



# HÁZIREND

Csapatunk mindennapos tevékenységének, működésének alap feltétele a fegyelem, önfegyelem, rend, rendszer, rendszeresség, valamint a belülről kialakított szabályok szerinti klubélet. Ennek ismeretében felnőtt csapataink minden játékosára, tagjára az alábbi szabályok érvényesek:

## Edzésen és mérkőzésen való megjelenésre vonatkozó szabályok

- A nagypályás csapatok játékosai minden edzésre 30 perccel az edzés kezdési időpontja előtt érkeznek, hogy az edzés kezdés időpontjában a megfelelő öltözetben, felszerelésben és mentális állapotban vehessenek részt az edzői eligazításon és a foglalkozáson
- Minden játékos úgy rendezzi napirendjét, hogy optimális étkezési és pihentségi állapotban, motiváltan érkezzen a foglalkozásra.
- Késés esetén, köteles azt jeleznie a csapat edzője felé, legkésőbb 2 órával a foglalkozás kezdési időpontját megelőzően.
- Amennyiben munkahelyi elfoglaltságok miatt nem tud részt venni egy foglalkozáson, köteles azt jelezni a csapat edzője felé, legkésőbb az edzést megelőző napon.
- Amennyiben betegség vagy egészségügyi okok miatt nem tud részt venni egy foglalkozáson, köteles azt jelezni a csapat edzője felé legkésőbb 2 órával a foglalkozás kezdési időpontját megelőzően.
- Az igazolatlan vagy előre nem jelzett hiányzás súlyos fegyelmi vétségnek minősül és fegyelmi szankcióval jár.
- Edzés előtt a sérült játékosok edzőjüknek jelzik sérülésüket, sérülésük aktuális állapotát, kezeléseik eredményeit, egyéb problémáikat.
- Amennyiben nem kezelésen vagy rehabilitációs programon vannak, sérülten is részt vesznek az edzés előtti edzői eligazításon.
- A hazai bajnoki mérkőzéseken a csapat játékoskeretének valamennyi tagja – sérültek, eltiltottak, keretből kimaradtak – részt vesz, jelen van.
- A játékosok minden mérkőzésre 90 perccel a mérkőzés kezdési időpontja előtt érkeznek, a mérkőzésen való részvételhez szükséges felszerelésekkel. Kivétel ez alól, ha a csapat edzője más érkezési időpontot jelöl meg.

## Öltözői rendre vonatkozó szabályok

- Mindenki köteles az öltözői rendre és a tisztaságra ügyelni, a klub létesítményeinek állagát megőrizni.
- Az öltözőkben az utolsó ember távozása után nem maradhat égve a villany, főlegesen nem folyhat a víz és fűtési időszakban, nem maradhat nyitva ajtó, ablak. Ilyen jellegű mulasztás esetén az öltözőt használó teljes csapatot érinti a fegyelmi szankció.
- Az öltözőkben az utolsó ember távozása után nem maradhatnak üres, eldobált palackok, ragasztó szalag vagy bármely más eldobált szemét, hulladék. Ilyen jellegű mulasztás esetén az öltözőt használó teljes csapatot érinti a fegyelmi szankció.
- Esős, sáros időjárás esetén a futballcipőkre ragadt koszt, sarat az öltözőn és zuhanyzón kívüli területen kell eltávolítani.
- Aki szándékosan rongál, vagy fegyelmezetlen viselkedésével kárt okoz, a károkozás teljes költségéért felelősségre vonható.
- Az öltözőben a mobiltelefonok használata az edzői eligazítás megkezdését követően tilos.
- Mobiltelefonon híváskezdeményezés vagy hívás fogadása minden esetben tilos! Az edzői eligazítás megkezdését megelőzően ilyen esetekben kötelező elhagyni az öltözőt!
- Az öltözőben dohányozni tilos! A játékosoknak a sportlétesítmény teljes területén dohányozni tilos!



## Általános viselkedési normák, szabályok

- A játékosoknak fontos saját maguk, a társak, edzőik és a szurkolók tisztelete, megbecsülése!
- A játékosok betartják az alapvető higiéniai szabályokat, normákat, az edzések előtt, alatt és azokat követően.
- Súlyosan elítélendő magatartás az agresszió, a bántalmazás, mások megalázása, sértegetése, mások egészségének veszélyeztetése.
- A társakat, edzőket sértő, bántó kommunikáció, magatartás súlyos fegyelmi vétségnek minősül, amely fegyelmi szankcióval jár
- Az ellenfelek, valamint a játékvezetők sértegetése, szidalmazása, bántalmazása fegyelmi vétségnek minősül amely fegyelmi szankcióval jár.
- Mindenkor, mindenütt klubjukat képviselik, ez minden megnyilvánulásukban tükröződjön, a pozitív visszajelzésekben érezhetően jelenjen meg emelve ezzel a klub megítélését.