



ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΠΟΔΗΛΑΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΩΡΑΙΟΚΑΣΤΡΟΥ

ΚΩΔΙΚΑΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ ΓΟΝΕΩΝ & ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΠΟΔΗΛΑΤΟΥ

Ως γονέας/κηδεμόνας του/της ανήλικου/ης αθλητή/τριας

_____, δηλώνω υπεύθυνα ότι έλαβα γνώση, αποδέχομαι πλήρως και δεσμεύομαι να διασφαλίσω την τήρηση του παρόντος κανονισμού που αφορά τη συμπεριφορά και την προσωπική ασφάλεια του παιδιού μου κατά τις δραστηριότητες, προπονήσεις και αγώνες του Συλλόγου.

1. ΚΑΝΟΝΕΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΠΟΔΗΛΑΤΟΥ & ΟΔΙΚΗΣ ΚΥΚΛΟΦΟΡΙΑΣ

- **Υποχρεωτική Χρήση Κράνους:** Ο αθλητής υποχρεούται να φορά εγκεκριμένο προστατευτικό κράνος ποδηλασίας, σωστά δεμένο και ρυθμισμένο, σε κάθε δευτερόλεπτο που βρίσκεται πάνω στο ποδήλατο (κατά την προθέρμανση, την προπόνηση, τον αγώνα ή την ελεύθερη μετακίνηση στο χώρο διεξαγωγής). **Η μη χρήση κράνους επιφέρει άμεσο αποκλεισμό από την προπόνηση/δραστηριότητα.**
- **Τεχνικός Έλεγχος & Συντήρηση:** Είναι ευθύνη του γονέα (σε συνεργασία με τον αθλητή) να παραδίδει το ποδήλατο σε άριστη λειτουργική κατάσταση. Τα φρένα, τα ελαστικά, η αλυσίδα και τα λοιπά μηχανικά μέρη πρέπει να ελέγχονται τακτικά. **Ποδήλατο με προφανή μηχανικά προβλήματα ασφαλείας δεν γίνεται δεκτό στην προπόνηση.**
- **Τήρηση του Κώδικα Οδικής Κυκλοφορίας (Κ.Ο.Κ.):** Κατά τις προπονήσεις ή τις μετακινήσεις σε δημόσιο οδικό δίκτυο, οι αθλητές υποχρεούνται να συμμορφώνονται απολύτως με τον Κ.Ο.Κ. (κίνηση στο δεξί άκρο του οδοστρώματος, τήρηση προτεραιοτήτων, σήματα χεριών, συμμόρφωση με φωτεινούς σηματοδότες και STOP).
- **Συμμόρφωση στις Οδηγίες Προπονητή:** Οι αθλητές κινούνται αυστηρά σύμφωνα με τις οδηγίες του προπονητή ή των συνοδών ασφαλείας. Απαγορεύονται οι επικίνδυνοι ελιγμοί, η άγρα (drafting) σε οχήματα, οι αντικανονικές προσπεράσεις και η χρήση κινητού τηλεφώνου ή ακουστικών μουσικής κατά την οδήγηση.
- **Ορατότητα και Εξοπλισμός:** Σε συνθήκες χαμηλού φωτισμού ή κακοκαιρίας, το ποδήλατο πρέπει να φέρει τα προβλεπόμενα φώτα (εμπρόσθιο λευκό και οπίσθιο ερυθρό) και ανακλαστικά, ενώ συνιστάται η χρήση φωσφορίζε γιλέκου ορατότητας.

2. ΑΡΧΕΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ ΓΟΝΕΩΝ

- **Θετική Υποστήριξη:** Ενθαρρύνω το παιδί μου και τους συναθλητές του θετικά. Αποφεύγω φωνές,

κριτική ή πίεση από τη γραμμή των θεατών. Το παιδί αθλείται για την άσκηση, την ομαδικότητα και τη χαρά του παιχνιδιού.

- **Μη Παρέμβαση στο Προπονητικό Έργο:** Απαγορεύεται αυστηρά στους γονείς να παρεμβαίνουν κατά τη διάρκεια της προπόνησης ή των αγώνων, είτε δίνοντας οδηγίες στους αθλητές είτε διαμαρτυρόμενοι στους κριτές/διοργανωτές. Η διαχείριση ανήκει αποκλειστικά στον προπονητή.
- **Οριοθέτηση Χώρων:** Οι γονείς παραμένουν στις καθορισμένες ζώνες θεατών και δεν εισέρχονται στον χώρο προπόνησης, στην τεχνική ζώνη (pit lane) ή στον χώρο προετοιμασίας των αθλητών, εκτός εάν υπάρξει ρητή πρόσκληση.
- **Σεβασμός και Ευ αγωνίζεσθαι:** Διατηρώ κόσμια συμπεριφορά προς τη διοίκηση, τους προπονητές, τους αθλητές και τους γονείς άλλων ομάδων. Απαγορεύεται κάθε μορφή λεκτικής ή σωματικής βίας, καθώς και η δυσφήμιση του συλλόγου ή των μελών του στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης (social media).

3. ΠΕΙΘΑΡΧΙΚΕΣ ΚΥΡΩΣΕΙΣ

Σε περίπτωση παραβίασης των κανόνων ασφάλειας ή συμπεριφοράς, ο Σύλλογος διατηρεί το δικαίωμα να επιβάλει κυρώσεις, οι οποίες ενδέχεται να περιλαμβάνουν:

1. Σύσταση / έγγραφη επίπληξη προς τον γονέα ή τον αθλητή.
2. Προσωρινό αποκλεισμό του αθλητή από τις προπονήσεις (σε επαναλαμβανόμενες παραβάσεις κανόνων ασφάλειας, π.χ. άρνηση χρήσης κράνους).
3. Προσωρινό ή οριστικό αποκλεισμό του γονέα από τους αγώνες και τις εγκαταστάσεις.
4. Οριστική διαγραφή του αθλητή σε σοβαρές περιπτώσεις περιφρόνησης των κανόνων ασφάλειας που θέτουν σε κίνδυνο τον ίδιο ή τους άλλους.

Ο/Η Δηλών/ούσα Γονέας / Κηδεμόνας

- **Ονοματεπώνυμο:** _____
- **Α.Δ.Τ. / Αρ. Διαβατηρίου:** _____
- **Υπογραφή:** _____ **Ημερομηνία:** ____ / ____ / 20__