



TEMPORADA 2017-2018

NORMAS PARA LOS JUGADORES

Para la buena marcha de toda la temporada en un equipo de fútbol, es necesario llevar a cabo unas normas internas básicas, que todo futuro jugador de fútbol debe de saber asumir.

ENTRENAMIENTOS

- 1) Iniciar los entrenamientos a la hora que el entrenador haya designado.
- 2) Todo jugador que por los motivos que fueren no llegase a su hora, este lo deberá justificar a su entrenador.
- 3) Todo jugador que no acuda al entrenamiento correspondiente, lo notificara a su entrenador a poder ser con antelación.
- 4) Al entrenamiento acudirán todos los jugadores incluidos los lesionados.
- 5) Al entrenamiento, los jugadores acudirán con su correspondiente equipación y fundamentalmente con **botas, playeras, sudadera y chubasquero**.
- 6) Todo jugador que pudiera necesitar cualquier cosa del botiquín, deberá de pedírselo al correspondiente Delegado de su equipo.
- 7) Los jugadores deberán ser respetuosos con el material deportivo. Esta norma será extensiva también a las instalaciones deportivas tanto de Parque Rivas y Los Llanos, así como las de los campos donde se acuda a jugar. No escupir en los vestuarios.
- 8) Ningún jugador entrara en el campo de fútbol sin autorización de su propio entrenador y menos con el balón, excepto para desarrollar un trabajo hablado con antelación.
- 9) Todo aquel jugador que acostumbre a llevar pendientes, pulseras, anillos, etc. Deberá dejar dichos objetos en el vestuario, como marca la norma federativa.
- 10) Queda terminantemente prohibido pasar por el campo tanto al acudir al entrenamiento, como también al finalizar el mismo. Esta norma se aplicara también el día de los partidos.
- 11) **Una vez que estemos en el vestuario, queda prohibido el uso de los teléfonos móviles.**

DIA DEL PARTIDO

- 1) Día de mucha severidad. **MAXIMA PUNTUALIDAD.**
- 2) **Una vez que estemos en el vestuario, queda prohibido el uso de los teléfonos móviles.**
- 3) No olvidarse ninguna prenda deportiva.
- 4) **Es fundamental acudir con espinilleras y sudadera y chubasquero.**
- 5) Evitar tarjetas tontas, tanto **amarillas** como **rojas**, sobre todo por protestar.
- 6) Los calentamientos antes del partido, lo efectuaran **todos** los jugadores convocados. (siempre atendiendo el criterio del entrenador)
- 7) Una vez finalizado el partido, todos los jugadores que han finalizado, realizaran ejercicios de estiramiento un mínimo de 8 minutos.(siempre atendiendo el criterio del entrenador)
- 8) En el descanso de los partidos, todos los componentes del equipo deberán entrar en el vestuario, para atender las indicaciones del entrenador, a no ser que este mande otra cosa, como por ejemplo calentar en el campo.
- 9) Queda terminantemente prohibido, que todo jugador que este convocado y este en el banquillo salga fuera de este o atienda a alguien fuera de este.
- 10) En el banquillo solo estarán los que estén inscritos por el árbitro en el acta del partido.
- 11) **Importante:** La noche anterior al partido, se recomienda estar en casa a una hora prudencial. **De no ser así habrá una sanción ejemplar.**
- 12) Una vez expuestas estas normas, si no fuesen cumplidas y se diese el caso que debieran de tener sanción, estas serán puestas por su entrenador, excepto aquellas que sean reiterativas y graves en cuyo caso nos veríamos obligados tanto la Junta Directiva como el Coordinador a sancionarlas.
- 13) **ESPERAMOS QUE ENTENDAIS QUE ESTAS NORMAS SON POR EL BIEN DEL FUTBOLISTA, ANIMAROS A QUE HAGAI UNA BUENA TEMPORADA.**

El Coordinador