Oddíl sportovní gymnastiky

T.J. Sokol Hlubočepy

Pravidla oddílu

- rozpis tréninků – www.sokolhlubocepy.cz/rozvrh-hodin (pozor na lichý – sudý týden)
- **komunikace** – oddíl využívá primárně
  a) WhatsApp (WA) - skupina „SG Sokol Hlubočepy“,
     - zde najdete aktuální informace k tréninkům, závodům, docházce (ankety) či jiným aktivitám oddílu / jednoty / Sokola
  b) Google dotazníky
     - využíváme k vyjádření ohledně účasti dítěte na závodech
- účast na tréninku je povinná
- neúčast je nutné omluvit – WA (anketa), příp. osobně, sms - 724 621 185 (Monika)
- **docházka** – nutné vyplňovat docházku na WA (anketa – ano / ne; omluva); pomáháte nám tím s organizací tréninku
- součástí tréninku je i účast na závodech pro nominované závodnice
- trénink ukončuje trenér, během tréninku rodiče nemají přístup do tělocvičny
- děti se převlékají v šatně
- družstva jsou členěna podle věku a výkonnosti, jsou omezena kapacitou tělocvičny i trenérů
- o zařazení dítěte do družstva, účasti na závodech a výběru závodů/soutěží rozhoduje trenér
- při nedodržování pravidel oddílu a kázně při cvičení bude dítě vyloučeno
- platby – hradí se členský a oddílový příspěvek, a to dle sdělených platebních dispozic
- pomoc rodičů při přípravě a úklidu nářadí velmi uvítáme

Pravidla pro děti

- sám bez přítomnosti trenéra nevstupuji do tělocvičny
- bez pokynu trenéra nechodím v tělocvičně na nářadí, dbám jeho pokynů
- nosím vhodný cvičební úbor (gymnastický dres, legíny, přiléhavé tričko, kraťase)
- na trénink chodím vždy upraven/upravená, vlasy pevně sepnuté (culík, sponky)

- nenosím šperky (prstýnky, náramky, řetízky, dlouhé náušnice apod.)
- do tělocvičny nepatří jídlo ani žvýkačky
- při neúčasti na tréninku se předem řádně omluvím
- nosím na trénink i švihadlo, joga kostku, kriketový míček apod.

Pravidla pro zákonné zástupce dítěte

- své dítě jsem poučil/poučila o pravidlech pro děti
- vyplňuji včas docházku – anketu; při změně - neúčasti na tréninku své dítě omluvím do WA
- zákonný zástupce dítěte není při tréninku přítomen v tělocvičně
- dítě chodí na trénink včas, dítě si včas vyzvedávám
- vím, že nemocné nebo zraněné dítě na trénink nechodí a z účasti na trénink jej omluvím
- potřeby s trenérem řeším předem (mobil, email), ne před / během / po tréninku
- dítě v jeho práci v oddíle podporuji, motivuji jej
- jsem si vědom, že součástí tréninku je i účast na závodech a soutěžích vybraných trenérem
- členský a oddílový příspěvek uhradím včas dle sdělených platebních dispozic

Informace pro nové cvičence

- přijímají se děti nejčastěji ve věku 5 – 8 let
- nové děti se přijímají v měsíci září
- o přijetí dítěte do oddílu rozhoduje trenér

Těšíme se na vás

Monika Kodýmová
Blanka Šulaiová
Roman Kodým

Pavlína Hlaváčková
Barbora Prná

listopad 2026