



## SETTORE MINIBASKET – REGOLAMENTO

- Nel **borsone** ricordarsi di avere sempre **una borraccia o bottiglia (non di vetro) d'acqua** a disposizione durante l'allenamento: non si va in bagno a bere. L'acqua è l'ideale per dissetarsi, non saranno ammesse altre bevande specie se dolci e appiccicose in caso di caduta nel campo da gioco.
- Per le **partite o manifestazioni** avere sempre con se una **copia della carta d'identità valida** come documento di riconoscimento ufficiale. Gli atleti stessi devono imparare già da ora a portare il proprio documento.
- I genitori possono entrare a vedere **gli ultimi 15 minuti** di allenamento, casi particolari saranno discussi singolarmente con i Dirigenti.
- Fa parte del Minibasket anche imparare a gestire e gestirsi nello spogliatoio, **non saranno ammessi genitori ma solo gli istruttori in aiuto ai più piccoli nei primi tempi**. Solo i dirigenti di gruppo, in caso di necessità stazioneranno nello spogliatoio a controllare **un corretto comportamento degli atleti più grandi nei confronti dei compagni di squadra.**
- I bambini devono essere recuperati all'interno della palestra a fine allenamento, quindi essi attenderanno i propri genitori. **NOI NON PERMETTEREMO AI BAMBINI DI USCIRE DA SOLI DALLA PALESTRA PER RAGGIUNGERE GLI ADULTI IN AUTO.** Chi desidera farlo, avvisi gli istruttori e sarà responsabile del proprio bambino.

Con la presente, il sottoscritto/a.....

in qualità di genitore dell'atleta .....

**CHIEDE**

che il proprio figlio possa uscire autonomamente dalla palestra al termine di allenamenti e partite.

In Fede.

Firma.....



**FELMAC**  
FONDERIA DI ALLUMINIO E LAVORAZIONI MECCANICHE

## **PER GLI ATLETI**

**LA PUNTUALITA'**: la puntualità ad allenamento ed alla partita è importantissima. È un segno di rispetto verso i tuoi compagni e verso i tuoi istruttori, oltre che verso te stesso (in caso di impedimento avverto tempestivamente e se possibile anticipatamente il mio allenatore).

**DIVERTITI**: Quando vieni ad allenarti o a giocare una partita il nostro primo obiettivo è di divertirvi. Vincere è bello, ma ricorda, che comunque vadano le cose, se ti sarai divertito, avrai ottenuto la vittoria più grande. I tuoi istruttori saranno felici di vederti vincente, ma lo saranno di più vederti sorridente!

**LO SPIRITO DI SQUADRA**: se vedi un compagno in difficoltà, aiutalo: se lo vedi triste, cerca di farlo sorridere; se non lo conosci ancora, prova a fartelo amico. Se ci sosteniamo a vicenda, se ci incoraggiamo, se cresciamo insieme con grinta, con impegno, con voglia di divertirvi, diventeremo una squadra affinata che ama il Minibasket e che sorriderà sempre. Una squadra fortissima!

**L'ALLENAMENTO**: è un momento di sfogo, di divertimento, di gioia. Le ore che passi in palestra ti permettono di stare con i tuoi vecchi amici e di conoscerne di nuovi, ma sono anche un'opportunità per crescere e per imparare il gioco-sport del Minibasket.

**LA PARTITA**: la partita è lo specchio dell'allenamento. Se ci alleniamo bene, con impegno e grinta, divertendoci e cercando di migliorare, la partita sarà una grande soddisfazione per te, per i tuoi istruttori e anche per i tuoi genitori. Durante la partita potrai mettere in pratica tutto ciò che hai imparato, potrai mostrare alla tua famiglia quanto stai migliorando, potrai far vedere ai tuoi istruttori che stai crescendo ascoltando i loro consigli. Prima di uscire di casa per le partite, controlla se hai tutto il necessario ( abbigliamento adeguato, divisa di gioco, copri maglia, acqua, documento), rischi di non poter giocare.

**LA PANCHINA**: i giocatori che stanno in panchina durante la partita sono importantissimi per chi gioca. Devono vivere la partita come sul campo, con la stessa grinta e lo stesso entusiasmo, sempre pronti a scattare in campo per rendersi utili e incoraggiare i propri compagni, soprattutto nei momenti di difficoltà.

**I TUOI COMPAGNI**: il compagno che sbaglia non è un tuo nemico, ma un amico che ha bisogno del tuo aiuto per migliorare e per imparare.

**I TUOI ISTRUTTORI**: l'istruttore che ti ripete e ti corregge è un adulto che si interessa a te e lo fa per aiutarti a crescere nella vita e nel gioco MB. Approfittane e utilizza i suoi consigli e le sue correzioni per diventare sempre più forte

Firma atleta .....

---

**Pallacanestro Limena Associazione Dilettantistica**

Via G.Verdi,38- 35010 LIMENA (PD) Tel. 049.8842233 Cell. 342.5258160 c.f. e p.i. 00256840281 cod.FIP 035226  
www.pallacanestrolimena.it – segreteria@pallacanestrolimena.it