



## REGOLAMENTO PER TESSERATI

Si raccomanda ai tesserati PaviApnea di attenersi al presente regolamento.

1. Rispettare tutte le disposizioni delle Autorità Competenti in materia di contenimento della diffusione del Covid-19
2. Rispettare gli orari e le modalità di svolgimento delle attività
3. Fornirsi di adeguata attrezzatura, utilizzare la propria attrezzatura o quella messa a disposizione dalla Società e riporla in maniera ordinata e in modo da non ostacolare lo svolgimento delle attività
4. Utilizzare materiale tecnico distintivo della Società durante le attività istituzionali (ad esempio cuffia, divisa, etc..). In particolare è obbligatorio per gli atleti indossare durante le competizioni materiale fornito gratuitamente dalla Società, in ogni caso seguire le indicazioni dell'amministrazione a riguardo
5. Rispettare le direttive dell'istruttore/tecnico o del "responsabile di corsia/responsabile di boa" qualora questa figura sia stata eletta dall'istruttore/tecnico
6. Assicurarsi di aver compreso gli esercizi da svolgere durante le attività. Nel caso di dubbi chiedere spiegazioni, in ordine, all'istruttore/tecnico o al "responsabile di corsia/boa" se presente o, se presenti, ad associati più esperti (in possesso di brevetto superiore)
7. Eseguire gli esercizi proposti dall'istruttore/tecnico in accordo con le proprie capacità e condizioni psico-fisiche; non eccedere nell'esecuzione di esercizi e di eventuali performance; non superare le proprie distanze/profondità o tempi massimali di apnea se non accordato preventivamente con l'istruttore/tecnico; ridurre le distanze/profondità e i tempi qualora non in grado di portarli a compimento
8. Segnalare immediatamente all'istruttore/tecnico/responsabile di corsia/boa o ai compagni eventuali difficoltà proprie o di altri associati
9. Svolgere gli esercizi in sistema di coppia e rendersi disponibili a fornire adeguata assistenza ai compagni impegnati nelle attività, nel rispetto delle proprie capacità
10. Non arrivare affaticati e/o disidratati alle attività; idratarsi frequentemente durante lo svolgimento delle attività
11. In piscina non attraversare corsie occupate da altri associati impegnati nell'esecuzione degli esercizi; nel caso questo si rendesse necessario, chiedere il consenso ai tesserati occupanti la/e corsia/e da attraversare e attendere che questi abbiano terminato eventuali esercizi in apnea/nuoto compreso l'adeguato recupero di energie; in qualsiasi caso prestare la massima attenzione in modo da evitare collisioni con gli altri tesserati impegnati nelle attività
12. E' sempre vietato tuffarsi da bordo vasca
13. Nel caso di svolgimento di attività in corsia condivisa con altri tesserati mantenere la destra o accordarsi preventivamente

PaviApnea s.s.d.



Via Razzini, 18 - Pavia – CF/PI 02862240187

Email: [info@paviapnea.academy](mailto:info@paviapnea.academy) - Web: [www.PaviApnea.Academy](http://www.PaviApnea.Academy)



14. Non distrarre gli altri tesserati con comportamenti non attinenti alle attività
15. Lo svolgimento delle attività è consentito esclusivamente ai tesserati in regola col pagamento della quota di tesseramento, delle quote relative alle attività (nei tempi e modi indicati) e in possesso di eventuali requisiti richiesti (ad esempio certificazioni, tesseramenti, certificati medici agonistici, etc..)
16. Lo svolgimento delle attività non è consentito a tesserati morosi o inadempienti
17. Evitare sempre esternazioni polemiche o battibecchi con altri tesserati o persone esterne alla società (presenti o assenti) sia in forma verbale sia in forma scritta (ad esempio su gruppi WhatsApp condivisi)
18. Non pubblicare sui predetti gruppi, o altrove, contenuti discriminatori nei confronti di categorie fragili o minoranze
19. Segnalare tempestivamente all'Amministrazione eventuali comportamenti di altri tesserati ritenuti scorretti o che non ottemperino al presente Regolamento o allo Statuto. La mancata tempestiva segnalazione, se volontaria, sarà valutata come inadempienza del presente Regolamento
20. E' vietato divulgare tabelle di allenamento/programmi attività a non tesserati o a tesserati non iscritti alle relative sessioni di allenamento/attività
21. E' vietato divulgare il "know how" gestionale di PaviApnea ad altri enti commerciali/non commerciali, in particolare che svolgano attività equivalenti, senza il preventivo esplicito consenso dell'Amministrazione di PaviApnea
22. In caso di accordi relativi a sponsorizzazioni gli associati hanno l'obbligo di integrare/modificare/eliminare loghi o altro sui capi ricevuti gratuitamente o comprati, a costo agevolato o a costo pieno, come da indicazioni dell'Amministrazione. PaviApnea indicherà il luogo dove effettuare le modifiche e i tempi entro cui svolgerle e si farà carico delle relative spese
23. E' consentito proporre ad altri tesserati attività/prodotti/servizi attinenti/non attinenti alle attività associative, organizzate da singoli o da altri gruppi/enti, esclusivamente previa richiesta ed esplicito consenso dell'Amministrazione di PaviApnea.
24. A tutela della privacy degli altri tesserati, è vietato condividere conversazioni (in qualsiasi forma) su social media o altri canali di comunicazione
25. E' vietato effettuare registrazioni (audio/video) di lezioni o allenamenti se non su esplicito consenso dell'Amministrazione, dei docenti/istruttori/tecnici e/o degli altri presenti
26. E' vietato toccare l'attrezzatura degli istruttori/tecnici o degli altri tesserati se non previa esplicita autorizzazione
27. A tutela della privacy dei tesserati, è vietato utilizzare dati sensibili a beneficio di terze parti con finalità o scopi esterni alla Società
28. Il fatto di incorrere in una Samba (mioclonia) al termine di un'apnea determina l'interruzione immediata dalla sessione per l'apneista interessato.
29. Il fatto di incorrere in un Blackout (perdita di coscienza) durante o al termine di un'apnea può determinare la sospensione fino a 1 anno dell'apneista interessato dalle attività in acqua della Società. Il reiterarsi di questo accadimento può comportare motivo di espulsione dalla Società.

PaviApnea s.s.d.



Via Razzini, 18 - Pavia – CF/PI 02862240187

Email: [info@paviapnea.academy](mailto:info@paviapnea.academy) - Web: [www.PaviApnea.Academy](http://www.PaviApnea.Academy)

