



REGULAMENTO INTERNO

O presente documento tem como objetivo melhorar o funcionamento desta Associação uniformizando os seus procedimentos.

O bom funcionamento de qualquer instituição, passa pela aceitação de determinadas regras de conduta, cujo cumprimento contribuirá para alcançar os objetivos formativos e desportivos dentro de um clima de colaboração, amizade, harmonia e bem-estar. E porque queremos que ADADA seja um espaço aberto à formação social, cívica e cultural dos nossos atletas, acreditamos no empenho de todos os membros que a constituem.

Este documento define assim, o regime de funcionamento da ADADA.

INFORMAÇÕES GERAIS:

Serviços Administrativos: Pavilhão do Lagarteiro

Av. Francisco Xavier Esteves

4300-005 Porto

Telefone: 225 303 043

E-Mail: contabilidade@adada.pt

geral@adada.pt

NIF: 513 302 743

IBAN: PT50 0010 0000 52094350001 14

1 - DENOMINAÇÃO, SEDE E FINS

1.1 Conforme o artigo segundo dos Estatutos da Associação de Desporto Adaptado do Porto fundada em 17 de Novembro de 2014, abreviadamente designada por ADADA, tem a sua sede, na Rua de Grijó, nº 48 - 2º Esq. Traseiras concelho do Porto e união de freguesias de Lordelo do Ouro e Massarelos rege-se pelos Estatutos e pelo Regulamento Interno.



1.2 A Associação de Desporto Adaptado do Porto tem por fim:

- a) Promover, divulgar e proporcionar a prática desportiva a cidadãos das cinco grandes áreas de deficiência: Motora, Paralisia Cerebral, Mental, Visual e Auditiva.
- b) Proteger e defender os legítimos interesses dos seus associados e respetivos atletas;
- c) Estabelecer e manter relações com outras Associações do país e mesmo do estrangeiro, sempre que se justifique ou seja importante para o interesse das diferentes modalidades e eventos;
- d) Cumprir e fazer cumprir os Estatutos e presente Regulamento Interno desta Associação, bem como os demais regulamentos e leis das diferentes Federações, Associações e Instituto Português do Desporto e Juventude;
- e) Procurar, pelos meios ao seu alcance, divulgar os Regulamentos e Leis que regem a prática das modalidades e eventos e zelar pelo seu cumprimento;
- f) Divulgar, pelos meios possíveis, as modalidades e atividades no âmbito federado e de lazer e outras de interesse para os seus associados ou para as modalidades;
- g) Fazer-se representar em competições, Regionais, Nacionais ou Internacionais que as Federações ou outras entidades promovam;
- h) Estar disponível para participar, em conjugação de esforços, com outros Organismos, em tudo o que, de algum modo, diga respeito à planificação, desenvolvimento e prática desportiva.

1.3 Compete à ADADA promover:

- a) A participação em Campeonatos e outras competições que julgue convenientes, de acordo com os regulamentos em vigor;
- b) Ações, no sentido de difundir e tornar conhecida as modalidades e atividades junto do maior número de pessoas e elevar o nível da sua prática;
- c) A elaboração de documentação, relatórios, estudos, etc. de suporte às suas atividades e tomadas de decisão.

1.4 É totalmente interdita à ADADA qualquer posição ou manifestação de carácter político e religioso.



2 - INSCRIÇÃO

No ato de inscrição terão de entregar:

a) Associados Efetivos:

- Uma fotografia
- Anamnese (sempre que solicitado)
- Ficha de inscrição preenchida, com a autorização de deslocação com a equipa e utilização de imagem do atleta devidamente assinada pelo Atleta / Pai / Tutor / E. Educação

b) Associados Contributivos:

- Uma fotografia
- Ficha de inscrição

3 - DEVERES E DIREITOS DOS ASSOCIADOS

3.1 Deveres dos Associados:

- a) Pagar mensalmente a quota estipulada, que se vence no dia oito do mês a que disser respeito (associados efetivos);
- b) Pagar anualmente a quota estipulada no início de cada ano civil, (associados contributivos);
- c) Aceitar exercer gratuitamente os cargos para que forem nomeados ou eleitos em Assembleia-Geral;
- d) Defender sempre o bom nome da ADADA;
- e) Reparar todo e qualquer dano ou prejuízo causado aos bens da ADADA que lhes sejam ou estejam confiados;
- f) Cumprir as determinações dos Estatutos e Regulamento Interno da ADADA;
- g) Acatar, cumprir e fazer cumprir as resoluções da Assembleia-Geral e da Direção da ADADA.



3.2 Direitos dos Associados:

- a) Propor a admissão de novos associados;
- b) Requerer a convocação da Assembleia-Geral Extraordinária, conjuntamente com mais vinte associados no pleno gozo dos seus direitos, propondo desde logo a Ordem de Trabalhos;
- c) Reclamar por escrito das decisões da Direção que lhes digam respeito.

4 - DEVERES E DIREITOS DOS TREINADORES

4.1 Deveres dos Treinadores:

- a) Zelar pelos bens e respeitar todos os elementos da ADADA;
- b) Apurar sempre a veracidade dos factos perante algum problema;
- c) Informar os atletas e/ou encarregados de educação do dia e local das provas;
- d) Sempre que solicitados informar/justificar aos atletas qualquer decisão técnica, comportamental entre outros;
- e) Ouvir o atleta sempre que este se lhe dirija por qualquer assunto;
- f) Responsabilizar-se pela metodologia dos treinos;
- g) Ensinar aos praticantes de qualquer modalidade que as regras desportivas não devem ser quebradas ou abandonadas;
- h) Dar igual oportunidade aos praticantes das modalidades de participarem na prática desportiva;
- i) Evitar repreender em público um atleta, por cometer qualquer erro ou perder a competição;
- j) Assegurar-se que o equipamento e instalações obedecem a padrões de segurança;
- k) Tomar em consideração o grau de maturidade dos atletas quanto aos horários para a prática desportiva, duração e cargas de treino;



- l) Desenvolver em cada atleta a capacidade de respeitar todos os agentes desportivos;
- m) Atualizar-se permanentemente sobre a metodologia de treino específico dos atletas num correto desenvolvimento da formação dos mesmos.

4.2 Direitos dos Treinadores:

- a) Ser respeitado por todos os elementos da ADADA;
- b) Obter a colaboração de todos os elementos da ADADA com vista à obtenção de melhor rendimento desportivo;
- c) Ter espaços apropriados para a prática desportiva e aceder atempadamente a toda a informação a que tem direito;
- d) Ter conhecimento de todo o material desportivo existente no início da época desportiva;
- e) Apresentar propostas ou sugestões que visem o bom funcionamento das atividades.

5 - DEVERES E DIREITOS DOS ATLETAS

5.1 Deveres dos Atletas:

- a) Representar a ADADA com Empenho, Dignidade, Dedicção e Respeito;
- b) Observar e cumprir as determinações, normas e Regulamento Interno da ADADA;
- c) Respeitar integralmente os treinadores dirigentes e colaboradores;
- d) Respeito mútuo com os colegas de equipa, quer em deslocação, balneários, treinos, competições e outros momentos associados ao clube;
- e) Respeito mútuo pelos colegas das outras modalidades da ADADA, em qualquer local;
- f) Respeitar os adversários, equipas de arbitragem bem como o público em geral evitando situações desagradáveis tanto para a ADADA como para o atleta;



- g) Cumprir os horários previamente anunciados (nos pontos de encontro, nos treinos, nas competições, e nas deslocações);
- h) Sempre que haja um impedimento e não possa ir ao treino /sessão /aula individual deverá informar o seu treinador / técnico habitual;
- i) Em caso de doença ou motivo de força maior que implique ausência no treino/sessão durante um mês, deverá comunicar aos Serviços Administrativos por email (contabilidade@adada.pt), para que não haja lugar a faturação no mês seguinte;
- j) Apresentar-se devidamente equipado nas competições;
- k) Na impossibilidade de participação em competições, ou outro evento desportivo para o qual seja convocado, deverá informar o treinador e delegado da modalidade antecipadamente;
- l) Manter em todas as circunstâncias dentro e fora dos recintos desportivos, um comportamento que o prestigie a si e à ADADA;
- m) Ser cuidadoso na utilização do seu equipamento (evitar danificá-lo ou perdê-lo); e devolvê-lo obrigatoriamente quando solicitado;
- n) Manter uma boa alimentação, higiene pessoal e repouso adequado.

5.2 Direitos dos Atletas:

- a) Usufruir de um bom ambiente de treino;
- b) Dispor de instalações adequadas ao treino para a prática da modalidade;
- c) Ser esclarecido sobre os conteúdos e objetivos do treino/competições se assim o entender;
- d) Justificar sempre que se ausente nos treinos ou competições.

6 - PROCEDIMENTO DISCIPLINAR

6.1 Caso um atleta ou pessoa a ele relacionada (pai, mãe, encarregado de educação, legal representante, tutor, familiar, etc.) incorra em comportamento incorreto ou desadequado em relação a qualquer entidade relacionada com a



ADADA e sua atividade (Órgãos Sociais, Atletas e seus pais, Equipa Técnica, Staff de Apoio, entidades organizadoras e reguladoras de provas, etc.) ficará sujeito a um processo disciplinar. O processo será analisado pela Direção que determinará ou não uma sanção podendo ir até à exclusão definitiva do atleta.

6.2 Das decisões disciplinares tomadas pela Direção não poderá ser interposto qualquer recurso.

6.3 Medidas disciplinares:

- a) Advertência ao atleta pelo treinador;
- b) Advertência registada;
- c) Suspensão da frequência dos treinos durante uma semana;
- d) Exclusão.

7 - TRANSPORTE COLETIVO

a) Sempre que, por ocasião de uma atividade na qual a ADADA participe, seja organizado transporte coletivo, todos os atletas e treinadores viajam obrigatoriamente juntos e no meio de transporte em questão;

b) Situações de exceção deverão ser solicitadas antecipadamente e estão sujeitas a aprovação da Direção.

8 - CASOS OMISSOS

Questões excepcionais e pontuais não previstas no presente regulamento serão analisadas individualmente pela Direção, de acordo com o interesse de todos os envolvidos, nomeadamente da ADADA.

9- DISPOSIÇÕES GERAIS

A ADADA considera época desportiva, o período compreendido entre 1 de Setembro de cada ano e 31 de Julho do ano seguinte.



10 - MODALIDADE DE NATAÇÃO

10.2 Período experimental

- a) Para atletas que nunca tenham praticado natação, o primeiro mês é considerado Período Experimental, e não haverá lugar a pagamento;
- b) Nesse período a Equipa Técnica fará uma avaliação para inclusão na categoria de Competição ou Aprendizagem.

10.3 Horários e assiduidade

O horário escolhido para o treino deverá manter-se durante toda a época desportiva.

A participação em provas, implica uma assiduidade aos treinos de pelo menos **75%** durante a época desportiva.

10.4 - Inscrição em provas

- a) Aquando da sua primeira inscrição numa prova, o Atleta receberá as peças do equipamento em uso à data na ADADA e o Atleta / Pai / Tutor / E. Educação deverá assinar a *Ficha de Equipamento do Atleta*, comprovando a sua receção;
- b) A perda de qualquer peça do equipamento implica o pagamento da mesma.

10.5 - Identificação durante as provas

- a) Em todas as provas os atletas têm de levar obrigatoriamente o seu cartão de cidadão;
- b) Nos **Campeonatos Nacionais** os atletas têm de usar o **cartão FPN**. A perda deste cartão tem um custo de 5,00€.

10.6 - Faltas às provas

Caso um atleta falte a uma prova para a qual se encontra inscrito, e não tenha justificação médica, suportará o pagamento da **multa** imposta pela FPN.

10.7 - Equipamento

Para poder participar nas atividades da equipa, o atleta deverá apresentar-se equipado de acordo com as normas em prática na ADADA, a saber:



10.7.1 - Treinos

Os atletas deverão apresentar-se equipados com chinelos, fato de banho, óculos e touca.

10.7.2 Deslocações

a) Nas deslocações da equipa e durante todo o decurso das mesmas, os atletas deverão obrigatoriamente utilizar o equipamento da ADADA, podendo optar segundo a meteorologia e a época do ano pelas peças mais quentes ou mais frescas;

b) O equipamento da ADADA é composto por fato de treino, polo, t-shirt, calções pretos, kispó e saco/trólei.

10.8 Provas

a) Nos dias de competição, durante a permanência no interior da piscina (período de aquecimento + provas) o equipamento a utilizar será obrigatoriamente:

- Saco/Trólei/Mochila
- T-Shirt ADADA
- Calções pretos
- Fato de banho
- Óculos
- Touca ADADA (em caso de esquecimento será fornecida uma touca e debitada na mensalidade seguinte);

b) A não observância do regulamento implica a exclusão do atleta das provas em que se encontre inscrito, com conseqüente pagamento da multa imposta pela FPN.

10.9 Preço do equipamento em caso de perda

- Parka: 17,50€
- Sweatshirt: 15,00€
- Fato de treino: 10,00€
- Polo: 7,50€
- Calções: 5,00€
- T-Shirt: 5,00€
- Touca: 5,00€



Qualquer exceção a este regulamento, nomeadamente no que se refere a patrocínios individuais, deverá ser solicitado e justificado por escrito pelo Atleta e/ou por um dos pais, Encarregado de Educação, Tutor ou similar e ficará sujeito a aprovação em reunião de Direção.

10.10 Acesso ao Cais da piscina

No início da época desportiva a Direção nomeará o Delegado às provas.

A comitiva para as provas será composta por:

- Atletas
- Delegado
- Treinadores

Apenas a estes elementos está autorizado o acesso ao cais.

10.11 Acesso dos Atletas à bancada

Por uma questão de segurança os Atletas não estão autorizados a ir à bancada durante as provas.



Preçário Geral Época 2019/2020

Quotização de associados contributivos	Anual	20,00 €
Inscrição de novos atletas (natação, patinagem)		50,00 €
Renovação da inscrição (até ao dia 8 de Setembro) (natação, patinagem)	Competição	35,00 €
	Aprendizagem	20,00 €
Quotização mensal (natação) <ul style="list-style-type: none"> • pagamento até ao dia 8 de cada mês, de Setembro a Julho • Caso haja dois incumprimentos consecutivos, será devida uma penalização de 10% • A partir do terceiro incumprimento consecutivo, as aulas serão suspensas até ao pagamento integral das quotas em atraso, no caso de ser atleta de competição implica também a não participação nas provas. 	Competição	35,00 €
	Aprendizagem (2 x semana)	20,00 €
	Polo de Braga Aprendizagem (2 x semana)	25,00 €
Aulas individuais (natação) <ul style="list-style-type: none"> • Pagamento até ao dia 8 do mês seguinte a que se refere a fatura, de Setembro a Julho • A partir do segundo incumprimento consecutivo, as aulas serão suspensas até ao pagamento integral das quotas em atraso. 	Por aula	20,00 €
Equitação <ul style="list-style-type: none"> • Pagamento até ao dia 2 de cada mês, 12 meses (no mês de Agosto, 50% do valor) 	Mensal (1 x semana)	60,00 €
Psicomotricidade	Mensal (1 x semana)	20,00 €
Patinagem (Pagamento no final de cada mês)	Mensal (2 x semana)	25,00 €



11 - MODALIDADE DE EQUITAÇÃO

Esta modalidade resulta da parceria entre a ADADA e a AEPM,

- As sessões desmarcadas a pedido dos encarregados de educação, com 12 horas de antecedência, poderão ser repostas até ao final do mês seguinte dentro dos horários disponíveis.
- O horário de funcionamento da AEPM é das 9h00 às 19h30, de segunda-feira a sábado.
- No mês de agosto, a mensalidade, será 50% do valor.
- Além do período de férias, a AEPM está encerrada aos domingos, feriados nacionais e feriado municipal do Senhor de Matosinhos.

Contactos:

E-MAIL: geral@aepm.pt

TELEMÓVEL: 916 257 602



Artigos disponíveis para venda:

	Preço
Sweatshirt	15,00€
Polo	7,50€
T-Shirt	5,00€
Touca	5,00€

Este regulamento foi aprovado pela Direção em 02/09/2019