Velódromo de Galapagar. C/ Guadarrama 72.
28260.Galapagar. Madrid. Tlf. 913646351
www.fmciclismo.com E-mail: fmciclismo@fmciclismo.com

Normas de conducta en los Viajes y Campeonatos:

Los deportistas viajan ante todo como tales sin perder en ningún momento esa condición y por lo tanto, no deben olvidar las siguientes reglas básicas de comportamiento:

1. Cuidar y respetar las instalaciones donde se realicen los entrenamientos y competiciones.

2. Dirigirse, en todo momento, con respeto a los técnicos, auxiliares y compañeros.

3. En todo momento ser respetuosos y limpios, retirando todo aquello que hayamos manchado en la instalaciones y los medios de transporte, van, etc (papel, vendajes, botellas de agua, etc...).

4. Mantener nuestro uniforme y equipo en perfectas condiciones todo el tiempo.

5. Los deportistas deben conocer los objetivos de las competiciones y no tomarlo como unas vacaciones, sino como una oportunidad para mejorar, aprovechando todos los medios y oportunidades que pone a su disposición la FMC.

6. Durante el tiempo que dura el viaje, los deportistas NO debe de ausentarse sin permiso de los responsables.

7. La puntualidad en todo momento será necesaria para un buen funcionamiento del grupo en general.

8. Hay que tener en cuenta de que la mala imagen de un deportista afecta a todo el equipo.

10. Todos los deportistas deberán participar en las actividades programadas oficialmente.

12. Los deportistas NO podrán salir del hotel solos y sin permiso.

13. Los corredores y corredoras son los únicos responsables de su material (incluida la bicicleta) y por lo tanto deberán hacerse cargo de ello durante todo el campeonato. Además, se recuerda, que deberán llevar la bicicleta en perfectas condiciones de uso (tanto de limpieza como de mecánica).

1. Normas en los alojamientos:

- Representamos a FMC, y el comportamiento en los hoteles debe reflejar la educación de nuestra institución:
- Será una falta muy grave molestar a otros huéspedes, sustraer pertenencias del hotel o cualquier otro acto irrespetuoso.
- Las sanciones para este tipo de comportamiento serán graves.
- En la habitación, respeta la intimidad y el descanso de tu compañero. Pónganse de acuerdo para organizar su convivencia lo mejor posible. El volumen de la televisión y

Velódromo de Galapagar. C/ Guadarrama 72.
28260.Galapagar. Madrid. Tlf. 913646351
www.fmciclismo.com E-mail: fmciclismo@fmciclismo.com

de los aparatos de música debe ser moderado, sin que se oigan en los pasillos o las habitaciones contiguas. Por la noche, las horas de estar cada uno en su habitación y de silencio deben respetarse. Si no puedes dormir, estate relajado en silencio, y deja que duerman tus compañeros.

- Se respetarán las horas de descanso estipuladas, para poder responder, estando en las mejores condiciones y permitir que lo haga el resto de compañeros y técnicos del equipo.
- Las habitaciones son para descansar, y un lugar donde dejar las pertenencias intentando que entre el menor número de personas para evitar que puedan desaparecer efectos personales o que se produzcan desperfectos achacables a los titulares de la habitación.
- Cada ocupante se responsabilizará de su habitación. Si observan algún desperfecto al acceder por primera vez a la misma se le comentará a los técnicos o responsables de viaje. Cada grupo será responsable de los posibles desperfectos que ocurran en la habitación de no haberse dado aviso previamente a los técnicos o responsables de viaje.
- Está totalmente prohibido el consumo de alcohol, así como el de otras sustancias.
- Como norma importante, no se permiten las bromas de mal gusto, que atentan contra la libertad y los derechos de otro compañero.
- Debes ser puntual en todas las actividades del equipo: salida del autobús, entrenamientos, reuniones, comidas, etc.
- La impuntualidad, además de ser una falta de disciplina, es una falta de respeto a tus compañeros y al equipo.
- Tu obligación es estar concentrado en las actividades del equipo y no estar pendiente de hacer otras cosas (salir con familiares, con conocidos u otras personas ajenas a la institución).
- Si tus familiares van a verte, podrás atenderlos en el tiempo libre y bajo autorización expresa de los técnicos y/o los responsables del viaje.
- Todos los deportistas deben llevar la ropa que se disponga para cada actividad del equipo (comidas, paseos, entrenamientos, etc.).
- Todos los integrantes del equipo deben entrar y salir juntos del comedor. Durante las comidas y desayunos, el comportamiento debe ser correcto y educado en todo momento, y queda totalmente prohibido el uso del móvil durante las mismas.

2. Normas durante los desplazamientos:

- Llevar siempre la documentación personal de cada uno (DNI, licencia federativa, tarjeta sanitaria).

Velódromo de Galapagar. C/ Guadarrama 72.
28260.Galapagar. Madrid. Tlf. 913646351
www.fmciclismo.com E-mail: fmciclismo@fmciclismo.com

- Todos los deportistas convocados por la FMC para participar en los Campeonatos para los cuales han sido seleccionados deberán realizar los desplazamientos en los medios de transporte organizados desde la FMC. Podrán no viajar en los medios de transporte para tal medio, previa autorización de los responsables del desplazamiento.

3. Normas de conducta en los Campeonatos y Concentraciones.

- Siguiendo los puntos anteriores, tendrán que llevar uniformes y equipo de la FMC.
- Todos los deportistas deben ser prudentes con los comentarios que realicen en las competiciones, tanto a sus adversarios como a sus propios compañeros. La actitud del equipo debe ser siempre positiva.
- En las competiciones y entrenamientos durante los viajes, cada deportista debe seguir las instrucciones de los técnicos de la Federación.

4. Evaluación del Viaje y la Competición:

La evaluación del viaje se realizará fundamentalmente sobre los siguientes puntos:

- Puntualidad: Los retrasos en los horarios programados: comidas, reuniones, salidas de autobuses, horarios de descanso y otros horarios que se puedan establecer por los entrenadores y responsables del viaje.
- Comportamiento: El incumplimiento de las normas de conducta publicadas por la FMC, así como falta de educación y respeto a compañeros, entrenadores, personas o bienes…

5. Incumplimiento de este Reglamento:

- El incumplimiento de alguna de las Normas anteriormente expuestas, por los deportistas, será puesto en conocimiento de esta Federación mediante la presentación de un informe en el que se refleje lo ocurrido.
- Dicho informe lo enviará el Jefe de Equipo, donde, una vez revisado, se remitirá o no al (Comité de Disciplina) de ésta Federación para su estudio y aplicación de posibles sanciones.
- Normalmente las faltas deportivas acarrearán una sanción deportiva que en función de la misma puede llegar hasta la retirada de la licencia.
- Las faltas disciplinarias cometidas conllevarán sanciones disciplinarias.
- Como norma general el incumplimiento de este Reglamento, sin llegar a falta grave, supondrá no viajar con la Federación en el siguiente viaje programado por la misma, aunque se respeta el que se pueda competir si se ha sido merecedor de ello.