

„Być młodym i wysportowanym to wiele. Umieć to łączyć z dobrą nauką i spełnianiem obowiązków społecznych to bardzo wiele”.

Regulamin działania sekcji lekkiej atletyki MKS „Hermes” (akt. od 01.01.2017)

(1) Zobowiązania zawodników i klubu MKS HERMES:

Na każdym szczepku zawodnik jest zobowiązany do:

- opłacenia składki członkowskiej (120 zł na rok)
- systematycznego udziału w treningach
- badań lekarskich
- deklaracji członkowskiej

Sekcja zabezpiecza:

- ubezpieczenie
- opiekę szkoleniową
- udział w zawodach sportowych
- świadczenia wg tab. nr 1 (za wyniki sportowe)
- świadczenia wg tab. nr 2 (pobyty w internacie)
- świadczenia wg tab. nr 3 (dojazd na trening)

(2) Okres zużycia sprzętu sportowego:

- dres * - 3 lata **(odpłatność tylko za nowe zgodnie z Tabelą nr 1, zawodnik bez klasy sportowej – 200 zł)**
- strój * - 2 lata **(odpłatność tylko za nowe dla zawodników bez klasy sportowej: 40 zł.)**
- buty - 1 rok **(odpłatność tylko za nowe zgodnie z Tabelą nr 1, ustala się górną granicę zakupu na kwotę 250 zł.)**
- kolce * - 2 lata **(odpłatność tylko za nowe: 50 zł – zawodnik z klasą sportową, 100 zł. – zawodnik bez klasy sportowej)**
- kolce - 2 lata **dotyczy zawodników od kategorii juniora młodszego. Zawodnik z klasą sportową III zwrot 200 zł, klasa II – 250 zł, klasa I – 300 zł.**
- getry * - 1 rok **(odpłatność tylko za nowe: zgodnie z Tabelą nr 1, zawodnik bez klasy sportowej – 40 zł)**

*** - dofinansowanie wyłącznie sprzętu sportowego zakupionego w klubie.**

(3) Regulamin konkursu na najlepszego zawodnika sekcji LA.

- O tytule najlepszego zawodnika sekcji LA decyduje zajęcie 1 miejsca w rankingu zawodników w danym roku.
- O miejscu w rankingu zawodników decyduje ilość punktów uwzględniając:
 - klasę sportową zawodnika uzyskaną w danym roku (tabela nr 4),
 - miejsce zawodnika na Mistrzostwach Polski, oraz Mistrzostwach Województwa z założeniem, że zawodnik zdobywa punkty tylko raz, na zawodach przełajowych lub na bieżni – liczy się lepsza wartość (tabela nr 4),
 - ilość zdobytych w ciągu roku pkt. w ramach Ogólnopolskiego Współzawodnictwa Sportu Dzieci i Młodzieży (2 punkty za punkt),
 - staż w klubie liczony od daty na deklaracji członkowskiej (punkt za 1 rok stażu),
 - ustanowienie Rekordu Klubu (5 pkt za rekord):
 - a) młodzik tylko na dystansach młodzikowskich a junior na juniorowskich (konkurencja musi być w programie MP swojej kategorii),

- b) rekord juniorów młodszych będzie uznany tylko w przypadku uzyskania wyniku na poziomie co najmniej V klasy a rekord juniorów w przypadku uzyskania wyniku na poziomie co najmniej IV klasy.
- udział w letnich, zawodach sportowych – na stadionie, reprezentując MKS Hermes (0,5 pkt za każde zawody),
 - miejsce w rankingu zawodników w kraju według statystyk PZLA (tylko w konkurencjach właściwych dla kategorii) według tabeli nr 4.
- W przypadku tej samej ilości pkt. o wyższym miejscu decyduje 1) wyższa kl. sportowa zawodnika 2) większy staż w klubie 3) miejsce na MP
 - Jeżeli zawodnik nie mógł wystartować w zawodach „punktowanych” z powodu wzięcia, w tym samym czasie, udziału w zawodach wyższej rangi, otrzymuje bonus punktowy w wysokości: 25 pkt za Mistrzostwa Polski i 3 pkt za Mistrzostwa Województwa.
 - Dla zawodników kategorii młodzieżowej z uwagi na brak M.Województwa wprowadza się rekompensatę w wysokości 3 punktów za zawody. Warunkiem uzyskania punktów jest udział zawodnika PK w zawodach dla juniorów.
 - Rozstrzygnięcie konkursu odbywa się na uroczystości podsumowania sezonu startowego za dany rok.
 - Pierwsza dziesiątka zawodników otrzymuje nagrody rzeczowe.
 - Ranking obejmuje maksymalnie pierwszą pięćdziesiątkę zawodników startujących w kategoriach młodzieżowych bez ograniczenia dolnego wieku.
 - W rankingu kończącym rok znajdują się tylko zawodnicy, którzy wzięli udział w zawodach, reprezentując MKS Hermes, co najmniej trzy razy oraz mają opłaconą składkę członkowską

(4) Postanowienia:

- Każdy zawodnik sekcji LA zobowiązany jest do godnego jej reprezentowania zarówno na treningu jak i na zawodach a także w życiu codziennym.
- Lekkoatleta MKS Hermes nie używa: alkoholu, papierosów, narkotyków, nie używa wulgaryzmów, dba o swój wizerunek moralny.
- Zawodnika sekcji LA obowiązuje poszanowanie sprzętu sportowego, w przypadku jego zaginięcia zawodnik jest zobowiązany do zwrotu kosztów lub zakupu nowego.
- Istnieje możliwość wymiany sprzętu w przypadku wyrośnięcia z rozmiaru (na wniosek trenera).
- W przypadkach losowych o wysokości odpłatności za sprzęt sportowy oraz odpłatności za obóz decyduje Rada Trenerów uwzględniając postępy sportowe, zaangażowanie w treningach, warunki bytowe zawodnika a także możliwości finansowe klubu.
- Młodzicy i zawodnicy młodszy, którzy uzyskali klasę sportową III i wyższą w konkurencjach juniorowskich, korzystają z ulg dotyczących odpłatności za sprzęt sportowy oraz obóz szkoleniowy przysługujących juniorom młodszym.
- Juniorzy młodszy pierwszorocznicy (po przejściu z kategorii młodzika) uzyskują dofinansowanie (buty, kolce) od 1 czerwca na podstawie uzyskanej klasy sportowej w aktualnie rozpoczętym sezonie startowym.
- Ulga na obóz zimowy (styczeń, luty) przysługuje zawodnikom na podstawie klasy sportowej uzyskanej w poprzednim sezonie.
- O sprawach nie ujętych niniejszym regulaminem decyduje Rada Trenerów sekcji LA MKS Hermes
- Wiodącym dokumentem regulującym pracę sekcji jest Statut Klubu.

Tabela nr 1

| | bez klasy | V | IV | III | II | I |
|---------------------------------|---|--|--|---|---|--|
| Grupa naborowa oraz kat. dzieci | - kolce wg. wskazań trenera - sprzęt sport. odpł. 100% - obóz sportowy odpł. 100% | - kolce, strój startowy - obóz sportowy odpł. 90% - sprzęt sport. odpł. 90% | - kolce, strój startowy - obóz sportowy odpł. 80% - sprzęt sport. odpł. 60% - napoje izotoniczne | - kolce, strój startowy - obóz sportowy odpł. 65% - sprzęt sport. odpł. 45% - napoje izotoniczne | <i>- Młodzicy i zawodnicy młodsi, którzy uzyskali klasę sportową III i wyższą w konkurencjach juniorowskich, korzystają z ulg dotyczących odpłatności za sprzęt sportowy oraz obóz szkoleniowy przysługujących juniorom młodszym.</i> | |
| Młodzik I rok | - kolce wg. wskazań trenera - sprzęt sport. odpł. 100% - obóz sportowy odpł. 100% | - kolce, strój startowy - obóz sportowy odpł. 90% - sprzęt sport. odpł. 80% | - kolce, strój startowy - obóz sportowy odpł. 80% - sprzęt sport. odpł. 60% - napoje izotoniczne | - kolce, strój startowy - obóz sportowy odpł. 70% - sprzęt sport. odpł. 50% - napoje izotoniczne | - kolce, strój startowy - obóz sportowy odpł. 50% - sprzęt sport. odpł. 40% - odżywki, witaminy - napoje izotoniczne | - kolce, strój startowy - obóz sportowy odpł. 10% - sprzęt sport. odpł. 10% - odżywki, witaminy - napoje izotoniczne |
| Młodzik II rok | - kolce wg. wskazań trenera - sprzęt sport. odpł. 100% - obóz sportowy odpł. 100% | - kolce, strój startowy - obóz sportowy odpł. 100% - sprzęt sport. odpł. 90% | - kolce, strój startowy - obóz sportowy odpł. 90% - sprzęt sport. odpł. 70% - napoje izotoniczne | - kolce, strój startowy - obóz sportowy odpł. 80% - sprzęt sport. odpł. 50% - napoje izotoniczne | - kolce, strój startowy - obóz sportowy odpł. 60% - sprzęt sport. odpł. 40 % - odżywki, witaminy - napoje izotoniczne | - kolce, strój startowy - obóz sportowy odpł. 10% - sprzęt sport. odpł. 10% - odżywki, witaminy - napoje izotoniczne |
| jun. młodsz I rok | - kolce wg. wskazań trenera - sprzęt sport. odpł. 100% - obóz sportowy odpł. 100% | - kolce wg. wskaz. trenera - sprzęt sport. odpł. 100% - obóz sport. odpł. 100% | - kolce, strój startowy - obóz sportowy odpł. 90% - sprzęt sport. odpł. 70% - napoje izotoniczne | - kolce, strój startowy - obóz sportowy odpł. 65% - sprzęt sport. odpł. 40% - napoje izotoniczne | - kolce, strój startowy - obóz sportowy odpł. 50% - sprzęt sport. odpł. 30 % - odżywki, witaminy - napoje izotoniczne | - kolce, strój startowy - obóz sportowy odpł. 20% - sprzęt sport. odpł. 10% - odżywki, witaminy - napoje izotoniczne |
| jun. młodsz II rok | - kolce wg. wskazań trenera - sprzęt sport. odpł. 100% - obóz sportowy odpł. 100% | - kolce wg. wskaz. trenera - sprzęt sport. odpł. 100% - obóz sport. odpł. 100% | - kolce, strój startowy - obóz sportowy odpł. 90% - sprzęt sport. odpł. 80% - napoje izotoniczne | - kolce, strój startowy - obóz sportowy odpł. 70% - sprzęt sport. odpł. 50% - napoje izotoniczne | - kolce, strój startowy - obóz sportowy odpł. 50% - sprzęt sport. odpł. 40 % - odżywki, witaminy - napoje izotoniczne | - kolce, strój startowy - obóz sportowy odpł. 20% - sprzęt sport. odpł. 20% - odżywki, witaminy - napoje izotoniczne |
| junior I rok | - kolce wg. wskazań trenera - sprzęt sport. odpł. 100% - obóz sportowy odpł. 100% | - kolce wg. wskaz. trenera - sprzęt sport. odpł. 100% - obóz sport. odpł. 100% | - kolce, strój startowy - obóz sportowy odpł. 100% - sprzęt sport. odpł. 90% - napoje izotoniczne | - kolce, strój startowy - obóz sportowy odpł. 75% - sprzęt sport. odpł. 60% - napoje izotoniczne | - kolce, strój startowy - obóz sportowy odpł. 50% - sprzęt sport. odpł. 40 % - odżywki, witaminy - napoje izotoniczne | - kolce, strój startowy - obóz sportowy odpł. 20% - sprzęt sport. odpł. 30% - odżywki, witaminy - napoje izotoniczne |
| junior II rok | - kolce wg. wskazań trenera - sprzęt sport. odpł. 100% - obóz sportowy odpł. 100% | - kolce wg. wskaz. trenera - sprzęt sport. odpł. 100% - obóz sport. odpł. 100% | - kolce, strój startowy - obóz sportowy odpł. 100% - sprzęt sport. odpł. 90% - napoje izotoniczne | - kolce, strój startowy - obóz sportowy odpł. 80% - sprzęt sport. odpł. 70% - napoje izotoniczne | - kolce, strój startowy - obóz sportowy odpł. 60% - sprzęt sport. odpł. 50 % - odżywki, witaminy - napoje izotoniczne | - kolce, strój startowy - obóz sportowy odpł. 30% - sprzęt sport. odpł. 20% - odżywki, witaminy - napoje izotoniczne |
| młodzieżowiec | - kolce wg. wskazań trenera - sprzęt sport. odpł. 100% - obóz sportowy odpł. 100% | - kolce wg. wskaz. trenera - sprzęt sport. odpł. 100% - obóz sport. odpł. 100% | - kolce wg. wskaz. trenera - sprzęt sport. odpł. 100% - obóz sport. odpł. 100% - napoje izotoniczne | - kolce, strój startowy - obóz sportowy odpł. 80% - sprzęt sport. odpł. 80% - napoje izotoniczne | - kolce, strój startowy - obóz sportowy odpł. 70% - sprzęt sport. odpł. 60% - odżywki, witaminy - napoje izotoniczne | - kolce, strój startowy - obóz sportowy odpł. 30% - sprzęt sport. odpł. 30% - odżywki, witaminy - napoje izotoniczne |
| Senior | - kolce wg. wskazań trenera - sprzęt sport. odpł. 100% - obóz sportowy odpł. 100% | - kolce wg. wskaz. trenera - sprzęt sport. odpł. 100% - obóz sport. odpł. 100% | - kolce wg. wskaz. trenera - sprzęt sport. odpł. 100% - obóz sport. odpł. 100% - napoje izotoniczne | - kolce, strój startowy - obóz sportowy odpł. 80% - sprzęt sport. odpł. 80% - napoje izotoniczne | - kolce, strój startowy - obóz sportowy odpł. 70% - sprzęt sport. odpł. 50% - odżywki, witaminy - napoje izotoniczne | - kolce, strój startowy - obóz sportowy odpł. 30% - sprzęt sport. odpł. 10% - odżywki, witaminy - napoje izotoniczne |

▪ **sprzęt sportowy** – dres klubowy, buty treningowe, ortalion, getry, kolce

▪ **napoje izotoniczne** – IzoPlus, Izostar, w okresie wzmożonego treningu (obóz)

Tabela nr 2

Decyzją Zarządu MKS Hermes z dnia 26.09.2008 r. ustalono wysokość refundowania kosztów pobytu¹ zawodników naszego klubu mieszkających w internatach oraz akademikach uczelni wyższych, w następujący sposób:

| klasa sportowa zawodnika | dofinansowanie klubu | | | |
|--------------------------|----------------------|--------|---------------|--------|
| | junior mł. | junior | młodzieżowiec | senior |
| IV | 50 zł | --- | --- | --- |
| IV A | 75 zł | 50 zł | --- | --- |
| III | 100 zł | 75 zł | --- | --- |
| III A | 125 zł | 100 zł | --- | --- |
| II | 150 zł | 125 zł | 125 zł | --- |
| II A | 175 zł | 150 zł | 150 zł | --- |
| I | 200 zł | 175 zł | 175 zł | --- |
| I A | 200 zł | 200 zł | 200 zł | 200 zł |
| M | 100 % | 100 % | 100 % | 100 % |
| MM | 100 % | 100 % | 100 % | 100 % |

¹ – Koszty odpłatności za pobyt w internacie, akademiku - spanie, wyżywienie

Podstawą dofinansowania przez klub jest:

1. Udział w zawodach wg Kalendarza PZLA w barwach MKS Hermes.
2. Systematyczny udział w zajęciach treningowych
3. Godna postawa ucznia/zawodnika w zajęciach szkolnych, w zawodach sportowych oraz w czasie pobytu internacie/akademiku.
4. Pozytywna opinia trenera prowadzącego.

Tabela nr 3

Decyzją Zarządu MKS Hermes z dnia 26.09.2008 r. ustalono wysokość refundowania kosztów dojazdu na trening¹ zawodnikom naszego klubu mieszkającym poza Gryfinem, w następujący sposób:

| | dofinansowanie klubu | | | |
|--------------------------|----------------------|------------|--------|---------------|
| klasa sportowa zawodnika | młodzik | junior mł. | junior | młodzieżowiec |
| IV | 75 zł | 50 zł | --- | --- |
| IV A | 100 zł | 100 zł | --- | --- |
| III | 150 zł | 125 zł | 100 zł | --- |
| III A | 100 % | 150 zł | 125 zł | --- |
| II | 100 % | 100 % | 150 zł | --- |
| II A | 100 % | 100 % | 100 % | 100 % |
| I | 100 % | 100 % | 100 % | 100 % |
| I A | 100 % | 100 % | 100 % | 100 % |

¹ – Koszt zakupu biletu miesięcznego

Podstawą dofinansowania przez klub jest:

1. Udział w zawodach wg Kalendarza PZLA w barwach MKS Hermes.
2. Systematyczny udział w zajęciach treningowych
3. Godna postawa ucznia/zawodnika w zajęciach szkolnych, w zawodach sportowych oraz w czasie pobytu na obozie sportowym.
4. Pozytywna opinia trenera prowadzącego.

Tabela przyznawanych punktów do rankingu zawodników MKS Hermes sekcji LA

| Klasy sportowe | | Ranking PZLA | | Miejsce w MMP MPJ, OOM, MPMł. | | Miejsce w M.Woj. | |
|----------------|-----|--------------|-----|----------------------------------|-----|------------------|-----|
| | pkt | | pkt | | pkt | | pkt |
| M+ | 60 | 1 | 20 | 1-3 | 30 | 1 | 4 |
| M | 55 | 2-3 | 18 | 4-6 | 25 | 2-3 | 3 |
| I + | 50 | 4-8 | 16 | 7-10 | 20 | 4-6 | 2 |
| I | 45 | 9-14 | 14 | 11-16 | 15 | 7-10 | 1 |
| II + | 40 | 15-20 | 12 | 17-25 | 10 | | |
| II | 35 | 21-26 | 10 | udział | 5 | | |
| III + | 30 | 27-33 | 8 | | | | |
| III | 25 | 34-40 | 6 | | | | |
| IV + | 20 | 41-48 | 4 | | | | |
| IV | 15 | 49-60 | 2 | | | | |
| V + | 10 | | | | | | |
| V | 5 | | | | | | |

„+” oznacza, że wynik zawodnika znajduje się (matematycznie) bliżej klasy wyższej jak niższej.