



# *"Regolamento interno"*

## SCL

*Dicembre 2019*

## **Indice**

Premessa	3
Capitolo 1 - Barche	4
Capitolo 2 - Vasca	..5
Capitolo 3 - Ergometri	..6
Capitolo 4 - Sala pesi	..7
Capitolo 5 - Hangar e natanti	..8
Capitolo 6 - Sicurezza	..9
Capitolo 7 - Navigazione	10
Capitolo 8 - Bussino	11
Capitolo 9 - Abbigliamento	12
Capitolo 10 - Sede	13
Capitolo 11 - Sala cucina	14
Capitolo 12 - Albergo	15

## **Premessa**

L'articolo 10 dello statuto societario recita:

*"Tutti i soci attivi hanno diritto di frequentare la sede sociale e di usufruire delle imbarcazioni, strutture e impianti sociali rispettando il **"Regolamento interno"** ed eventuali limitazioni stabilite dal Comitato o dalla Commissione tecnica."*

Per facilitare la comprensione e la conoscenza del **"Regolamento interno"** il "Comitato" ha deciso di riunire tutte le disposizioni in un unico documento.

È interesse della società e di tutti i suoi soci che questo regolamento venga rispettato. "Comitato" e "Commissione tecnica", che hanno la competenza di far applicare il presente regolamento confidano in primo luogo sulla collaborazione dei soci.

Se le circostanze lo giustificassero, non mancherebbero di sanzionare in forma adeguata, i comportamenti non conformi.

# Capitolo 1 - Barche

## Manutenzione barche

- Dopo ogni uscita lavare, chiudere gli scalmi, aprire i tappi e mettere i parasalmi
- Una volta la settimana pulire anche l'interno e le guide
- Riporre sempre remi e barche al proprio posto
- Il trasporto delle barche e dei remi deve essere fatto con la massima cura
- L'entrata e l'uscita dalla zattera devono essere eseguite con la massima cura, facendo attenzione a non urtare le barche
- Segnalare guasti o difetti sull'apposito registro o direttamente al *"responsabile del materiale"*
- Unicamente il *"responsabile del materiale"* si occupa delle riparazioni delle imbarcazioni
- Il *"responsabile del materiale"* in accordo con gli allenatori e/o con un referente per il gruppo A&V, può delegare a questi ultimi le riparazioni delle barche; nessun altro socio può di sua iniziativa effettuare riparazioni sulle barche
- Al ritorno dalle competizioni le barche non vanno lasciate chiuse nei teloni di copertura, soprattutto se bagnate

## Utilizzo barche

- Lezioni di canottaggio fatte da soci a beneficio di altri devono essere preliminarmente autorizzate dal responsabile della Commissione Tecnica.
- Prima di uscire il capovoga o un membro dell'equipaggio deve registrare nell'apposito registro uscite l'equipaggio l'orario di uscita e la destinazione.
- Al termine dell'uscita il capovoga o un membro dell'equipaggio registra l'orario di rientro, i km percorsi e note eventuali (danni, difetti, ecc.)
- Le prescrizioni di cui sopra servono per la sicurezza e per la statistica uso barche, quindi non sono ammesse eccezioni.
- Sono definiti agonisti i soci che partecipano alle competizioni, tecnicamente formati e con un programma di allenamento regolare e intenso.
- Di principio l'ordine di priorità nell'utilizzo delle barche é: agonisti categoria juniores e seniores, agonisti categoria master, non agonisti.
- Il gruppo Amatori e Veterani (A&V), negli orari delle uscite programmate (esposte in bacheca), ha la priorità rispetto agli altri per l'uso delle barche a loro dedicate (bollino verde e eventualmente giallo); sono ammesse eccezioni, ma vanno concordate preventivamente con il responsabile A&V.
- Gli allenatori e la Commissione Tecnica stabiliscono gli orari d'uscita degli allenamenti in barca della squadra competizione Juniores e Seniores; gli orari vanno rispettati e ripetuti ritardi possono portare a sanzioni disciplinari. Gli orari di massima degli allenamenti sono esposti in bacheca.
- Le barche con un **"Bollino Rosso"** sono a uso esclusivo della squadra competizione con priorità a juniores e seniores, in subordine ai master che devono coordinarsi con gli allenatori del gruppo giovanile - **Uso "SQUADRA COMPETIZIONE"**
- Le barche con un **"Bollino Giallo"** se non sono usate dalla squadra competizione, possono essere utilizzate da rematori *"esperti"* - **Uso "MISTO"**
- Barche con un **"Bollino Verde"**: barche "strette" solo per rematori *"esperti"*, le altre per tutti gli amatori e veterani - **Uso "AMATORI e VETERANI"**

## Capitolo 2 - Vasca

La priorità nell'utilizzo della vasca d'allenamento è data:

- Alla Squadra competizione
- Ai partecipanti a corsi organizzati dal gruppo "A+V"
- Ai partecipanti a corsi organizzati dalla CT o dal Comitato

Dopo ogni utilizzo:

- Riporre i remi sugli appositi supporti.
- Pulire guide e carrelli
- Spegnere le luci e chiudere le finestre della sala se si è gli ultimi a uscire
- In caso di danni o malfunzionamenti delle attrezzature avvisare immediatamente l'allenatore, il responsabile o il *"responsabile del materiale"*

In caso di interruzione nella fruizione, ad esempio per lavori di manutenzione, il responsabile preavvisa i soci e informa sui tempi di ripristino.

## Capitolo 3 - Ergometri

La priorità nell'utilizzo degli ergometri è data:

- Alla Squadra competizione, priorità a juniores e seniores, subordinate master.
- Ai partecipanti a corsi organizzati dal gruppo "A+V"
- Ai partecipanti a corsi organizzati dalla CT o dal Comitato

Dopo ogni utilizzo:

- Lasciare l'impugnatura completamente libera (vedi foto)



- Pulire guida e carrello
- Spegner le luci e chiudere le finestre della sala se si è gli ultimi a uscire
- In caso di danni o malfunzionamenti delle attrezzature avvisare immediatamente l'allenatore, il responsabile o il *"responsabile del materiale"*

In caso di interruzione nella fruizione degli ergometri, il responsabile preavvisa i soci e informa sui tempi di ripristino.

## **Capitolo 4 - Sala pesi**

La priorità nell'utilizzo della sala pesi è data:

- Alla Squadra competizione

### **Igiene**

- È proibito mangiare in sala pesi; l'uso di borracce per idratarsi durante l'allenamento è consentito
- È obbligatorio l'utilizzo di un asciugamano personale pulito sia per gli esercizi agli attrezzi che per il corpo libero
- All'interno della sala pesi evitare l'utilizzo di scarpe usate all'esterno e comunque sporche
- Non salire con le scarpe sui tappeti adibiti agli esercizi

### **Macchine**

- Alle fine di ogni esercizio, onde evitare inutili sollecitazioni alla catena, scaricare la macchina riportando i pesi in posizione iniziale di riposo

### **Ordine**

- Alle fine di ogni allenamento riporre i pesi liberi e i bilancieri al loro posto
- Scaricare/liberare le varie attrezzature
- Rimettere al loro posto iniziale le varie attrezzature utilizzate
- Spegnere le luci e chiudere le finestre della sala se si è gli ultimi a uscire
- In caso di danni o malfunzionamenti delle attrezzature avvisare immediatamente l'allenatore, il responsabile o il "*responsabile del materiale*"

In caso di interruzione nella fruizione della sala pesi, il responsabile preavvisa i soci e informa sui tempi di ripristino.

## **Capitolo 5 - Hangar e natanti**

La gestione della infrastruttura societaria "HANGAR" e dei "natanti" è gestita dal "responsabile materiale"

### **Ordine "Hangar"**

- Il materiale va sempre riposto negli appositi armadi dopo ogni utilizzo
- In caso di utilizzo di attrezzi di lavoro, quali chiavi, cacciaviti, brugole, etc. riporle nella cassa attrezzi dopo il loro utilizzo
- Rimettere al loro posto iniziale le varie attrezzature utilizzate
- Ripulire il bancone di lavoro dopo ogni utilizzo
- Il bancone di lavoro deve rimanere libero
- Appendere nell'armadio i giubbotti di salvataggio dopo l'uso, in modo tale che si possano asciugare
- Al ritorno di ogni competizione i teloni di copertura delle barche devono essere: ripiegati, messi negli appositi sacchi e riposto al loro posto negli scaffali. Se i teloni sono bagnati, stenderli e non appena asciutti vanno ripiegati e rimessi al loro posto.
- Spegnere le luci, chiudere i portoni dell'"HANGAR" con la sicura e chiudere la porta d'accesso, se si è gli ultimi a uscire
- Sotto la tettoia esterna vanno riposte unicamente le barche a cui è stato dato il permesso; La tettoia esterna non è un deposito.
- In caso di danni o malfunzionamenti delle attrezzature avvisare immediatamente il "responsabile del materiale"

### **"Natanti"**

- L'utilizzo dei natanti di supporto (catamarano, gommone, barca in metallo, ...) è permesso unicamente agli allenatori e ai membri degli organi direttivi societari: Comitato e Commissione Tecnica
- Chi desidera utilizzare i natanti deve far richiesta o alla Commissione tecnica o al Comitato. Qualora un socio non rispettasse tale regola potrebbe essere sospeso dall'attività societario o definitivamente allontanato.
- Chi usa i natanti deve sottostare alle regole della navigazione (ad esempio la patente nautica per guidare il catamarano).
- I natanti devono essere mantenuti puliti e funzionanti
- Il serbatoio della benzina deve essere sempre tolto e riposto all'interno dell'"Hangar"
- Durante il periodo estivo, a fine stagione agonistica, i "gommoni" devono essere tolti dall'acqua e riposti sotto la tettoia
- In caso di danni o malfunzionamenti dei "natanti" avvisare immediatamente il "responsabile del materiale"
- I natanti vanno coperti e protetti dalle intemperie e dal sole per evitarne il logorio. Particolare attenzione va data alle parti più sensibili (vetri/plexiglas, sede del motore, ...)

## **Capitolo 6 - Sicurezza**

### **Equipaggi Junior**

Le direttive in materia di sicurezza dettate da "G&S" (Gioventù e Sport), dalla Federazione nazionale e dalla Federazione internazionale recitano:

- Gli equipaggi junior non escono in barca se non accompagnati da un natante di supporto
- Gli equipaggi junior devono essere ad una distanza max. di 800 m dal natante di supporto
- Se un allenatore segue più equipaggi junior, questi ultimi devono restare in gruppo (max. 800 m)
- Durante il periodo novembre-marzo gli "skiff" e i "due senza" devono indossare il giubbotto di salvataggio.
- Un allenatore non può seguire più di 12 rematori alla volta.

### **Vento e temporale**

- In caso di vento e/o temporale, o previsione di cattivo tempo da parte del servizio meteorologico, è vietato uscire sul lago con le imbarcazioni societarie
- Il segnale per il bacino di Locarno si trova al porto di Tenero. Se acceso e lampeggia con una frequenza di:
  - 45 intervalli per minuto: avviso di un vento forte che potrebbe arrivare nell'immediato futuro, rientrare immediatamente all'hangar costeggiando la riva se ci si trova sul lago, non uscire in barca se si è all'hangar
  - 90 intervalli per minuto: avviso di tempesta che arriverà entro brevissimo tempo; se ci si trova sul lago portarsi subito a riva e mettersi al sicuro, non uscire in barca se si è all'hangar

### **Giubbotti di salvataggio e cellulare**

- Se si oltrepassa la distanza di 150 metri da riva senza essere accompagnati da un natante di supporto, così come durante l'attraversamento del lago sulle tratte delta della "Maggia-Alabardia" e "Brissago-Pino", è obbligatorio avere a bordo dell'imbarcazione un giubbotto di salvataggio o un aiuto al galleggiamento per ogni rematore.
- Per il gruppo A&V è d'obbligo indossare il giubbotto dal 1.10 al 30.4 in assenza di un'imbarcazione di appoggio.

### **Uscite in "Skiff"**

- Nel periodo invernale, di regola dal 1.10 al 30.4, in assenza di un'imbarcazione di appoggio, può uscire in "skiff", "doppio" e "due senza", unicamente una persona con provata esperienza.

### **Regole di navigazione**

- Per ragioni di sicurezza ogni imbarcazione deve attenersi alle regole di navigazione descritte nel capitolo 7 del presente "Regolamento interno".

# Capitolo 7 - Navigazione

## Riferimento

- Le barche di canottaggio devono allontanarsi dai battelli in servizio regolare (NLM), dai natanti trasporto merci, dai pescatori professionisti (riconoscibili dal pallone GIALLO) e dalle barche a vela, se navigano a vela. La distanza minima da mantenere dalle suddette imbarcazioni è di almeno 50 metri di lato, 150 metri a poppa.
- Le barche di canottaggio hanno la precedenza sugli altri natanti a motore, compresi i pescatori dilettanti (riconoscibili dal pallone BIANCO) e le barche a vela che navigano a motore, sulle tavole a vela e i kite-surf. Resta doveroso prestare sempre attenzione agli altri naviganti, con particolare riguardo e comprensione verso i pescatori che usano la sciabica, cosiddetto cane, che ha un grande ingombro e difficoltà di manovra.
- In caso di incrocio con altre barche a remi ha precedenza chi viene da dritta (destra). In caso di dubbio virare a dritta.
- Sommozzatori: le barche di canottaggio devono tenere 50 metri di distanza dai luoghi segnalati con le apposite boe dove operano i sommozzatori.
- Circolazione nei pressi del porto e degli imbarcato: i natanti che escono dal porto hanno la precedenza su chi entra. I natanti che non intendono entrare nel porto non devono navigare in prossimità e nemmeno ostacolare chi entra o esce.
- Navigazione notturna: per barca a remi sono necessari un faro bianco visibile da ogni lato a 2 Km di distanza

## Circolazione sul lago durante le uscite in barca

- Come per la circolazione stradale si **circola a destra rispetto alla direzione di navigazione**

### **Esempio**

Se si naviga verso Mappo si risale stando a 200 metri dalla riva, quando si ritorna verso Locarno si rimane vicino alla riva



- Nei tratti:

- Porto Locarno - Mappo - Magadino - Mappo - Porto Locarno

- Porto Locarno - Foce della Maggia - Porto Locarno

si allena la squadra competizione. Prestare massima attenzione rispettando il senso di circolazione e senza procedere a "zig-zag"

## **Capitolo 8 - Bussino**

### **Autorizzazione all'uso**

- Per l'uso del bussino è sempre necessaria l'autorizzazione e va compilato il giornale di bordo all'inizio e alla fine dell'utilizzo
- Di principio l'uso del bussino è riservato alle attività societarie e al canottaggio. Può essere concesso ai soci a scopo privato
- L' autorizzazione è concessa dal "*Responsabile materiale*" che è nel contempo responsabile per l'applicazione di quanto sotto
- Il "*Responsabile materiale*" può chiedere un parere preventivo al Comitato per l'autorizzazione

### **Autorizzazione all'uso gratuito incluso benzina**

- Partecipazioni della squadra competizione ufficiale a competizioni ufficiali
- Partecipazioni della squadra competizione ufficiale a campi di allenamento in preparazione di competizioni
- Trasporto barche per riparazioni

### **Autorizzazione all'uso con costi carburante a carico dei partecipanti**

- Tutte le attività remiere del settore A&V
- Il bussino è ritirato e riconsegnato pulito e con il serbatoio pieno

### **Autorizzazione all'uso con costi carburante a carico dei soci e contributo per la condivisione dei costi di manutenzione**

- L'uso del bussino per scopi personali del socio, dietro richiesta esplicita e rimborso dei costi fissi calcolato a forfait in Fr.100 al giorno
- L'uso avviene sotto la diretta responsabilità del socio utilizzatore che risponde di danni e infrazioni anche se non per sua colpa
- Il bussino è ritirato e riconsegnato pulito e con il serbatoio pieno

### **Regole generali**

- Il bussino deve sempre essere riconsegnato pulito e con il serbatoio pieno
- Compilare il libretto dei chilometri in tutte le sue parti
- In caso di danni al veicolo o al carrello avvisare immediatamente il "*Responsabile del materiale*"
- Al rientro dalle competizioni o dalle trasferte le barche vanno scaricate il prima possibile
- Se il bussino e il carrello non sono usati per un periodo superiore alle due settimane, questi ultimi devono essere portati al deposito di Minusio

## **Capitolo 9 - Abbigliamento**

La tenuta durante le gare, manifestazioni ufficiali, premiazioni, ecc. deve permettere il riconoscimento dell'appartenenza alla società. È quindi obbligatorio utilizzare capi di vestiario con le insegne sociali.

## **Capitolo 10 – Sede**

- I locali della sede della Società Canottieri Locarno vengono messi a disposizione di coloro che, per eventi particolari o feste, ne faranno richiesta per iscritto o rivolgendosi al "Responsabile della sede" o a uno dei membri di Comitato. Il Comitato decide se accettare o meno la richiesta. È compito del "Responsabile della sede" la consegna delle chiavi e dei locali con i regolamenti, come della riconsegna e dei relativi controlli. In sua assenza può venir delegato un membro di Comitato.
- La tassa di affitto dei locali è di Fr. 200 per i membri della SCL e di Fr. 300 per persone esterne alla società. L'importo è da versare in anticipo.  
Si richiede inoltre un deposito di Fr. 100 che verrà trattenuto quale penale nel caso i locali dovessero subire dei danni. In caso di danneggiamenti i locatari dovranno accollarsi, oltre alla penale, tutte le spese relative ai danni provocati.
- I locali vengono affittati normalmente a gruppi di persone adulte.
- I giovani sotto i 18 anni possono disporre dei locali a condizione che uno di loro sia socio della Società Canottieri Locarno.  
Nel caso il gruppo affittuario sia composto da minorenni, si richiede la presenza, durante la festa o l'evento, di un minimo di due maggiorenni di almeno 20 anni.  
In presenza di minorenni è vietato assolutamente il consumo di bevande alcoliche e di droghe di qualsiasi tipo.
- I locali devono essere riconsegnati in perfetto ordine e pulizia entro le ore 08:00 del giorno successivo. Si procederà ad un sopralluogo con un membro di comitato della SCL per verificare che tutto sia a posto.
- L'accesso e tantomeno l'uso della sala pesi, attigua al locale ricreativo, è severamente proibito. La SCL declina ogni responsabilità per danni materiali o a persone su tutta l'area della SCL
- Su tutta l'area della sede, terrazza compresa, è proibito fumare
- I cani sono ammessi nella parte inferiore ma solo al guinzaglio; mentre sono invece proibiti nella saletta, nella palestra pesi e nel dormitorio.
- Il prato è riservato al parcheggio del bussino e dei carrelli; i soci e i collaboratori non sono autorizzati parcheggiare le loro auto private; in casi eccezionali e motivati può essere chiesto un permesso preventivo al responsabile hangar; in ogni caso deve essere sempre garantito un accesso agevole alle barche sotto la tettoia

## **Capitolo 11 - Sala "cucina"**

La sala "cucina" è a disposizione dei soci attivi per riunioni o feste private.

Per il suo utilizzo occorre annunciarsi almeno due settimane prima al responsabile della sede.

È prevista una tassa d'uso.

### **Ordine**

- Dopo ogni utilizzo la sala "cucina" deve essere lasciata ordinata e pulita.
- In sala "cucina" e terrazza compresa, è proibito fumare.
- Spegnere le luci e chiudere le finestre della sala "cucina" se si è gli ultimi a uscire
- in caso di danni o malfunzionamenti delle attrezzature avvisare immediatamente il *"responsabile del materiale"* o il *"responsabile della sede"*

## Capitolo 12 - Albergo

La SCL mette a disposizione il proprio dormitorio ad ospiti esterni.

Per una buona convivenza tra i soci e gli ospiti, a questi ultimi é consegnato un documento con alcune regole da dover seguire.

Ecco le regole:

- l'ospite riceve un *badge* che dà accesso alla porta principale della sede (1° piano) e alla porta al piano terreno, una chiave per il locale dormitorio, come pure una chiave per l'armadietto cucina riservato agli ospiti. Queste chiavi devono essere riconsegnate alla fine del soggiorno. Le porte principali devono essere sempre chiuse a chiave. La responsabilità per la chiusura del dormitorio è unicamente degli ospiti. La Società declina ogni responsabilità in caso di furto.
- I locali comuni, doccia e spogliatoi vengono utilizzati tutti i giorni anche dai membri della SCL. Gli ospiti sono invitati a lasciare i loro effetti personali negli spazi preposti (nel dormitorio oppure nell'armadio in cucina/sala comune). In caso di bisogno è a disposizione uno stenditoio (da montare). Va mantenuto l'ordine e la pulizia nelle docce, spogliatoi e gabinetti, come nella sala, cucina e terrazza. A disposizione c'è un aspirapolvere e materiale di pulizia. Alla partenza gli ospiti sono pregati di pulire, riordinare tutto e di non lasciare nessun genere alimentare nell'armadio e nel frigorifero.
- Il dormitorio è a completa disposizione, a condizione che I materassini, la biancheria, i cuscini e le coperte non vengano spostati altrove.
- La sala pesi così come la vasca, gli ergometri e le barche, salvo previo accordo, sono riservati unicamente per i membri della SCL e non possono essere utilizzati dagli ospiti.
- I rifiuti vanno gettati nei contenitori esterni, negli appositi sacchi di plastica messi a disposizione.
- Nei locali SCL è proibito fumare. Non sono ammessi cani.
- I tavoli e le sedie che si trovano all'interno non possono essere spostati all'esterno. Per la terrazza ci sono tavoli e panche a disposizione all'esterno.
- Avvenimenti straordinari ed eventuali danni riscontrati nella sede o nei locali utilizzati, sono da comunicare subito al "*responsabile dell'albergo*"