

IZOTZ GAINEKO PATINAJEAREN FUNTZIONAMENDU-ARAUAK ETA ONDORIOZKO KIROL-MODALITATEAK (PATINAJE ARTISTIKOA ETA IZOTZ HOCKEYA)

IZOTZ GAINEKO PATINAJE, PATINAJE ARTISTIKO ETA IZOTZ HOCKEY IKASTAROAK

Irakurri arretaz arau horiek, gure jarduerari buruzko informazio interesgarria baitaukatete.
Galdetu arau hauei eta gure kirol-jarduerari buruz interesatzen zaizun guztia.

LEHENENGOA: JARDUERA

IZOTZ GAINEKO PATINAJEA, PATINAJE ARTISTIKOA ETA IZOTZ HOCKEYA

- Jarduera bereziak dira, izotza ez den beste ingurune batean egiten direlako. Horrek sentsazio desberdinak ematen dizkio beste edozein kirol-modalitateari.
- Jarduerak eskatzen duen intentsitatea ez da bereziki handia (hockeyaren kasuan izan ezik), eta hori bai, oreka- eta koordinazio-gaitasunean eskakizun handia dago.
- Izotz gaineko patinajearen ikaskuntzan garapen garrantzitsuak gertatzen dira alderdi motorrean, aurretik erabili gabeko patroik motor ugari martxan jartzen direlako. Autoestimua handitzea ere ahalbidetzen du, nahiko denbora gutxian aurrerapen garrantzitsuak egiten baititu.
- Patinajea egiteak, era berean, hanketako eta aldakako muskulatura indartzea ahalbidetzen du, bai eta, intentsitate moderatu eta jarraituan eginda, bihotz-biriketako efektu positiboak ematea ere.
- Egindako jarduera gehienak modu ludikoan bideratuta daude, batez ere ikasleen dibertsioa bilatuz. Lehiaketetara zuzendutako taldeek entrenatzaileen gidalerroen arabera jardungo dute, lehiaketetarako behar eta eskakizunei dagokienez.

BIGARRENA: ARRISKU OROKORRAK ETA ESPEZIFIKOAK

- Ez da jarduera gomendatzen gaixotasun kardiobaskularren bat, arnasketa-gaixotasunen bat edo hezur-gaixotasunen bat duten pertsonentzat; kasu horietan, beharrezkoa izango da aldez aurretik balorazioa egitea medikuek, kirola egitea edo kontrol medikoa izatea egokia den zehazteko.
- Izotzaren gainean irristatzeak eta horren ondoriozko modalitateek lesioak ekar ditzakete, hala nola zauriak, ubelduak, zaintiratuak edo hezurretako eta artikulazioetako lesioak.
- Jarduerak aukeraturata, diseinatuta eta sistematizatuta daude, eta ikasleen segurtasuna hartzen da beti lehen premisa gisa, erorikoak eta lesioak izateko arriskua minimizatzen saiatuz. Hala ere, arrisku hori ezin da inoiz erabat ezabatu.

HIRUGARRENA: ASEGURUA

- Udak Kirol Zerbitzuak (instalazioaren jabeak) erantzukizun zibileko asegurua du. Kirol-istripuen kasuan, mediku-laguntza bakoitzaren Gizarte Segurantzaren kontura izango da, eta ez du bere gain hartuko eragiten duen gastua. Kirola egiteko, Nafarroako Neguko Kirol Federazioarekin dagokion lizentzia ateratzea gomendatzen da, jardueran zehar gerta daitekeen edozein gorabehera barne.

LAUGARRENA: JANZKERA

- Izotzaren jarduerarako ordezko kirol-arropa eramatea gomendatzen da, baita nolabaiteko babesak ere (belaun-babesak, eskumuturrekoak, ukondoak). Nahitaezkoa da eskularruak erabiltzea.
- Izotz gaineko irristaketa eta horren ondoriozko kirol-modalitateak praktikatzeko, nahitaezkoa da 13 urtetik beherakoentzat kaskoa erabiltzea, eta oso gomendagarria adin horretatik gorakoentzat, eta, ez badaramatza, haiek hartuko dute beren gain erantzukizuna.
- Hockeyaren kasuan, nahitaezkoa da kaskoa erabiltzea, baita gainerako babesak erabiltzea ere (belaun-babesak, ukondoak, sorbalda-babesak, galtzak, kokilak, eskularruak, lepokoa eta maskara).

BOSGARRENA: IZEN-EMATEA

- Ikastaroek plaza kopuru mugatua dute, eta ordainketa egiten den ulean bakarrik erreserbatzen da.
- Ikastaroaren zenbatekoa ez da itzuliko ikastaroa hasi ondoren.
- Erroldatze deskontua, kurtsoa hasten den urteko abuztuaren 1a baino lehen Uharteko erroldatutako pertsonen aplikatuko zaie.

SEIGARRENA: ADINGABEENTZAKO JARDUERAK

- Adingabeak gurasoek edo legezko tutoreek jaso beharko dituzte kontratatutako jarduera amaitzen denean.
- Gurasoei edo legezko tutoreei dagokie adingabeak entregatzea edo jasotzea, bai jardueraren hasieran, bai amaieran. Gurasoak edo tutoreak ez badira haien bila joaten jarduera amaitzean, adingabeen beren etxetara edo beste edozein lekutara bakarrik joateko baimena ematen dietela ulertuko da.
- Gurasoek edo legezko tutoreek ez badiete baimenik ematen adingabeen beren etxera bakarrik joateko jarduera amaitzean, idatziz jakinarazi beharko diote monitorean. Nolanahi ere, jarduera amaitzean gurasoek edo legezko tutoreek jasotzen ez dituzten adingabeen zaintza ez dagokie ez monitoreei, ez instalazioaren arduraduneri. Hori dela eta, gurasoek edo legezko tutoreek bitarteko egokiak jarri beharko dituzte (pertsona baimenduak, zentroko arduradunari deitzea, eta abar) beren seme-alabak baimendutako pertsona batek jaso ditzan.
- Jarduera hasi ondoren, edozein arrazoirengatik ezin badu jarduera egiten jarraitu, adingabea jarduera egiten ari den lekuan egongo da jarduera amaitu arte, salbu eta gurasoek edo tutoreek oro har baimena eman badiote adingabeen edozein lekutara bakarrik joateko edo joateko.
- Gurasoen edo legezko tutoreen betebeharra da monitoreari informatzea adingabeak jardueran duen bajari buruz.
- Gurasoei edo legezko tutoreei dagokie adingabeak jarduerara joaten direla kontrolatzea, eta haien ardura bakarra izango da.
- Gurasoek edo legezko tutoreek ezin izango dute harmailetatik ikusi jarduera.

ZAZPIGARRENA: BEGIRALEAREN AUTORITATEA

- Izotz gaineko patinaje-jardueretan eta horien ondoriozko kirol-modalitateetan parte hartzen duten ikasleek jardueraren monitoreak ematen dituzten arauak edo jarraibideak bete beharko dituzte. Monitoreak aginpidea dute beren jarraibideei jarraitzen ez dieten pertsonak atentzioa deitzeko, bai eta horiek ez betetzeagatik jardueratik kanporatzeko, saioen ordena aldatzeko edo jarduera behar bezala garatzea eragiten duen edo oztopatzen duen beste edozein arrazoirengatik.

ZORTZIGARRENA: HIGIENE ETA PREBENTZIO NEURRI PERTSONALAK

- Larrialdi sanitarioa izatekotan, nahitaezkoa izango da jarduera eta talde bakoitzerako jarraibide sanitarioak betetzea.
- Jarduera modu seguruan egiteko beharrezkotzat jotzen dituen erabakiak hartu ahal izango ditu organizazioak.
- Ikasleak ez baditu betetzen monitorean edo Izotz Jauregiko langileen jarraibideak segurtasun- eta higiene-neurriei dagokienez, jardueratik eta instalaziotik kanporatu ahal izango da.

NORMAS DE FUNCIONAMIENTO PATINAJE SOBRE HIELO Y MODALIDADES DEPORTIVAS DERIVADAS (PATINAJE ARTÍSTICO Y HOCKEY HIELO)

CURSOS DE PATINAJE SOBRE HIELO, PATINAJE ARTÍSTICO Y HOCKEY HIELO

Lea con atención estas normas ya que contienen información interesante sobre nuestra actividad.
Pregunte todo aquello que pueda interesarle en relación con las presentes normas y con nuestra actividad deportiva.

PRIMERA: ACTIVIDAD

PATINAJE SOBRE HIELO, PATINAJE ARTÍSTICO Y HOCKEY HIELO

- Se trata de actividades especiales por desarrollarse en un medio diferente al habitual, el hielo. Esto proporciona unas sensaciones distintas a cualquier otra modalidad deportiva.
- La intensidad requerida por la actividad no es especialmente alta (exceptuando el caso del hockey) teniendo eso sí, una considerable exigencia en la capacidad de equilibrio y coordinación.
- En el aprendizaje del patinaje sobre hielo se producen importantes desarrollos en el aspecto motriz, por ponerse en marcha multitud de patrones motores no utilizados anteriormente. También permite elevar la autoestima al efectuar avances importantes en relativamente poco tiempo.
- La práctica del patinaje igualmente permite fortalecer la musculatura de piernas y cadera, así como, realizado a una intensidad moderada y continuada en el tiempo, proporciona efectos positivos a nivel cardiopulmonar.
- La mayoría de las actividades realizadas están enfocadas de manera lúdica buscando fundamentalmente la diversión del alumnado. Los grupos dirigidos a la competición funcionarán bajo las directrices de los-as entrenadores-as en cuanto a necesidades y exigencias para las propias competiciones.

SEGUNDA: RIESGOS GENERALES Y ESPECÍFICOS

- No se recomienda la actividad para aquellas personas con alguna enfermedad de tipo cardiovascular, respiratorio u óseo, siendo necesario en estos casos realizar una valoración médica previa por personal médico que determine la idoneidad de la práctica deportiva o su práctica bajo control médico.
- La práctica del patinaje sobre hielo y sus modalidades derivadas puede conllevar lesiones tales como heridas, contusiones, esguinces o lesiones óseas y articulares.
- Las actividades están elegidas, diseñadas y sistematizadas adoptando siempre como primera premisa la seguridad del alumnado, procurando minimizar el riesgo de caídas y lesiones. No obstante, ese riesgo nunca puede eliminarse totalmente.

TERCERA: SEGURO

- El Servicio Municipal de Deportes de Huarte (propietaria de la instalación) posee su correspondiente seguro de Responsabilidad Civil. En caso de accidente deportivo, la asistencia médica correrá a cargo de la Seguridad Social de cada cual, no haciéndose cargo el Ayuntamiento de Huarte del gasto que ocasione. Para la práctica deportiva se recomienda sacarse la correspondiente licencia con la Federación Navarra de Deportes de Invierno, que incluirá cualquier incidente que pudiese ocurrir durante la actividad.

CUARTA: INDUMENTARIA

- Se recomienda llevar ropa deportiva de recambio para la actividad en el hielo, además de algún tipo de protección (rodilleras, muñequeras, coderas). Es obligatorio el uso de guantes.
- Para la práctica de la actividad del patinaje sobre hielo y sus modalidades deportivas derivadas es obligatorio el uso del casco para menores de 13 años y muy recomendable para los mayores de dicha edad, asumiendo éstos la responsabilidad en caso de no llevarlo.
- En el caso del hockey el casco es obligatorio, en cualquier caso, así como el uso del resto de protecciones (rodilleras, coderas, hombreras, pantalón, coquilla, guantes, collarín y máscara).

QUINTA: INSCRIPCIÓN

- Los cursos tienen un número de plazas limitado, efectuándose la reserva de la plaza exclusivamente en el momento en que se realiza el pago del mismo.
- El importe del curso no se devolverá una vez iniciado el mismo.
- El descuento por empadronamiento se aplicará a las personas empadronadas en Huarte con anterioridad al 1 de agosto del año que comienza el curso.

SEXTA: ACTIVIDADES PARA MENORES

- Los menores de edad, deberán ser recogidos por sus padres, madres, tutores legales a la hora en que finaliza la actividad contratada.
- Corresponde a los padres, madres o tutores legales, siendo de su exclusiva responsabilidad, la entrega o recogida de los menores tanto al inicio como al concluir la actividad. En el supuesto de que los padres, madres o tutores no acudan a recogerlos a la conclusión de la actividad se entiende que permiten y conceden autorización a los menores para desplazarse solos a sus domicilios o cualquier otro lugar.
- En el supuesto de que los padres, madres, tutores legales no autoricen a los menores a acudir solos a su domicilio al concluir la actividad, deberán comunicarlo por escrito al monitor/a. En cualquier caso, no corresponde a los monitores-as ni a los responsables de la instalación la guarda de los menores que no sean recogidos por sus padres, madres o tutores legales al concluir la actividad, por lo que los padres, madres o tutores legales deberán arbitrar los medios oportunos (personas autorizadas, llamar al responsable del centro, ...) para que sus hijos-as sean recogidos por persona autorizada.
- En el supuesto de que por cualquier causa una vez iniciada la actividad no pueda continuar con la misma, el/la menor permanecerá en el lugar donde se está realizando la actividad hasta que ésta haya concluido, salvo que por parte de los padres, madre o tutores se haya autorizado con carácter general al menor a desplazarse o acudir solo a cualquier lugar en tal supuesto.
- Es obligación de los padres, madres o tutores legales informar al monitor-a sobre la baja del menor en la actividad.
- Corresponde a los padres, madres o tutores legales, siendo de su exclusiva responsabilidad, el control sobre la asistencia de los-las menores a la actividad.
- Los padres, madres o tutores legales no podrán presenciar la realización de la actividad desde la grada.

SÉPTIMA: AUTORIDAD DEL MONITOR/A

- El alumnado participante en las actividades de patinaje sobre hielo y sus modalidades deportivas derivadas deberá seguir y acatar cuantas normas o instrucciones den los-as monitores-as de la actividad. Los-las monitores-as tienen autoridad para llamar la atención a los-as que no sigan sus instrucciones, así como para expulsarlos de la actividad por incumplimiento de éstas, alterar el orden de las sesiones o cualquier otra causa que incida o perturbe el correcto desarrollo de la actividad.

OCTAVA: MEDIDAS PERSONALES HIGIENE Y PREVENCIÓN

- En caso de emergencia sanitaria es obligatorio cumplir los protocolos, en caso de que los haya, para cada actividad y grupo.
- La organización podrá adoptar las decisiones que considere precisas para que la actividad se desarrolle de forma segura.
- En caso de incumplimiento por parte del alumno-a de las instrucciones de monitores o personal del Palacio de Hielo en relación con las medidas de seguridad e higiene el podrá ser expulsado de la actividad e instalación.