

## **REGOLAMENTO GENERALE del Circolo Amici del Fiume ASD**

### NORME GENERALI

1. L'uso dei locali, degli impianti e delle attrezzature del Circolo Amici del Fiume è riservato ai Soci in regola con il pagamento della quota sociale per l'anno in corso, stabilita dall'Assemblea Ordinaria. I Soci devono avere con sé la tessera dell'anno in corso che deve essere esibita quando richiesta.
2. I Soci sono tenuti ad avere massima cura e rispetto dei locali, degli impianti e delle attrezzature del Circolo e a mantenere un comportamento corretto nei confronti degli altri Soci e di terzi. Guasti o danni, anche se minimi, ai locali, agli impianti, alle attrezzature devono essere segnalati a un istruttore o alla segreteria. Eventuali danni causati ai locali, agli impianti ed alle attrezzature del Circolo saranno addebitati a chi li ha causati nella misura stabilita dal Consiglio Direttivo.
3. I Soci, anche a fini di risparmio energetico, sono tenuti a spegnere le luci e gli impianti nonché a chiudere le porte quando lasciano i locali e gli spazi al termine dell'utilizzo.
4. I Soci sono tenuti a partecipare alla vita sociale presenziando alle Assemblee e a collaborare alle attività dell'Associazione.
5. I Soci sono tenuti a non proferire, per alcun motivo, giudizi, frasi, che possano risultare offensivi o lesive per altri Soci.
6. In tutti i locali del Circolo, nei campi da tennis e nella piastra polivalente è vietato fumare.
7. E' vietato introdurre biciclette o altri mezzi di locomozione all'interno degli spogliatoi, della palestra, della segreteria, dei campi da tennis e della piastra polivalente.
8. E' vietato introdurre animali all'interno degli spogliatoi, della palestra, dei campi da tennis e della piastra polivalente.
9. E' vietato abbandonare rifiuti (lattine, bottigliette...).
10. Il Circolo non risponde per gli oggetti e i valori smarriti o sottratti, anche se depositati negli armadietti. Gli oggetti abbandonati sono depositati in segreteria.

### USO DEGLI SPOGLIATOI E DEGLI ARMADIETTI

11. L'uso degli spogliatoi è riservato ai Soci e agli utilizzatori dei campi da tennis e della piastra polivalente, esclusivamente nelle ore di gioco prenotate.
12. Gli armadietti sono destinati agli Istruttori e Allenatori e ai Soci che ne possono usufruire a rotazione, chiudendoli con un lucchetto. Verranno effettuati dei controlli periodici per verificare che gli armadietti a rotazione non siano tenuti occupati impropriamente.

### USO DELLA PALESTRA

13. I Soci possono usufruire della palestra secondo le seguenti modalità:
  - tutti i Soci vi possono effettuare il riscaldamento, defaticamento e ginnastica a corpo libero senza utilizzare pesi o attrezzature;
  - gli atleti delle squadre agonistiche per le sedute di allenamento secondo le modalità e orari concordati con l'allenatore;
  - gli atleti master liberamente sotto la propria responsabilità;
14. I Soci delle "uscite libere di canottaggio" e delle "uscite libere di canoa" possono usufruirne solo negli orari stabiliti e pubblicati in bacheca e sul sito del Circolo [www.amicidelfiume.it](http://www.amicidelfiume.it), con la supervisione di un istruttore.
15. L'uso dei pagaiaergometri e dei remoergometri è riservato agli atleti.

16. Durante il periodo di permanenza in palestra ogni Socio è responsabile dello stato delle attrezzature e deve riporle negli appositi sostegni al termine della seduta di allenamento.

#### USO DEI CAMPI DA TENNIS e PIASTRA POLIVALENTE (BASKET, CALCETTO, PALLAVOLO)

17. I campi da tennis e la piastra polivalente possono essere prenotati negli orari di segreteria o secondo le regole affisse in bacheca.
18. Negli orari di accesso libero alla piastra polivalente (dalle 10:00 alle 17:00) non è necessaria la prenotazione e non è consentito l'utilizzo degli spogliatoi per i fruitori piastra polivalente.
19. Possono accedere ai campi da tennis e alla piastra polivalente esclusivamente i giocatori.
20. L'utilizzazione delle strutture comporta la cura ed il rispetto che i beni di una comunità esigono. Giocatori e frequentatori sono tenuti ad osservare un contegno dignitoso, tale da non disturbare gli altri giocatori, evitando atteggiamenti e linguaggio intemperanti, offensivi e scorretti; lo stesso vale per gli spettatori.
21. Per accedere ai campi da tennis è obbligatorio indossare una divisa tennistica decorosa e calzare scarpe da tennis, con la suola adatta ai campi in terra battuta (senza tacchi, sbarrette o chiodi di qualsiasi genere).
22. In caso di lavori di manutenzione o di maltempo l'impraticabilità dei campi segnalata tramite avvisi in bacheca e/o sul sito internet del Circolo [www.amicidelfiume.it](http://www.amicidelfiume.it).

#### CANOA E CANOTTAGGIO

23. Per le attività sul fiume si deve essere in possesso di capacità natatorie sufficienti a raggiungere la riva qualora si cadesse in acqua durante lo svolgimento delle attività.
24. L'accesso agli hangars, ai pontili e alla zona a bordo fiume è riservato ai Soci canottieri e canoisti in regola con il tesseramento.
25. I pontili sono una zona di fermata e non di sosta; le operazioni di imbarco e sbarco devono essere effettuate in modo da lasciare libero il pontile il prima possibile.
26. I Soci sono tenuti a rispettare il regolamento di navigazione e le ordinanze che vietano la navigazione sul fiume in occasione di manifestazioni o gare e in caso di piene eccezionali. In ogni caso le uscite libere di canoa e di canottaggio sono sempre a discrezione degli istruttori; la loro sospensione viene comunicata tramite avvisi in bacheca e/o sul sito internet del Circolo [www.amicidelfiume.it](http://www.amicidelfiume.it).
27. Dopo il tramonto per l'uscita sul fiume è obbligatorio l'utilizzo di luce di segnalazione, una per ogni natante.
28. Il limite di livello del fiume per le uscite in acqua è di 130 cm (misurati all'idrometro presso il pontile della canoa); in presenza di condizioni di corrente ritenuta pericolosa gli istruttori e gli allenatori hanno la facoltà di sospendere le uscite anche per livelli del fiume inferiori al tale livello. L'allenatore o l'istruttore può assumersi personalmente la responsabilità di derogare a questa regola a condizione che:
- gli allievi siano già sufficientemente esperti
  - la corrente non trasporti detriti galleggianti
  - gli equipaggi siano controllati "a vista" durante tutta la lezione, e siano tenuti lontani dai punti pericolosi.

Nel valutare il grado di esperienza, occorre sempre ricordare che gli allievi adulti hanno, in confronto agli allievi atleti, una assai minore capacità fisica e tecnica di fronteggiare le emergenze.

29. Alle uscite libere di canoa possono partecipare tutti i Soci che abbiano terminato il corso di canoa del Circolo Amici del Fiume e abbiano pagato la relativa quota per l'anno in corso. Per le uscite libere possono essere utilizzate esclusivamente le canoe e le pagaie ad esse dedicate. Durante le uscite libere in canoa è obbligatorio l'utilizzo del salvagente, anche nel caso di utilizzo di imbarcazioni private.
30. Alle uscite libere di canottaggio possono partecipare tutti i Soci che abbiano terminato il corso di canottaggio del Circolo Amici del Fiume e abbiano pagato la relativa quota per l'anno in corso. Le uscite libere di canottaggio possono svolgersi esclusivamente negli orari e nei giorni stabiliti, esposti in segreteria e pubblicati sul sito internet del circolo [www.amicidelfiume.it](http://www.amicidelfiume.it), in presenza di un istruttore.
31. La destinazione d'uso delle barche di canottaggio è affissa nella bacheca presso gli hangar. Gli equipaggi e le imbarcazioni da utilizzare nelle uscite libere di canottaggio vengono stabiliti dall'istruttore sulla base del numero delle persone presenti, delle loro capacità, delle condizioni del fiume e dello stato del

materiale. Tutti i partecipanti collaborano e si assistono reciprocamente nella movimentazione delle imbarcazioni e nelle operazioni di imbarco e sbarco, sotto la supervisione dell'istruttore.

32. I Soci hanno il dovere di usare le imbarcazioni ed il materiale sociale con la massima cura e diligenza. Ogni Socio ha l'obbligo di riporre il materiale dove lo ha prelevato; in particolare:
- canoe, pagaie e i salvagenti devono essere riposti in modo che possano asciugare;
  - i remi devono essere riposti negli appositi appoggi, le barche devono essere lavate e asciugate e riposte sugli appoggi, controllando che i ponticelli siano chiusi e i tappi aperti;
  - i motori marini devono essere rimessati nelle gabbie;
  - gli scafi o altre imbarcazioni lasciate in acqua devono essere saldamente legate alla riva in posizioni tali da non ingombrare le zone limitrofe ai pontili.
33. Tutti i Soci che effettuano attività sul fiume, sia di canoa che di canottaggio, collaborano alla messa in sicurezza delle imbarcazioni, dei pontili e delle altre attrezzature, nel caso di piene del Po, e al successivo ripristino delle condizioni di utilizzo.
34. Il Circolo declina ogni responsabilità per danni che potessero derivare a cose o persone dall'uso improprio delle imbarcazioni sociali.
35. Alle attività turistiche e amatoriali organizzate dal Circolo al di fuori della sede, ciascun Socio partecipa per scelta, valutando direttamente l'adeguatezza del percorso alle proprie capacità.

#### RIMESSAGGIO IMBARCAZIONI

36. I Soci possono rimessare le canoe o altre imbarcazioni private nella zona appositamente individuata purché abbiano pagato la relativa quota per l'anno in corso. Nel caso di mancato pagamento, per un anno solare, della quota relativa al rimessaggio, le canoe e le altre imbarcazioni potranno essere rimosse o utilizzate per le attività sociali.
37. Le barche di canottaggio private possono essere rimessate negli hangars del canottaggio a bordo fiume previo accordo, con il Socio responsabile del canottaggio, in merito a disponibilità di posti e alle modalità di utilizzo.

#### USO DEL FURGONE

38. Il furgone e i carrelli devono essere utilizzati solo per gli scopi sociali, l'utilizzo deve essere concordato con il Socio responsabile del furgone. Per ogni utilizzo deve essere indicata la destinazione d'uso e la distanza percorsa. Il furgone deve essere lasciato sgombro da materiali e pulito all'interno, con il carburante nel serbatoio allo stesso livello di quando è stato preso; eventuali incidenti o danni devono essere segnalati al responsabile del furgone. Eventuali sanzioni amministrative verranno addebitate al conducente al momento dell'infrazione e le sue generalità verranno fornite all'autorità di Polizia senza autorizzazione.

#### DIRIGENTI

39. I dirigenti del Circolo, componenti del Consiglio Direttivo:
- svolgono la loro attività a titolo volontario e gratuito;
  - promuovono le attività del Circolo adoperandosi direttamente per il suo sviluppo, coerentemente con gli indirizzi individuati dall'Assemblea dei Soci;
  - si confrontano costruttivamente con gli altri dirigenti e con i Soci tutti;
  - si adoperano per buon funzionamento del Circolo anche attraverso la raccolta e la valutazione delle proposte di soluzioni per il miglioramento della gestione del Circolo.

#### ALLENATORI E ISTRUTTORI

40. Gli allenatori e gli istruttori:
- devono essere esempio positivo per tutti coloro che li osservano;
  - hanno cura del materiale e della manutenzione delle imbarcazioni siano esse da gara, da allenamento o di servizio educando gli atleti e gli allievi alla stessa attenzione;
  - rispettano gli orari degli allenamenti e delle attività a loro affidate e informano con opportuno anticipo la Segreteria, nel caso di assenza;
  - utilizzano un abbigliamento decoroso.
41. Gli allenatori:

- stabiliscono e seguono in modo coerente un programma di lavoro specifico al fine di migliorare le qualità tecniche e le capacità degli atleti;
- controllano e segnalano quotidianamente le presenze degli atleti agli allenamenti;
- garantiscono in ogni locale del Circolo e in ogni ambiente esterno (campi di allenamento e di gara) condizioni di ordine e sicurezza sorvegliando gli atleti a loro affidati;
- favoriscono un clima di serena collaborazione e sano confronto fra gli atleti delle stesse e diverse categorie e delle altre discipline sportive;
- dialogano in modo trasparente, corretto e costruttivo con tutti gli altri componenti del Circolo;

#### ATLETI

42. Gli atleti:

- rispettano gli orari di allenamento prestabiliti o concordati con gli allenatori;
- rispettano rigorosamente il programma, le indicazioni tecniche, i tempi e le modalità di allenamento;
- hanno cura delle attrezzature (palestra, imbarcazioni, hangars, furgone) sia nei locali sia sui campi di gara e di allenamento;
- rispettano le regole di convivenza civile e di buona educazione nei confronti di compagni, Dirigenti e Soci;
- rispettano il ruolo e le decisioni inerenti all'attività sportiva prese da allenatori e dirigenti cercando con loro un dialogo corretto e costruttivo.

#### INADEMPIENZE

43. Le inadempienze al presente regolamento possono essere segnalate da qualsiasi Socio al Consiglio Direttivo, che delibererà in merito.

#### MODIFICHE

44. Il presente regolamento, approvato in prima stesura nell'Assemblea Ordinaria del 20 Novembre 2010, può essere modificato dal Consiglio Direttivo.

## REGOLE DI NAVIGAZIONE:

In accordo con quanto previsto dal Regolamento Regionale è vietata la navigazione a valle del ponte Vittorio Emanuele I (ponte della Gran Madre); normalmente è possibile navigare sino all'isolotto di Moncalieri in corrispondenza del Parco delle Vallere.

I natanti devono navigare mantenendo:

- in risalita (da Torino verso Moncalieri) la sponda destra del fiume (lato collinare) se natanti a remi; la sponda sinistra del fiume (lato Borgo Medioevale) se natanti a pagaia o venete;
- in discesa (da Moncalieri verso Torino) la sponda sinistra del fiume (lato Borgo Medioevale) se natanti a remi; la sponda destra del Fiume (lato collinare) se natanti a pagaia o venete.

Al pontile si attracca sempre contro corrente e ci si imbarca sempre contro corrente.

Ogni ponte ha le sue particolari regole di direzione, ancora più importanti in quanto le arcate ed i piloni impediscono una completa visuale. In generale non bisogna mai invertire la rotta se non si è ad almeno cento metri da qualsiasi ponte. (vedi documento FIC allegato)

Chi procede più lento deve lasciare spazio a chi va più veloce e avvertire alla voce della propria presenza. Si ricordi che in gergo "andare a riva" significa accostare verso l'argine della propria mano da tenere, mentre "allargare" significa avvicinarsi al centro del fiume.

Quando si inverte la rotta, assicurarsi di non trovarsi in curve cieche e prestare la massima attenzione ad avere campo libero per la manovra, accertandosi che non arrivino altre barche; tutte le manovre devono essere eseguite con la massima rapidità.

***Nel tratto Torinese del Po vige il Regolamento 28 marzo 1996, n. 2 "Regolamento regionale per la disciplina della navigazione sulle acque del fiume Po nel tratto fluviale del territorio comunale della Città di Torino e della Città di Moncalieri" modificato dal Regolamento 15 luglio 1997, n. 4***

## EMERGENZE

**Emergenza scontro:** prima di tutto URLARE, poi frenare cercando di cambiare direzione.

**Ribaltamento:** girare la canoa per renderla inaffondabile, attaccarsi alla canoa o alla barca e tranquillizzarsi; se possibile spingere la canoa o la barca fino a un pontile o ad una riva poco profonda. Abbandonare la canoa o la barca solo in condizioni di pericolo personale.