



NORMAS CDE LAS CRUCES

2021-2022

HORARIOS Y TARIFAS

GRUPO	HORARIO	CUOTA MENSUAL	MATRICULA ANUAL
ESCUELA	Lunes-miércoles 18:00 a 19:00	25 €/mes	15€
PRE-CLUB	Lunes-miércoles 18:00 a 20:00	40 €/mes	25€
CLUB	L-X-V (8 horas/semana)	65€/mes	
Servicio Fisioterapia en el CDM Las Cruces		5 €/mes	

***Descuento del 10% por familia numerosa (presentando el carnet) o segunda hermana (sólo en cuota mensual).**

INCLUIDO: Solo club: una clase de **ballet** a la semana.

PROCEDIMIENTO DE COBRO

Los cobros se harán siempre a través de domiciliación bancaria de manera **BIMENSUAL**. Las cuotas serán pasadas al cobro en los 5 primeros días de cada mes. Si desean un medio de pago diferente con Alicia.

Importante: En caso de devolución del recibo, los gastos que esto conlleve correrán a cargo del alumno/a (**5€**) y el pago deberá hacerse en efectivo o transferencia bancaria. El alumno/a no podrá seguir asistiendo a las clases hasta que se actualice el pago.

Si un/a gimnasta desea **causar baja** en los entrenamientos, se deberá comunicar con al menos **10 días** de antelación al cobro del siguiente recibo. En caso contrario, el recibo será cobrado y no se devolverá el importe. Únicamente se devolverá el importe de la cuota no disfrutada en caso de lesión presentando el informe médico.

La matrícula no tiene devolución en ningún caso.

Solo para CLUB Y PRECLUB: El precio de la Licencia Federativa obligatoria no está incluido (50€ a abonar en el mes de enero)

GRUPO DE ENTRENAMIENTO

La decisión del grupo de entrenamiento se realiza bajo criterio del equipo técnico, y la permanencia en los niveles superiores dependerá de la evolución del/la gimnasta.

CALENDARIO

Los entrenamientos comienzan en septiembre y finalizan en junio. Las clases de gimnasia rítmica seguirán el *calendario escolar de la Comunidad de Madrid*, salvo excepciones que se comunicarán con antelación, así como los entrenamientos extras (preclub y club)

ASISTENCIA

Controlamos la asistencia en cada entrenamiento, se debe asistir salvo causa justificada a los entrenamientos, competiciones, controles y/o exhibiciones. En los grupos de CLUB Y PRECLUB debéis comunicar previamente cualquier incidencia de asistencia por los grupos de What's App.

PUNTUALIDAD

Los entrenamientos comienzan siempre puntualmente. Por ello hay que estar preparado para empezar a la hora y es recomendable llegar 10-15 minutos antes para estar correctamente equipado/a.

ACCESO A FAMILIARES

Para el buen desarrollo de los entrenamientos, no se permite la asistencia de padres, madres ni familiares a los mismos. Debido a la situación causada por el COVID-19, los familiares deben esperar en el exterior de la instalación deportiva.

Horario de atención a familias: miércoles de 18:00 a 20:00 en el CDM Las Cruces (puerta del Tercio 3). Todas las cuestiones relacionadas con información, pagos, encargos, inscripciones, etc. se deben hacer en este horario.

MATERIALES NECESARIOS

GRUPO ESCUELA:

Entrenamientos:

- Pelo correctamente recogido.
- Punteras de colore carne.
- Mallas y camiseta del club u otra (corto o largo según temporada).
- Aparato de gimnasia rítmica solicitado si procede (según edades). Se informará cuando se necesite.
- Mascarilla.
- Toalla grande para colocar sobre el tapiz (que quepa enter@ tumbad@)
- Botella de agua.
- Bolsa grande o mochila para guardar ropa de cambio.

Exhibiciones/competiciones: serán encargados por el club y abonados por cada gimnasta de forma particular. También pueden entrenar con este maillot u otro de entrenamiento.

Si estáis interesados en adquirir más indumentaria o material con el logotipo del club, lo podréis hacer rellenando una hoja de pedido que se entregará en septiembre/octubre y enero.

GRUPO PRECLUB Y CLUB:

Entrenamientos:

- Pelo correctamente recogido en un moño bien fijado con horquillas, laca o gomina.
- Punteras color carne.
- VERANO: Mallas ajustadas cortas de color negro y camiseta del club. Pueden utilizar otra camiseta de tirantes o top negro o naranja.
- INVIERNO: Leggings o mallas de color negro. Si tuvieran frío en tirantes, la camiseta del club de manga larga u otra negra ajustada, o un maillot negro de manga larga. No se puede entrenar con la chaqueta del chándal.
- Banda elástica de látex (intensidad media).
- Banda elástica con agujeros de color azul del Decathlon **(SOLO CLUB)**

- Pesas tobilleras, a partir de categoría infantil (infantiles 0.5 kg y cadetes en adelante 1 kg)
- Cuerda (hasta la altura de las axilas, pisando con los dos pies en el medio).
- Mascarilla.
- Toalla grande para colocar sobre el tapiz.
- Toalla pequeña para secar el sudor.
- Botella de agua.
- Bolsa grande o mochila para guardar la ropa de calle.
- Chanclas de pie entero (no dedo): para subir y bajar a las salas e ir al servicio.

Competiciones:

- Equipación de competición: mallas negras del club, chaqueta naranja con logo y nombre, camiseta de tirantes con logo negra (invierno) y naranja (verano).
- Maillot de competición y porta maillot con logotipo del club.
- Punteras de competición.
- Mochila del club (opcional).

*Tanto el maillot, los aparatos, así como toda la equipación con el logotipo del club serán encargados por el club, correspondiendo el pago del mismo a cada alumna/o.

*Si encontrásemos patrocinador (pendiente de confirmación) parte de la equipación se entregará de manera gratuita a las/los gimnastas de preclub y club.

*El material de entrenamiento (pesas, cuerda, bandas, etc.) podéis adquirirlo por vuestra cuenta o hacer un pedido al club. Deben transportarlos diariamente, no se pueden dejar en la instalación.

CONTACTO

Dirección de correo electrónico: cdelascruces@gmail.com

Teléfono: Alicia Humanes Domínguez: 669096632