αθλητές είναι ανήλικοι) τόσο στην αγωνιστική όσο και στην γενικότερη συμπεριφορά τους και σε καμία περίπτωση δεν υποκαθιστά τον εκάστοτε ισχύοντα αθλητικό νόμο.

Σκοπός του κανονισμού είναι να βοηθήσει στην απόκτηση αυτοπειθαρχίας που προάγει το αθλητικό πνεύμα, αλλά και η δέσμευση του Διοικητικού Συμβουλίου του Συλλόγου για το «Ευ αγωνίζεσθαι», η ορθή συμπεριφορά και παρουσία των αθλητών στο σύνολο των δραστηριοτήτων τους εντός και εκτός συλλόγου.

Επειδή δεν είναι δυνατόν να καλυφθούν με έναν κανονισμό όλες οι περιπτώσεις που ίσως προκύψουν κατά τη διάρκεια της συνεργασίας, υπενθυμίζουμε ότι ο σύλλογος αναμένει η συμπεριφορά των αθλητών του μέσα και έξω από τους αγωνιστικούς χώρους να ανταποκρίνεται απόλυτα στις αρχές του αθλητισμού.

1. ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΤΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ

Ο Σύλλογος πρέπει να είναι σε θέση να επικοινωνεί με τους αθλητές του οποτεδήποτε κρίνεται αναγκαίο. Για το λόγο αυτό θα πρέπει ο κάθε αθλητής να καταθέσει στον σύλλογο αναλυτικά στοιχεία που να περιλαμβάνουν τη διεύθυνση κατοικίας του, τα τηλέφωνα επικοινωνίας (σταθερά-κινητά) καθώς και mail αν υπάρχει. Για κάθε αλλαγή θα πρέπει να ενημερώνεται εγκαίρως ο Σύλλογος. Η χρήση των προσωπικών στοιχείων των αθλητών και μελών του Συλλόγου είναι σύννομη και περιορίζεται αποκλειστικά στην επικοινωνία μεταξύ τους. Ειδικότερα θα γίνεται ηλεκτρονική εγγραφή αθλητή όπου θα κατατίθενται όλα τα απαραίτητα στοιχεία.

Σημείωση: όπου αναφέρεται η λέξη αθλητής εννοείται και η λέξη αθλήτρια.

2. ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ -ΡΟΥΧΙΣΜΟΣ -ΕΜΦΑΝΙΣΕΙΣ

Κάθε αθλητής οφείλει να εφοδιάζεται κατά τη διάρκεια της σεζόν με όλο τον απαραίτητο ρουχισμό αγώνων. Ο ρουχισμός προπόνησης (μπλουζάκι, σορτς) για τα αγωνιστικά τμήματα των Ακαδημιών επιβαρύνει τους αθλητές ενώ ο ρουχισμός του ανδρικού τμήματος παρέχεται δωρεάν.

Σε περίπτωση που υπάρξει χορηγός της ομάδας, το υλικό θα παρέχεται δωρεάν όπως αναφέρθηκε και θα επιστρέφεται με το τέλος των αγωνιστικών υποχρεώσεων. Η όποια συμμετοχή θα καθορίζεται από το ΔΣ και θα γνωστοποιείται εγκαίρως πριν την έναρξη κάθε αγωνιστικής περιόδου. Η εμφάνιση της ομάδας πρέπει να είναι πάντοτε ομοιόμορφη μέσα στον αγωνιστικό χώρο τόσο σε επίσημους αγώνες όσο και σε φιλικούς αγώνες.

3. ΑΠΟΔΥΤΗΡΙΑ

Δεν επιτρέπεται η επίσκεψη στα αποδυτήρια από οποιοδήποτε άτομο το οποίο δεν έχει επίσημη σχέση με τον Σύλλογο συμπεριλαμβανομένων των γονέων και κηδεμόνων. Έτσι διασφαλίζεται η ασφάλεια και η ηρεμία των αθλητών. Οι συζητήσεις εντός των αποδυτηρίων αποτελούν εσωτερική υπόθεση του Συλλόγου και δεν κοινοποιούνται σε κανέναν εκτός των αποδυτηρίων. Είναι ευνόητο ότι η δημόσια κριτική αθλητών ή μελών του συλλόγου που στρέφεται κατά συμπαικτών, προπονητών, φιλάθλων-μελών του Συλλόγου, δεν επιτρέπεται.

Το Διοικητικό Συμβούλιο καλωσορίζει οποιαδήποτε επώνυμη επικοινωνία με τους γονείς και κηδεμόνες των ανήλικων αθλητών που συμμετέχουν στις αγωνιστικές ομάδες και τις ομάδες υποδομών του συλλόγου μας. Η επικοινωνία αυτή θα πρέπει απαραίτητως να είναι έγγραφη και ενυπόγραφη στην οποία ο Γενικός Αρχηγός, αφού συμβουλευθεί κατά σειρά τον Προπονητή και τον Έφορο της ομάδας, οφείλει να απαντήσει επίσης εγγράφως.

2

4. ΠΡΟΠΟΝΗΣΕΙΣ

Α) Κάθε αθλητής υποχρεούται να βρίσκεται στο γήπεδο τουλάχιστον 10 λεπτά πριν την καθορισμένη ώρα προπόνησης έτσι ώστε κατά την ώρα έναρξής της να είναι απολύτως έτοιμος να λάβει μέρος σε αυτήν. Κάθε αδικαιολόγητη καθυστέρηση του αθλητή από την προπόνηση ανεξάρτητα από τη διάρκεια της, συνεπάγεται (τουλάχιστον) την προφορική επίπληξη από τον προπονητή. Δικαιολογημένα καθυστερημένος θεωρείται μόνο ο αθλητής που ειδοποίησε τον προπονητή ή τον Έφορο της ομάδας πριν την έναρξη της προπόνησης και έλαβε σχετική άδεια.

Β) Μόνες αιτίες που δικαιολογούν απουσία αθλητή από την προπόνηση είναι:

- Τραυματισμός ή ασθένεια.
- Επείγουσα οικογενειακή υποχρέωση.
- Σχολική υποχρέωση.

Γ) Σε περίπτωση που ο λόγος αποδειχθεί ψευδής, δύναται να επιβληθεί από τον προπονητή ποινή από προφορική επίπληξη έως και ποινή αποχής από προπονήσεις ή και αγώνες την οποία εισηγείται στο Γενικό Αρχηγό του τμήματος. Σε περιπτώσεις σοβαρού παραπτώματος, ο Γενικός Αρχηγός ενημερώνει το Διοικητικό Συμβούλιο το οποίο είναι υπεύθυνο να αποφασίσει την ποινή που θα επιβληθεί.

Δ) Κατά τη διάρκεια των προπονήσεων οι αθλητές οφείλουν να επιδεικνύουν αυτοσυγκέντρωση, ενδιαφέρον, σοβαρότητα, ήθος και σεβασμό στους συναθλητές τους και τους προπονητές καθώς και απόλυτη υπακοή στις οδηγίες του προπονητή τους. Στην περίπτωση που αθλητής δεν ακολουθεί την παραπάνω συμπεριφορά και επιδεικνύει αδιαφορία, υβριστική, αναιδή ή προκλητική, θα τιμωρείται κατόπιν εισηγήσεως του προπονητή και έγκρισης του υπευθύνου του τμήματος (Γενικός Αρχηγός) με χρονική αποχή από τις προπονήσεις ανάλογη με το παράπτωμα.

Ε) Ομοίως, όλοι οι αθλητές οφείλουν να έχουν πρόπουσα αθλητική συμπεριφορά για όσο χρονικό διάστημα διαρκεί η παρουσία τους στον αγωνιστικό χώρο και στα αποδυτήρια. Οι μη πρόπουσες συμπεριφορές θα τιμωρούνται μετά από εισήγηση του προπονητή και έγκριση του Γενικού Αρχηγού του τμήματος με επίπληξη έως και αποχή από την προπόνηση. Ο Γενικός Αρχηγός ενημερώνεται από τον αρμόδιο Έφορο του τμήματος.

ΣΤ) Κανένας δεν έχει το δικαίωμα να ενοχλήσει παίκτη ή προπονητή κατά τη διάρκεια της προπόνησης εκτός κι αν συντρέχει σοβαρός λόγος.

Ζ) Υβριστικές ή απαξιώτικες φράσεις ή εκφράσεις δεν επιτρέπονται από οποιονδήποτε και οποτεδήποτε κατά τη διάρκεια της προπόνησης.

Η) Δεν επιτρέπεται η προπόνηση αθλητή του τμήματος σε άλλον Σύλλογο (ή και το αντίστροφο), εάν δεν έχει τη σύμφωνη γνώμη του υπευθύνου εφόρου του τμήματος ή του Γενικού Αρχηγού ο οποίος είναι υπεύθυνος να ενημερώσει τα μέλη του Διοικητικού Συμβουλίου.

Θ) Δεν επιτρέπεται σε κανένα να παρεμβαίνει στο προπονητικό, αγωνιστικό ή παιδαγωγικό έργο των υπευθύνων προπονητών της ομάδας, με διαμαρτυρίες, υποδείξεις, κρίσεις, αποχή ή οποιοδήποτε άλλο μέσο. Όποιος επιθυμεί να κάνει τέτοια παρέμβαση, θα πρέπει να την κάνει επίσημα προς το Διοικητικό Συμβούλιο το οποίο είναι υποχρεωμένο να συνέλθει για το σκοπό αυτό εντός μιας εβδομάδας από το σχετικό αίτημα που έχει υποβληθεί.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Είναι επίσημη θέση του Διοικητικού Συμβουλίου η μη παρέμβαση οποιουδήποτε στο προπονητικό, τεχνικό ή αγωνιστικό έργο των προπονητών. Όπου υπάρχουν καταφανείς δυσλειτουργίες ή διορθωτικές υποδείξεις και προτάσεις, υπεύθυνο για την όποια παρέμβαση είναι αποκλειστικά το Διοικητικό Συμβούλιο μετά από αντίστοιχη εισήγηση του Γενικού Αρχηγού. Σε όλες τις περιπτώσεις ανεξάρτητα αν πρόκειται για αθλητή / ή γονέα / κηδεμόνα ή άλλο μέλος του συλλόγου στο οποίο επιβεβαιώνεται αντίστοιχη συμπεριφορά, θα υπάρχει επίσημη ενημέρωση και επίπληξη η οποία μπορεί να φθάσει και μέχρι την οριστική διακοπή της συνεργασίας.

5. ΕΘΝΙΚΕΣ ΟΜΑΔΕΣ-ΚΛΙΜΑΚΙΑ

3

Οι αθλητές μας που εντάσσονται στις Εθνικές-Προεθνικές ομάδες είναι υποχρεωμένοι να ακολουθούν τις αποστολές αυτές κατά τα σχετικά αναγραφόμενα στους κανονισμούς της Ομοσπονδίας. Οι αθλητές μας των Εθνικών-Προεθνικών ομάδων που καλούνται σε προπονήσεις των ανωτέρω ομάδων σε αγωνιστική περίοδο και ειδικότερα όταν δεν είναι περίοδος προετοιμασίας τους μετά από συνεννόηση του Σωματείου μας με την Ομοσπονδία ΔΕΝ θα συμμετέχουν στις προπονήσεις αυτές σε ημέρες αγώνων του Σωματείου μας είτε των Ακαδημιών είτε του Ανδρικού.

Είναι επιθυμητό οι αθλητές μας να συμμετέχουν στις προπονήσεις κλιμακίων και τα διακλιμακιακά της Ομοσπονδίας εφόσον αυτές διεξάγονται κατά την διάρκεια της εβδομάδος και είναι συμπληρωματικές των προπονήσεων του τμήματος τους.

Ο προπονητής του τμήματος μας είναι ο αρμόδιος να κρίνει εφόσον οι αθλητές των Ακαδημιών μας καλούνται να συμμετέχουν σε πολλές προπονήσεις εντός της εβδομάδος πέραν των προπονήσεων του Σωματείου μας (κλιμάκια, σχολικές προπονήσεις), σε ποιες θα συμμετάσχουν.

Η μη τήρηση των ανωτέρω από τους αθλητές μας συνιστά παρεκτροπή από τον κανονισμό και επιφέρει τις σχετικές ποινές.

6. ΕΠΙΣΗΜΟΙ ΑΓΩΝΕΣ -ΗΜΕΡΙΔΕΣ

Ισχύουν όλα τα παραπάνω εκτός από την ώρα προσέλευσης, η οποία προσαρμόζεται σε μία ώρα πριν την έναρξη του αγώνα ή όπως αλλιώς ορίσει ο προπονητής ή ο υπεύθυνος του τμήματος.
ΕΠΙΠΛΕΟΝ

Α) Στις αποστολές της ομάδας όπως και σε όλες τις επίσημες εκδηλώσεις της, οι αθλητές οφείλουν να φορούν την εμφάνιση της ομάδας, ώστε η εμφάνιση της ομάδας να είναι πάντοτε ομοιόμορφη.

Β) Οι αθλητές δεν σχολιάζουν ή ασκούν κριτική σε αποφάσεις των υπευθύνων που έχουν καθοριστεί για τη διεξαγωγή του αγώνα (αυτάρχης, διαιτητές, κριτές, γραμματεία αγώνων.).

Γ) Οι αθλητές δεν επιτρέπεται να απαντούν σε προκλήσεις προερχόμενες από φιλάθλους, ή άλλους αθλητές και γενικά οφείλουν να συμπεριφέρονται κόσμια και ευπρεπώς.

Δ) Η αδικαιολόγητη απουσία (πλην των περιπτώσεων τραυματισμού, ασθένειας ή σχολικής υποχρέωσης) αθλητή από επίσημο αγώνα επισύρει επιβολή ποινής από το Διοικητικό Συμβούλιο μετά από εισήγηση του προπονητή.

7. ΑΠΟΦΥΓΗ ΚΡΟΥΣΜΑΤΩΝ ΒΙΑΣ

Η βία δεν έχει χώρο στον αθλητισμό και η βίαιη συμπεριφορά δεν είναι ανεκτή υπό οποιεσδήποτε συνθήκες ειδικά δε στη φιλοσοφία και στην κουλτούρα του Πανερυθραϊκού. Η βία μπορεί να προκαλέσει σοβαρούς τραυματισμούς που μπορεί να επηρεάσουν αρνητικά το μέλλον των ιδίων των αθλητών, αλλά και τιμωρία του Συλλόγου.

Οτιδήποτε συμβαίνει μέσα στον αγωνιστικό χώρο ή εκτός αυτού, δεν μπορεί σε καμία περίπτωση να δικαιολογήσει πράξεις βίας.

Ο Σύλλογος πέρα από τις όποιες ποινές επιβληθούν από ανώτερες αθλητικές αρχές, θα τιμωρήσει όποιον αθλητή επιδείξει αντιαθλητική συμπεριφορά μέσα στον αγωνιστικό χώρο ή έξω από αυτόν. Σε ακραίες περιπτώσεις δε, όπου βίαιη συμπεριφορά επιδειχθεί από μέλος του συλλόγου (γονέα ή κηδεμόνα ή φίλο και υποστηρικτή), θα ακολουθηθεί η ίδια διαδικασία.

8. ΟΡΓΑΝΑ -ΑΡΜΟΔΙΟΤΗΤΕΣ

Α) Ο Γενικός Αρχηγός του τμήματος ασκεί την ανώτατη εποπτεία του τμήματος. Για κάθε ζήτημα που προκύπτει, οι αθλητές (ή οι κηδεμόνες τους) και τα μέλη του Συλλόγου οφείλουν να απευθύνονται και να ενημερώνουν με την ακόλουθη σειρά:

- τον Προπονητή (αποκλειστικά για αγωνιστικά / τεχνικά θέματα μόνον),
- τον Έφορο του τμήματος,
- το Γενικό Αρχηγό και στην περίπτωση που δεν λυθεί το πρόβλημά τους,
- το Διοικητικό Συμβούλιο του Πανερυθραϊκού.

4

Β) Ο Γενικός Αρχηγός σε συνεργασία με το Συμβούλιο στο οποίο συμμετέχουν οι Έφοροι των ομάδων και οι ενεργοί εθελοντές / υποστηρικτές, είναι υπεύθυνος για την χάραξη των αγωνιστικών και προπονητικών στόχων στην αρχή κάθε αγωνιστικής χρονιάς καθώς και για την παρακολούθησή της υλοποίησής τους. Το Διοικητικό Συμβούλιο είναι υπεύθυνο για την όποια τροποποίησή τους και η παρέμβαση οποιουδήποτε άλλου απαγορεύεται εάν δεν έχει τη μορφή εισήγησης στο Διοικητικό Συμβούλιο και μόνο.

Γ) Οι Αθλητές και Αθλήτριες (και οι κηδεμόνες τους), οι Προπονητές, οι Έφοροι και τα μέλη του Συλλόγου οφείλουν να γνωρίζουν τον Εσωτερικό Κανονισμό ο οποίος τίθεται άμεσα σε εφαρμογή.

9. ΠΟΙΝΕΣ -ΠΡΟΫΠΟΘΕΣΕΙΣ ΕΠΙΒΟΛΗΣ.

Σε αθλητή που παραβαίνει τις υποχρεώσεις ή τα καθήκοντά του απέναντι στον σύλλογο όπως αναφέρθηκαν προηγουμένως, επιβάλλεται είτε αυτόματα, είτε μετά από προηγούμενη κλήση σε απολογία, μία από τις ακόλουθες ποινές ανάλογα με τη βαρύτητα της παράβασης:

- Α. Επίπληξη
- Β. Αποχή από προπονήσεις
- Γ. Αποχή από αγώνες
- Δ. Αποπομπή από τον σύλλογο.

Για την επιβολή από το Διοικητικό Συμβούλιο σε αθλητή οποιασδήποτε πειθαρχικής ποινής από αυτές που αναφέρονται στον παρόντα κανονισμό απαιτείται:

1. Να υπάρχει εγκεκριμένος εσωτερικός κανονισμός γνωστός στους αθλητές ο οποίος να προβλέπει τα παραπτώματα και την επιβολή πειθαρχικών ποινών που επιβάλλονται σε κάθε περίπτωση.

2. Να προηγείται της ποινής, πρόσκληση σε απολογία του αθλητή που υπέπεσε στο παράπτωμα, εκτός εκείνων των περιπτώσεων για τις οποίες η ποινή αναγράφεται ρητά στον κανονισμό οπότε και επιβάλλεται χωρίς απολογία. Σε κάθε περίπτωση ο αθλητής δικαιούται να ζητήσει ακρόαση από τον Έφορο, το Γενικό Αρχηγό ή το Διοικητικό Συμβούλιο του Συλλόγου.

Η επιβολή της ποινής γίνεται κατά δίκαιη χρήση και σύμφωνα με την καλή πίστη.

10. ΜΕΤΑΓΡΑΦΕΣ -ΕΞΟΔΑ ΑΠΟΣΤΟΛΩΝ-ΚΙΝΗΤΡΑ ΔΙΑΚΡΙΣΗΣ –ΒΡΑΒΕΥΣΕΙΣ

1. ΜΕΤΕΓΓΡΑΦΕΣ

Ισχύει ότι προβλέπεται τον εκάστοτε ισχύοντα αθλητικό νόμο καθώς και επίσης και από τον κανονισμό μετεγγραφών της Ομοσπονδίας στην οποία ανήκουν τα τμήματα του συλλόγου.

2. ΕΞΟΔΑ ΑΠΟΣΤΟΛΩΝ

Τα μέλη των αγωνιστικών ομάδων συμμετέχουν στο οικονομικό κόστος που αφορούν αποστολές για Πανελλήνια πρωταθλήματα της ομάδας. Ο Σύλλογος θα καταβάλει κάθε δυνατή προσπάθεια για την ελαχιστοποίηση του κόστους συμμετοχής των μελών των αγωνιστικών ομάδων σε επίσημες διοργανώσεις ανάλογα με το είδος της διοργάνωσης και τις επιδόσεις / επιτυχίες κάθε αθλητή .

3. ΚΙΝΗΤΡΑ ΔΙΑΚΡΙΣΗΣ

Απαλλάσσονται από την πληρωμή εξόδων συμμετοχής σε αγώνες οι αθλητές που ανήκουν στην ηλικιακή κατηγορία Ανδρών και συμμετέχουν ενεργά στην προετοιμασία και στους αγώνες του Πρωταθλήματος της εκάστοτε κατηγορίας στην οποία συμμετέχει η ομάδα Ανδρών του Συλλόγου. Επίσης κάθε τμήμα του Συλλόγου κατόπιν εγκρίσεως του Δ.Σ. δύναται να ανακοινώνει ειδικά κίνητρα για τους αθλητές που διακρίθηκαν τα οποία θα γνωστοποιούνται με ανακοίνωση στο κάθε τμήμα καθώς και στο επίσημο site του Συλλόγου.

4. ΒΡΑΒΕΥΣΕΙΣ

Ο Σύλλογος κάθε χρόνο βραβεύει στην κοπή της πρωτοχρονιάτικης πίτας του τμήματος ή σε άλλη επίσημη εκδήλωση, τους αθλητές που την προηγούμενη χρονιά πέτυχαν σημαντικές επιτυχίες.

11. ΥΠΟΧΡΕΩΣΕΙΣ ΑΘΛΗΤΩΝ.

1. Να προσέρχονται στις προπονήσεις την καθορισμένη ώρα από τον προπονητή. Καθυστέρηση θεωρείται κάθε λεπτό μετά από την καθορισμένη ώρα έναρξης της προπόνησης.
2. Να υπακούνε στις οδηγίες του προπονητή χωρίς σχόλια και να εκτελούν πρόθυμα τις ασκήσεις.
3. Να χρησιμοποιούν τις εμφανίσεις (προπονητικά t-shirts, φόρμες κλπ.) που τους έχει προμηθεύσει ο Σύλλογος και να προσέρχονται στους αγώνες ντυμένοι με την φόρμα εξόδου του Συλλόγου. Γενικά θα πρέπει να χρησιμοποιούν υλικά που προμηθεύει ο Σύλλογος.
4. Να σέβονται τους συναθλητές τους, τα μέλη του Συλλόγου και το Δ. Σ.
5. Να μη καπνίζουν στους χώρους του Γυμναστηρίου και να φροντίζουν για την καθαριότητα των αποδυτηρίων και του χώρου που προπονούνται.
6. Να έχουν αγωνιστική και αθλητική συμπεριφορά που δεν θα προσβάλει τον Σύλλογο και τον εαυτό τους.
7. Να μη σχολιάζουν τα εσωτερικά θέματα του Συλλόγου είτε αγωνιστικά είτε διοικητικά.
8. Να συμπεριφέρονται κόσμια στους συναθλητές τους και να αποτελούν πρότυπο με την για τους μικρότερους αθλητές.
9. Να αναφέρουν κάθε πρόβλημα υγείας, που επηρεάζει την αγωνιστική τους κατάσταση στον προπονητή τους ή στον Έφορο του τμήματος.
10. Σε περίπτωση τραυματισμού ο αθλητής θα πρέπει να ακολουθήσει τις υποδείξεις του Συλλόγου σχετικές με εξετάσεις ή αποθεραπεία, αφού πρώτα έχει ενημερώσει σχετικά τον προπονητή τους και τον έφορο της ομάδας.
11. Στις περιπτώσεις που αθλητής χρειάζεται ειδική φυσικοθεραπεία θα πρέπει να φροντίζει να παίρνει αποδείξεις επίσκεψης (έντυπο παρουσίας) ενυπόγραφες από τον εκάστοτε θεραπευτή-Ιατρό.
12. Στις περιπτώσεις που αθλητής δεν είναι σε κατάσταση να συμμετέχει σε προπονήσεις και αγώνες, είναι υποχρεωμένος να παρίσταται στις προπονήσεις και στους αγώνες τις ομάδας.
13. Να προσέχουν την εξωγηπεδική συμπεριφορά τους ώστε να μη εκθέτουν τον Σύλλογο και την προσωπικότητά τους.
14. Απουσίες αδικαιολόγητες επιφέρουν ποινή.
15. Είναι υποχρεωμένοι να συμμετάσχουν στις κοινωνικές εκδηλώσεις του Συλλόγου και οποιαδήποτε αδικαιολόγητη απουσία επιφέρει ποινή.
16. Οι αθλητές θα πρέπει να τηρούν τους παραπάνω κανόνες.

12. ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ ΑΘΛΗΤΩΝ.

1. Σε περίπτωση που αθλητής έχει παράπονα από τον προπονητή του έχει δικαίωμα και υποχρέωση πρώτα να συνομιλήσει με αυτόν κατ' ιδίαν και κατόπιν να αναφερθεί, παρουσία του προπονητή, στον Έφορο της ομάδας για την επίλυση του προβλήματος.

2. Ο αθλητής δικαιούται μέχρι 5 δικαιολογημένες απουσίες από προπόνηση μετά από συνεννόηση με τον προπονητή και τον έφορο της ομάδας.
3. Σε περίπτωση τιμωρίας, μπορεί να ζητήσει να αναφερθεί στο Δ.Σ. του συλλόγου για να εκφράσει τις αντιρρήσεις της ή να ζητήσει την επείκεια του Δ.Σ. εγγράφως.
4. Σε περίπτωση υποβολής προστίμου το πρόστιμο δεν μπορεί να υπερβαίνει τα οδοιπορικά ενός μηνός.
5. Ο αθλητής έχει δικαίωμα να ζητήσει άδεια από τον Σύλλογο για να μη παρίσταται στις προπονήσεις, σε περιόδους μη αγωνιστικών υποχρεώσεων, έως και 10 ημέρες την σεζόν (Σεπτέμβριος - Μάιος).
6. Σε ειδικές περιπτώσεις ο αθλητής μπορεί να ζητήσει και αφού πάρει έγκριση από Δ. Σ. του Συλλόγου να επισκεφθεί δικό του Ιατρό για διάγνωση και θεραπεία.
7. Τα έξοδα διάγνωσης και θεραπείας βαρύνουν τον Σύλλογο εφ' όσον ο αθλητής τραυματίστηκε στη διάρκεια των αγώνων ή των προπονήσεων, έως και 3 μήνες από την ημέρα τραυματισμού του. Όποια άλλα έξοδα επιβαρύνουν τον ίδιο.
8. Ο Σύλλογος οφείλει να καταβάλει στον αθλητή τα συμφωνηθέντα οδοιπορικά κάθε μήνα και γενικά είναι υποχρεωμένος να καταβάλει τα συμφωνηθέντα, αν δεν συντρέχουν λόγοι ανωτέρας βίας.

13. ΠΟΙΝΕΣ.

Η επιβολή ποινών σε αθλητές δεν είναι στη φιλοσοφία του Συλλόγου και των ανθρώπων που τον διοικούν. Οι κανόνες όμως πρέπει να υπάρχουν για να λειτουργεί σε πλαίσια ο Σύλλογος. Τα πλαίσια αυτά καθορίζουν και τις αρχές που διέπουν τον Σύλλογο τόσο αγωνιστικά όσο και Διοικητικά. Θεωρούμε ότι το κάθε μέλος του Συλλόγου είτε είναι Αθλητής είτε είναι παράγοντας, λειτουργεί καλύτερα αν γνωρίζει εκ των προτέρων τα δικαιώματα και τις υποχρεώσεις του, όπως επίσης και ποια είναι τα όρια που αν τα ξεπεράσει θα υπάρχουν επιπτώσεις.

Σε κάθε αθλητή του Σωματείου που παρεκτρέπεται, ανάλογα με τη βαρύτητα του παραπτώματος του, το Διοικητικό Συμβούλιο μπορεί να επιβάλλει τις παρακάτω πειθαρχικές ποινές:

1. Προφορική ή Έγγραφη παρατήρηση
2. Αυστηρή Έγγραφη Επίπληξη.
3. Απαγόρευση της εισόδου στους αθλητικούς χώρους εκγύμνασης του Συλλόγου.

- Ουδεμία ποινή επιβάλλεται χωρίς προηγούμενη προφορική ή έγγραφη απολογία του αθλητή.
- Για τους αμειβόμενους με οδοιπορικά αθλητές, το Δ. Σ. του Συλλόγου έχει δικαίωμα να προχωρήσει σε χρηματικό πρόστιμο ή και με συνδυασμό και των δύο, στην περίπτωση που υπάρξουν δείγματα, από τον αθλητή, μη συμμόρφωσης με τον κανονισμό του Συλλόγου.
- Οι ποινές που θα επιβάλλονται για κάθε ένα παράπτωμα υπολογίζονται ανάλογα την βαρύτητά τους ξεχωριστά.
- Σε περίπτωση συνδυασμού τότε το Δ. Σ. αποφασίζει για το σύνολο της ποινής.

Οι ποινές εφαρμόζονται αφού έχουν εξαντληθεί όλα τα παραπάνω μέτρα που σκοπό έχουν να προειδοποιήσουν για παρεκτροπή από την φιλοσοφία και το όραμα του Συλλόγου.

14. ΥΠΕΥΘΥΝΟΙ ΤΗΡΗΣΗΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΕΣΩΤΕΡΙΚΟΥ ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΑΝΑΘΕΩΡΗΣΗ ΑΥΤΟΥ.

Υπεύθυνοι για την τήρηση λειτουργίας του εσωτερικού κανονισμού είναι ο Προπονητής, ο Έφορος του τμήματος αγωνιστικής ομάδας ή τμήματος Υποδομών και ο Γενικός Αρχηγός.

Ο εσωτερικός κανονισμός μπορεί να αναθεωρηθεί με σχετική απόφαση του Διοικητικού Συμβουλίου η οποία θα κοινοποιηθεί στα μέλη, στους αθλητές και τους γονείς και κηδεμόνες τους.

Για περισσότερες πληροφορίες, μπορείτε να απευθύνεστε στο Γενικό Αρχηγό του Συλλόγου καθώς επίσης και στους Εφόρους των Ομάδων στις οποίες συμμετέχουν οι αθλητές .

