

RÉGIMEN INTERNO

C.D.T RESISTENTIA T3



Versión	Cambios	Descripción	Realizado	Aprobado
1.0	Todo	Versión inicial del documento	Junta Directiva 31/01/2024	Asamblea General 06/02/2024



ÍNDICE

0.	INTRODUCCIÓN.....	3
1.	CAPÍTULO I: CUOTAS.....	4
2.	CAPÍTULO II: PISCINA	5
3.	CAPÍTULO III: LIGA DE CLUBES y LIGA NACIONAL	7
4.	CAPÍTULO IV: INDUMENTARIA.....	9
5.	CAPÍTULO V: DERECHOS Y OBLIGACIONES DE LOS/LAS ENTRENADORES/AS Y SOCIOS/AS	11
6.	CAPÍTULO VI: RÉGIMEN DISCIPLINARIO DE LOS/LAS SOCIOS/AS	13
7.	DISPOSICIÓN FINAL PRIMERA	15



0. INTRODUCCIÓN

El objetivo del siguiente documento es que el **Club deportivo de triatlón RESISTENTIA T3** disponga de un régimen interno para gestionar y mejorar el funcionamiento del Club en los aspectos no tratados en los Estatutos.

Dicho documento es de obligada lectura para los/las socios/as del Club. La no lectura del Régimen Interno o el desconocimiento del mismo, no exime a los/las socios/as del Club de su cumplimiento. Este documento es de uso interno del Club y está prohibida su copia, distribución o comunicación pública sin la autorización expresa del **C.D.T RESISTENTIA T3**.

Tal como se indica en el **Artículo 1.1.** de los Estatutos, se recoge: “*El **Club deportivo de triatlón RESISTENTIA T3** (en adelante, el Club) es una asociación privada sin ánimo de lucro, con personalidad jurídica y capacidad de obrar propias, que tiene como fin exclusivo el fomento, la práctica y la participación en actividades deportivas en el ámbito federado*”.



1. CAPÍTULO I: CUOTAS

De la cuota:

Artículo 1.1. La cuota de ingreso al Club es de 160€ para socios/as nuevos/as.

Artículo 1.2. La cuota de renovación al Club es de 130€ para socios/as ya miembros. Si algún/a socio/a abandona el club durante una o varias temporadas, y vuelve, se le considerará como nuevo/a socio/a para el abono de la cuota.

Artículo 1.3. El abono de las cuotas se debe realizar a través de transferencia bancaria a la cuenta del Club en el periodo establecido por la junta. El abono se deberá realizar en las fechas indicadas por el club en cada temporada, no permitiendo ingresos posteriormente a esa fecha, salvo excepciones de interés general para el club.

Artículo 1.4. El no abono de la cuota en los términos establecidos supondrá la baja del/de la socio/a tal como está establecido en los Estatutos del Club.

De la cuota de entrenamientos:

Artículo 1.5. Los entrenamientos presenciales están incluidos dentro de la cuota de socio/a del club, por tanto, no hay una cuota extra para los entrenamientos presenciales, con excepción de la disciplina de Natación. El club NO realiza entrenamientos planificados a ningún/a socio/a.

Artículo 1.6. Los entrenamientos presenciales tendrán lugar:

- **Natación:** Lunes, Miércoles, Jueves y Viernes de 7:00 a 8:00 en la Piscina de Nazaret. (Necesario pagar cuota, ver *artículo 1.8*).
- **Carrera a pie:** Jueves de 08:30 a 09:30 y de 19:00 a 20:00 en el Hotel Arena de la Playa de la Malvarrosa.
- **Ciclismo:** rutas establecidas oficialmente y que se indicarán durante la semana, Martes y Sábados. Los Martes el punto de quedada será en *Grau Unit*, mientras que los sábados se confirmará por el Entrenador.

Artículo 1.7. Los/as deportistas interesados/as en entrenar con el club que NO sean socios/as y que NO estén federados con **otro club de triatlón** de la comunidad Valenciana tendrán que pagar una cuota mensual de 30€. Dicho abono se realizará TRIMESTRALMENTE en la cuenta del club antes del inicio de los entrenamientos.

Artículo 1.8. La cuota de natación variará en función de los socios/as interesados en la actividad (entre 70-90€ trimestre), siendo el máximo de 12 deportistas por calle. El abono de las cuotas de natación del club se debe realizar a través de transferencia bancaria a la cuenta del Club.



2. CAPÍTULO II: PISCINA

De las instalaciones de Nazaret (piscina):

Artículo 2.1. El C.D.T RESISTENTIA T3 tiene un acuerdo (creado en 2023) con la fundación municipal de deporte Valencia para la utilización de la piscina de Nazaret a precios reducidos.

El C.D.T RESISTENTIA T3 dispone de 1 calle1 de nado reservada en horario de 7h00 a 8h00 los lunes, miércoles, jueves y viernes.

- La gestión de esta calle es exclusiva del Club.
- La calle está destinada al entrenamiento presencial, donde el entrenador dirige la sesión.
- La condición para poder hacer uso de esta calle es la de abonar la cuota de entrenamiento de piscina indicada previamente.

La dirección del centro de Nazaret, a cambio del beneficio en la reducción de la cuota, nos pide (siempre con el máximo respeto y buena relación) que:

- Los lunes, miércoles, jueves y viernes de 7h00 a 8h00 ningún socio/a nade en las calles habilitadas para nado libre.
- Respetar los horarios y los usuarios de otras calles.

Desde el club se pide que cumplamos estas normas ya que en ello reside la buena convivencia con el resto de los usuarios de dicha instalación, y por lo tanto la buena sintonía con la dirección de la instalación. Sin ello, es difícil que se pueda renovar y ampliar el número de calles en futuros años.

De las normas de convivencia y comportamiento en la piscina:

Artículo 2.2. Nada siempre pegado al lado derecho de la corchera. Quizá algún compañero quiera adelantarte y para hacerlo de forma segura no debe invadir totalmente el otro lado.

Artículo 2.3. Si estás parado en la pared porque has tenido algún problema o estás descansando, debes hacerlo en un lateral sin molestar a los que están nadando ni entorpeciendo para que puedan dar el viraje.

Artículo 2.4. Si estás en la pared a punto de salir, pero viene otro compañero de frente preparado para dar el viraje, deberás esperar a salir. Él tiene la preferencia. Como norma general, si el compañero que va hacia la pared ya ha sobrepasado la línea de banderines, y tú estás parado en la pared, deberás esperar a que haga el viraje para salir. En las series fuertes deberás anticiparte aún más y dejar más margen.



Artículo 2.5. Antes de adelantar asegúrate de que no viene nadie y tienes espacio suficiente. Para evitar tener que estar adelantando es muy importante que te ordenes según tu nivel. No trates de salir delante de alguien que vaya más rápido que tú, pues entorpecerás al grupo. Tampoco salgas detrás de alguien que nade más lento que tú, pues tendrás que adelantarlo y también entorpecerás al grupo. Sigue los criterios establecidos por el entrenador.

De los derechos de los nadadores:

Artículo 2.6. Los socios/as tienen derecho a recibir un entrenamiento que contribuya al mejor desarrollo de su potencial deportivo de manera semanal.

Artículo 2.7. Todos los nadadores tienen derecho a ser tratados con el debido respeto por técnicos, directivos y demás componentes del club.

De las obligaciones de los nadadores:

Artículo 2.8. Todos los nadadores deberán comportarse con corrección y educación con compañeros, entrenadores, adversarios y en definitiva con cualquier otra persona mientras se encuentren bajo la disciplina del club. Del mismo modo deben utilizar adecuadamente y con el cuidado necesario los materiales, equipamientos e instalaciones que se pongan a su disposición en el ejercicio de su deporte.

Artículo 2.9. Todos los nadadores deberán presentarse en las competiciones de natación con gorro e indumentaria representativos del Club, con la excepción de que se represente a otro club de natación federado.

Artículo 2.10. Todos los nadadores deberán asumir la disciplina deportiva propia del club tanto en entrenamientos como en competiciones. Esto indica que la máxima y única autoridad a la hora de tomar decisiones técnicas será el entrenador.



3. CAPÍTULO III: LIGA DE CLUBES y LIGA NACIONAL

La **Liga de clubes Valenciana** es un campeonato organizado por la Federación Valenciana de Triatlón que se compone de diferentes pruebas (duatlón y triatlón) y está diferenciada por género (masculino y femenino). Las pruebas que componen la Liga de Clubes, así como el método de puntuación es responsabilidad de la Federación Valenciana de Triatlón, y se podrán consultar en su página web.

El Club considera que la Liga de Clubes es la competición en la que mayor visibilidad tiene, y por ello fomenta la participación de los/las socios/as federados/as en dichas pruebas.

Artículo 3.1. El Club subvencionará 5 de las pruebas de la Liga de Clubes Valenciana a aquellos/as socios/as que quieran participar (duatlón individual, duatlón por equipos, triatlón individual sprint y olímpico, y triatlón por equipos).

Artículo 3.2. En el caso que el club inscriba a un/a socio/a a una prueba de Liga de Clubes, y **no se presente** a la prueba por razones no justificadas (el justificante se enviará al presidente del club hasta 24h antes de la prueba), dicho socio/a deberá abonar el precio de la inscripción de la prueba en los 5 días siguientes a la realización de la misma (mediante transferencia bancaria al Club).

Artículo 3.3. En el caso de que el Club obtuviese cualquier tipo de premio(s) por su posición en la Liga de Clubes (tanto en su modalidad masculina como femenina), dicho(s) premio(s) será(n) en beneficio del Club.

Artículo 3.4. En las pruebas por equipos de la Liga de Clubes, suele estar limitado el número de equipos. Es por ello, que el Club inscribirá en dichas pruebas primero a los equipos que el Director Deportivo y Junta Directiva consideren oportunos (siempre y cuando el/la socio/a haya manifestado su deseo de participar en la prueba).

En el caso que haya algún/alguna socio/a (que queriendo participar y no haya sido seleccionado/a) esté en desacuerdo con dicha decisión se la deberá comunicar a la Junta Directiva en las formas y plazos que el Club haya dispuesto (contacto@resistentia.es).

En la medida de lo posible, el Director Deportivo y Junta Directiva intentarán facilitar el máximo número de participantes en las pruebas por equipos.



Por otro lado, el C.D.T RESISTENTIA T3 participa en la **LIGA NACIONAL DE DUATLÓN y TRIATLÓN** que se compone de diferentes fines de semana a lo largo del año y que es necesaria para la visibilidad del club y conseguir un ranking nacional necesario para que los socios/as puedan competir en pruebas del calendario nacional.

Artículo 3.5. El Club subvencionará la inscripción a todas las pruebas de la Liga Nacional a aquellos/as socios/as que sean convocados/as por el director deportivo y entrenador del club. Por tanto, los socios/as no podrán participar libremente en algunas de estas pruebas.

Artículo 3.6. El club subvencionará transporte y alojamiento a todos los socios/as que sean convocados/as para las pruebas de la liga nacional.

Artículo 3.7. En el caso que el Club obtuviese cualquier tipo de premio(s) por su posición en la Liga Nacional (tanto en su modalidad masculina como femenina), dicho(s) premio(s) será(n) en beneficio del Club.

Artículo 3.8. En el caso que haya algún/alguna socio/a que quiera participar en liga nacional esté en desacuerdo con la selección de los deportistas se la deberá comunicar a la Junta Directiva, a través del correo del club, en las formas y plazos que el Club haya dispuesto (hasta una semana después de dicha competición) (contacto@resistentia.es).



4. CAPÍTULO IV: INDUMENTARIA

La equipación del Club tiene como objetivo aumentar la visibilidad del Club, cumplir con los compromisos de nuestros patrocinadores, atraer nuevos/as socios/as, promocionar la marca del club y fomentar el sentimiento de pertenencia. Es por ello, que el club proporciona la equipación básica al pagar la cuota de socio/a (tritraje, chándal y camiseta). Así mismo, el Club pone a disposición de los/las socios/as, diferentes canales de compra de productos de ropa tanto para natación, ciclismo, carrera a pie y triatlón.

Artículo 4.1. Los colores oficiales y predominantes del tritraje del Club son azul, rojo y blanco. Se respetarán las formas gráficas definidas por la junta directiva.

Artículo 4.2. Los/las socios/as procurarán utilizar la indumentaria oficial en los entrenamientos dirigidos.

Son entrenamientos dirigidos aquellos establecidos por el Club y que cuentan con la supervisión de al menos un/una entrenador/a del Club.

Adicionalmente, los/las socios/as procurarán utilizar la indumentaria oficial pertinente para aquellas competiciones de natación, atletismo y ciclismo que se inscriban como miembros del Club.

Artículo 4.3. La indumentaria deportiva de competición (chándal, camiseta y tritraje) será de **obligada** utilización para los/las socios/as federados en el **C.D.T RESISTENTIA T3**, en cuantas competiciones de ámbito internacional, nacional, autonómico y/o provincial, individuales o por equipos en las que se participe en representación del Club y tengan cabida dentro de la federación internacional, nacional o de las federaciones autonómicas de triatlón.

Como excepción a la obligada utilización del tritraje de competición, el Club permitirá el uso de otro tritraje distinto al oficial para aquellos campeonatos tales como:

- Campeonatos universitarios en las que el/la socio/a vaya en representación de la Universidad.
- Campeonatos de Fuerzas y Cuerpos de Seguridad del Estado en las que el/la socio/a vaya en representación del organismo en cuestión.
- Campeonatos autonómicos en los que el/la socio/a vaya en representación de su Comunidad Autónoma.
- Campeonatos europeos y/o mundiales en los que el/la socio/a vaya en representación de su país.
- Otros campeonatos no contemplados aquí serán estudiados por la Junta Directiva mediante petición escrita por el/la interesado/a a la Junta Directiva.



Artículo 4.4. A las ceremonias de recogida de medallas y/o trofeos, se deberá asistir con ropa oficial del Club o en su defecto con la ropa deportiva de competición del Club. Al igual que en el artículo anterior, cuando el/la socio/a vaya en representación de: Universidad, Fuerzas y Cuerpos de Seguridad del Estado, Autonomía o País, se podrá utilizar la ropa del organismo en cuestión para la recogida de medallas y/o trofeos.

Artículo 4.5. El incumplimiento del *Artículo 3.3* y/o del *Artículo 3.4* supondrá la pérdida de los beneficios siguientes:

- Reducción en los productos del club.
- Gratuidad de las pruebas de la liga de clubes de Comunidad Valenciana.

Artículo 4.6. El tritraje y ropa deportiva del Club incorporará los logos correspondientes a los patrocinadores del Club.

Artículo 4.7. Como excepción, y bajo petición y aprobación expresa de la Junta Directiva, aquel/aquella socio/a que obtenga un patrocinio personal, podrá incluir a posteriori una estampación en vinilo del logo (un único logo) en el tritraje de competición (no es posible en el resto de ropa del Club) de tamaño 15 x 6 centímetros en la posición que se determinará.



5. CAPÍTULO V: DERECHOS Y OBLIGACIONES DE LOS/LAS ENTRENADORES/AS Y SOCIOS/AS

De los derechos:

Artículo 5.1. Los/as entrenadores/as pueden expresar su opinión sobre el trabajo realizado ante la Junta Directiva del Club.

Artículo 5.2. Los/as entrenadores/as tienen libertad para desarrollar su trabajo, dentro del marco técnico del Club.

Artículo 5.3. Los/as entrenadores/as pueden proponer ante la Junta Directiva del Club ideas o actividades para alguno de los grupos o para el conjunto del equipo.

Artículo 5.4. Los/as entrenadores/as deben recibir información y formación sobre la organización y la estructura técnica del Club.

Artículo 5.5. Los/las entrenadores/as pertenecientes al Club merecen, por su condición de tales, el respeto y la consideración de los/las socios/as, directivos/as y demás personal del Club.

Artículo 5.6. Los/las socios/as tienen derecho a recibir un entrenamiento que contribuya al mejor desarrollo de su potencial deportivo de manera semanal dentro de las sesiones presenciales.

Artículo 5.7. Todos los/las socios/as tienen derecho a ser tratados con el debido respeto por técnicos, directivos y demás componentes del club.

Artículo 5.8. Todos los/las socios/as tienen derecho a ser informados del funcionamiento del club, así como de las competiciones y demás eventos organizados por las federaciones de triatlón o el club.

Artículo 5.9. Todos los/las socios/as tiene derecho a participar y salir en las redes sociales del club, siguiendo las normas de decoro establecidas por la junta directiva.



De las obligaciones:

Artículo 5.10. Los/as entrenadores/as deben preparar y dirigir los entrenamientos presenciales del club.

Artículo 5.11. Los/as entrenadores/as deben seguir la filosofía del club acordada por la Junta Directiva del Club para el enfoque y estructuración de las planificaciones, entrenamientos y competiciones.

Artículo 5.12. Los/as entrenadores/as deben asistir puntualmente a todas las sesiones de entrenamiento y demás convocatorias, con el trabajo preparado para el adecuado desarrollo de la sesión y uniformado con la ropa del Club.

Artículo 5.13. Los/as entrenadores/as deben informar a la Junta Directiva sobre cualquier anomalía observada y comunicarle cualquier modificación que sea conveniente sobre la planificación acordada.

Artículo 5.14. Los/as entrenadores/as deben conocer las normativas relacionadas con su trabajo: reglamentos, calendario, etc.

Artículo 5.15. Los/as entrenadores/as debe informar e instruir a los/las socios/as sobre aspectos reglamentarios, técnicos y tácticos, necesarios para el desarrollo de la actividad.

Artículo 5.16. Los/as entrenadores/as deben asistir a las reuniones de trabajo con el equipo técnico del Club, con la debida actitud de colaboración.

Artículo 5.17. Sin perjuicio del derecho de toda persona a manifestarse libremente sobre cualquier materia, los/las entrenadores/as deberán mantener la debida prudencia en sus manifestaciones públicas, intentando que no sean vejatorias ni perjudiciales para el Club o cualquiera de los/las componentes del mismo, ni para los de otros clubes; así como para los/las jueces/juezas de las competiciones ni para los/las dirigentes de los distintos estamentos federativos.

Artículo 5.18. Todos los/las socios/as deberán comportarse con corrección y educación con compañeros, entrenadores, adversarios y en definitiva con cualquier otra persona mientras se encuentren bajo la disciplina del club.

Artículo 5.19. Los/las socios/as procurarán utilizar la indumentaria oficial en los entrenamientos dirigidos y deberán llevar la indumentaria oficial de competición (chándal, camiseta y tritraje) en cualquier evento en el que se represente al club.

Artículo 5.20. Los/las socios/as deberán comunicar a los responsables de las redes sociales cuando vayan a competir en una prueba perteneciente a cualquier federación de triatlón.



6. CAPÍTULO VI: RÉGIMEN DISCIPLINARIO DE LOS/LAS SOCIOS/AS

El objetivo fundamental pretende conducir el comportamiento de los/las socios/as del Club, de forma que la aplicación de medidas disciplinarias sea algo excepcional. Pese a ello, se ha creído conveniente tipificar determinadas faltas y establecer las sanciones correspondientes.

Artículo 6.1. La comisión disciplinaria estará compuesta los miembros de la Junta Directiva, que en ningún de los casos estarán vinculados con los hechos.

Artículo 6.2. Las infracciones se agruparán en faltas leves, faltas graves y faltas muy graves.

Artículo 6.3. Se consideran faltas leves:

- a) Retirarse del entrenamiento sin previo aviso al entrenador/a (por motivos de seguridad).
- b) La desobediencia o falta de respeto ocasional a cualquier persona en el ejercicio del deporte.
- c) Uso indebido y reiterado del material del Club.
- d) Actitud inadecuada en entrenamientos, competiciones y/o en cualquier otro foro.
- e) Cualquier falta análoga que la Junta Directiva estime como tal.

Artículo 6.4. Las faltas leves conllevarán al afectado/a: desde una advertencia verbal del/de la entrenador/a, a la exclusión de alguna competición, pasando por la expulsión de la sesión de entrenamiento o advertencia verbal de la Junta Directiva.

Artículo 6.5. Se consideran faltas graves:

- a) La acumulación de 3 faltas leves.
- b) Competir sin la indumentaria apropiada.
- c) La falta de respeto manifiesta y pública, con graves desconsideraciones a compañeros, entrenadores o cualquier otra persona mientras se esté bajo la disciplina del club.
- d) Discusiones graves con el/la entrenador, compañeros/as, jueces/juezas, directivos/as, etc.
- e) Ocasionar daños leves o comportarse de manera incorrecta en instalaciones medios materiales que se pongan a disposición del club para la práctica del deporte.
- f) Comportamiento incorrecto en las competiciones, desplazamientos o concentraciones.



- g) Todas aquellas faltas similares que puedan ser consideradas como tales por la Junta Directiva.

Artículo 6.6. Las faltas graves conllevarán al afectado:

- a) Hasta un mes de expulsión del equipo.
- b) Suspensión de premios a los que hubiera tenido derecho.
- c) Abono de los daños causados.
- d) Exclusión temporal de las RR.SS. del Club.

Artículo 6.7. Se consideran faltas muy graves:

- a) La acumulación de 3 faltas graves.
- b) Utilizar la imagen del club para fines particulares y alejados de los objetivos propios de la entidad.
- c) La agresión o falta de respeto pública, evidente y reiterada a cualquier persona o estamento en el ejercicio del deporte.
- d) El vandalismo, robo, o destrozos notorios y premeditados en instalaciones y material durante el ejercicio de la práctica deportiva.
- e) El consumo de sustancias prohibidas o la utilización de métodos prohibidos, destinados a la obtención de un mayor rendimiento deportivo.
- f) Cualquier acto, deportivo o no, que cause perjuicio intencionado al Club.
- g) Todas aquellas faltas similares que puedan ser consideradas como tales por la Junta Directiva.

Artículo 6.8. Las faltas muy graves conllevarán al afectado:

- a) Hasta la expulsión definitiva del Club.
- b) Suspensión de premios a los que hubiera tenido derecho.
- c) Abono de los daños causados.

Artículo 6.9. Impuesta la sanción por la Junta Directiva, será comunicada a la parte interesada dentro de las 72 horas siguientes a la toma de la decisión.

Artículo 6.10. Todas las cuestiones disciplinarias serán objeto del correspondiente informe interno emitido a petición de la parte afectada o por el/la responsable de la actividad en que se origine la incidencia, del cual se dará traslado a la Junta Directiva, que valorará si es necesario constituir una comisión disciplinaria que instruya el expediente.

Artículo 6.11. Cualquier sanción podrá ser recurrida a la Junta Directiva por escrito y firmado a contacto@resistentia.es . A la vista de las alegaciones la Junta Directiva confirmará o revocará la sanción, notificando la resolución adoptada a la parte interesada.



7. DISPOSICIÓN FINAL PRIMERA

El presente Reglamento Interno podrá ser modificado a fin de ajustarlo a las necesidades reales del Club. Dichas modificaciones, serán competencia exclusiva de la Junta Directiva con la aprobación de la Asamblea General Extraordinaria.

Los precios, horarios y otros asuntos (direcciones de correo, erratas de redacción) podrán ser actualizados sin necesidad de aprobación de la Asamblea General Extraordinaria.