



SATHYA ANANDA YOGA

REGOLE COMPORTAMENTO e NOTE MEDICO SPORTIVE

ENTE AUTONOMO DI PROPAGANDA E PROMOZIONE SPORTIVA DELLO YOGA, CULTURALE RICREATIVA, TURISTICA, TEMPO LIBERO, CON FINALITA' ASSISTENZIALE E CON COMPITI DI FORMAZIONE PROFESSIONALE E DI TUTELA PREVIDENZIALE

ENTE SENZA SCOPO DI LUCRO

Presidente.....BOSCO VINCENZO.....
VicePresidente.....MOLINARO FERNANDO.....
Segretario.....NAVA PATRIZIA.....

**1. OGNI SOCIO È TENUTO AL RISPETTO DEI SEGUENTI ART.1, ART.2 , ART.4 E ART.5
DELLO STATUTO E ATTO COSTITUTIVO DI ASSOCIAZIONE YOGA SPORTIVA
DILETTANTISTICA**

ART.1 - Costituzione-Sede-Durata

E' costituita l'Associazione sportiva dilettantistica ,senza finalita' di lucro, denominata:
".....SATHYA ANANDA YOGA.....Associazione Sportiva Dilettantistica"
L'Associazione ha sede legale in...22070 BULGAROGRASSO (CO)
Via...MONTALE.....n°...2B.....
La durata dell'Associazione e' a tempo indeterminato

ART.2 –Natura e Scopi

L'Associazione si affilia al Centro Sportivo Educativo Nazionale –Ente di Promozione Sportiva riconosciuta dal Coni-accettando incondizionatamente di conformarsi alle norme ed alle direttive del Coni ed a tutte le disposizioni del medesimo Ente di Promozione .
L'Associazione ha per scopo quello di favorire lo sviluppo delle attivita' sportive dilettantistiche fornendo adeguata assistenza ai propri associati e/o tesserati della Organizzazione Nazionale di appartenenza : cio' si realizza attraverso la promozione , la diffusione e l'esercizio di attivita' sportive dilettantistiche e filosofiche di yoga e nei vari settori e comprende l'attivita' didattica per l'avvio ,l'aggiornamento e il perfezionamento nelle attivita' sportive nonche' la gestione degli impianti e delle attrezzature.

ART.4- Soci diritti /doveri

Le categorie dei soci sono le seguenti: a) Soci Fondatori: sono coloro che hanno promosso la fondazione dell'associazione e firmato l'Atto Costitutivo; i diritti doveri dei soci fondatori sono uguali a quelli degli ordinari; b) Soci Ordinari: sono coloro che fanno domanda di ammissione

al Presidente o al Vice Presidente i quali possono deliberare in merito e portare poi la decisione a ratifica del Consiglio Direttivo. Possono essere ammessi a far parte dell'Associazione tutti i cittadini che ne facciano richiesta, dichiarando di condividere gli scopi sociali; per i minori e' necessario l'assenso di un genitore. L'ammissione puo' essere rifiutata solo per gravi motivi che comunque non devono essere verbalizzati ne' comunicati. La qualifica di socio, con i connessi diritti e doveri, si acquisisce con la delibera presidenziale, la relativa iscrizione a libro e consegna della tessera. Qualora la stessa non venisse ratificata dal Consiglio saranno fatti salvi, per il periodo d'intercorso tra l'ammissione da parte del Presidente o Vice Presidente e la mancata ratifica, i diritti connessi all'acquisizione della qualifica di socio ed in particolare il diritto di voto nelle assemblee. L'iscrizione ha validita' dodici mesi dalla data di ammissione e si rinnova automaticamente col versamento della quota associativa. Non sono ammessi soci temporanei. La quota sociale e' intrasmissibile e non e' rivalutabile. L'adesione all'Associazione comporta:

- a) piena accettazione dello Statuto Sociale, delle sue finalita' e degli eventuali regolamenti;
- b) la facolta' di utilizzare la sede sociale e le sue infrastrutture facendone un uso corretto
- c) il pagamento della tessera, delle quote associative e dei contributi;
- d) mantenere rapporti di rispetto con gli altri soci e gli organi dell'associazione

Il socio puo' recedere dall'Associazione senza diritto ad alcun compenso, rimborso o indennita', dandone comunicazione scritta al Consiglio Direttivo. La perdita della qualifica di socio puo' avvenire per: a) morosita'; b) non ottemperanza alle disposizioni statutarie e regolamentari;

- c) quando in qualunque modo si arrecano danni morali o materiali all'Associazione;
- d) per comportamento scorretto. Le espulsioni saranno decise dal Consiglio Direttivo senza obbligo di preavviso ed a effetto immediato. E' ammesso il ricorso all'Assemblea, in tal caso il provvedimento di espulsione resta sospeso sino alla delibera assembleare.

2

ART.5- Quote Sociali

Gli importi delle quote di iscrizione, delle quote contributive dovute dagli associati, vengono stabiliti dal Consiglio Direttivo il quale ne prevede anche i termini e le modalita' di pagamento.

2. Cenni sulla regolamentazione dei certificati medici :

Sathya Ananda Yoga ASD è associata allo CSEN ente di promozione sportiva riconosciuta dal CONI.

Le sue attività fisiche quindi ricadono sotto la denominazione tecnica : **attività sportiva non agonistica, per la quale il certificato medico è da ritenersi obbligatorio.**

Cenni sulle regole medico sportive

Quali sono le norme che regolamentano l'attività sportiva?

L'attività sportiva agonistica è regolamentata dal Decreto Ministeriale del 18 febbraio 1982, mentre la regolamentazione dell'attività amatoriale ludico-motoria e dell'attività non agonistica è contenuta nel Decreto Ministeriale del 24 aprile 2013 e dall'art. 42-bis della Legge 09/08/2013 n. 98. Inoltre si tiene conto delle Linee Guida emanate del Ministero della Salute con Decreto del 08/08/2014.

Per quanto riguarda le specificità regionali, si tiene conto della Legge Regione Toscana n. 35 del 09/07/2003, che ha sostituito la precedente Legge Regionale n. 94 del 15/12/1994.

Quali sono le tipologie di attività fisica di cui si occupano queste norme?

Sono sostanzialmente tre, in ordine crescente di impegno psico-fisico:

- L'attività ludico-motoria/amatoriale;
- L'attività sportiva non agonistica;
- L'attività sportiva agonistica.

1. Cominciamo proprio dall'attività ludico-motoria/amatoriale. Cos'è, con maggiore esattezza?

Per attività ludico-motoria/amatoriale si intende quella praticata da soggetti non tesserati con le Federazioni sportive nazionali o con gli Enti di promozione sportiva e finalizzata al raggiungimento e al mantenimento del benessere psico-fisico della persona.

L'attività ludico-motoria/amatoriale, quindi, non è finalizzata al raggiungimento di prestazioni sportive di livello e non prevede un aspetto competitivo.

Si può fare qualche esempio di attività ludico-motoria/amatoriale?

Ad esempio fare jogging al parco, fare fitness in palestra, fare danza, andare in piscina o altre attività simili. Anche fare calcetto o giocare a tennis con gli amici è attività ludico-motoria/amatoriale se l'attività viene svolta al di fuori di ogni contesto di gare o competizioni promosse da società sportive.

Se invece queste stesse attività sono praticate da soggetti tesserati con le Federazioni sportive nazionali o con gli Enti di promozione sportiva, allora si ricade nell'attività sportiva vera e propria che può essere di tipo agonistico o non agonistico a seconda dell'impegno psico-fisico richiesto.

Allora, per andare in palestra è necessario o no il certificato medico?

Come detto sopra, se la palestra è affiliata ad una Federazione sportiva nazionale o ad

un Ente di promozione sportiva e il cliente viene tesserato all'atto dell'iscrizione in palestra, allora è necessario produrre il certificato medico di idoneità all'attività sportiva non agonistica. In tal caso la palestra deve rilasciare al cliente un modulo ove richiede il certificato medico esplicitando chiaramente a quale Federazione Sportiva o Ente di promozione sportiva è affiliata.

Se, invece, la palestra non è affiliata a nessuna Federazione sportiva nazionale o a nessun Ente di promozione sportiva, allora il cliente vi svolge soltanto un'attività ludico-motoria e quindi non serve alcun certificato medico.

Vi possono essere palestre affiliate ad una Federazione sportiva nazionale o ad un Ente di promozione sportiva, in cui alcuni clienti vengono tesserati, mentre altri no. In questi casi, solo i clienti tesserati devono presentare il certificato per attività non agonistica, mentre gli altri non devono presentare alcunché.

Ovviamente quanto detto sopra vale non solo per le palestre, ma anche per le piscine e altri impianti sportivi.

Per lo svolgimento dell'attività ludico-motoria/amatoriale è necessaria una valutazione medica con relativa certificazione?

Come detto sopra, non è necessaria alcuna certificazione medica e quindi l'attività ludico-motoria può essere svolta in forma libera.

In ogni caso, pur non essendovi nessun obbligo di certificazione medica, il cittadino può certamente chiedere un consiglio al proprio medico sull'attività che intende intraprendere.

Ma non perché vi sia un obbligo in tal senso, ma solo per una valutazione di opportunità.

In questo caso, a quale medico sarebbe opportuno rivolgersi?

Preferibilmente al medico di famiglia o pediatra che conosce l'assistito e quindi è in grado di valutare il caso con maggiori elementi di giudizio. Ma in linea di principio qualunque medico è in grado di dare questo tipo di consigli.

2. Passiamo all'attività sportiva non agonistica. Cos'è di preciso?

Si considera attività sportiva non agonistica quella svolta dai seguenti soggetti:

- Alunni che svolgono attività sportiva organizzata dalle scuole nell'ambito delle attività parascolastiche in orario extra-curriculare;
- Studenti che partecipano ai Giochi della Gioventù nelle fasi precedenti a quella nazionale;
- Tutti coloro che svolgono attività organizzate dal CONI, da società sportive affiliate alle Federazioni sportive nazionali, **agli enti di promozione sportiva riconosciuti dal CONI,**

che però non siano considerati atleti agonisti.

Per l'attività sportiva non agonistica, come sopra definita, è necessario il certificato medico?

Sì, è obbligatorio il certificato medico, tranne che per alcuni sport per i quali l'impegno fisico è molto ridotto o assente.

Quali sono questi sport con impegno fisico ridotto o assente?

Gli sport di tiro (tiro a segno, tiro a volo, tiro con l'arco, tiro dinamico sportivo), il biliardo sportivo, le bocce (ad eccezione della specialità volo di tiro veloce), il bowling, il bridge, la dama, i giochi e gli sport tradizionali (regolamentati dalla FIGEST), il golf, la pesca sportiva di superficie (ad eccezione della pesca d'altura), gli scacchi, il curling. Inoltre sono comprese nella categoria esonerata dall'obbligo del certificato medico anche le attività con impegno fisico minimo come l'aeromodellismo, le imbarcazioni radiocomandate, l'attività sportiva cinotecnica.

Per tutti gli altri sport, chi può rilasciare il certificato non agonistico?

I medici specialisti in medicina dello sport presso gli ambulatori delle ASL o presso i centri privati autorizzati, i medici di medicina generale e i pediatri di libera scelta convenzionati con il SSN, limitatamente ai propri assistiti e i medici della Federazione medico-sportiva del CONI.

Quali esami clinici sono necessari?

Prima del rilascio del certificato, il medico deve raccogliere l'anamnesi ed eseguire un esame obiettivo con misurazione della pressione.

Inoltre deve acquisire agli atti copia del referto di un elettrocardiogramma a riposo effettuato dal paziente almeno una volta nella vita.

Se il paziente ha più di 60 anni e presenta fattori di rischio cardiovascolare, è necessario prescrivere un elettrocardiogramma basale ogni anno. Anche in questo caso, copia del referto deve essere acquisita agli atti del medico certificatore.

A prescindere dall'età, se il paziente soffre di patologie croniche conclamate che comportano un aumento del rischio cardiovascolare, è necessario prescrivere un elettrocardiogramma basale ogni anno. Anche in questo caso, copia del referto deve essere acquisita agli atti del medico certificatore.

Il medico può in ogni caso prescrivere anche altri accertamenti ed esami, in relazione alle specifiche necessità del paziente, così come può avvalersi, secondo il suo giudizio clinico, della consulenza di un medico sportivo o di un altro collega specialista nella specifica branca.

I certificati per l'attività non agonistica sono a pagamento?

Se rilasciati dai medici sportivi sono a pagamento.

Se rilasciati dai medici di famiglia o dai pediatri di libera scelta convenzionati con il SSN, sono gratuiti ma solo nei seguenti casi: attività sportive parascolastiche, su richiesta del Dirigente Scolastico, e partecipazione ai Giochi della Gioventù nelle fasi precedenti a quella regionale. Ovviamente la gratuità riguarda la visita e la certificazione, non l'eventuale esame strumentale ECG, il cui costo è a carico del cittadino.

Quanto tempo vale il certificato di idoneità per l'attività non agonistica?

Ha validità per 1 anno dalla data del rilascio.

Cosa deve scrivere il medico sul certificato che rilascia?

Deve attestare che, sulla base della visita medica effettuata, nonché del referto del tracciato ECG, il soggetto non presenta controindicazioni in atto alla pratica di attività sportiva non agonistica.

Inoltre il medico deve indicare che il certificato ha validità di 1 anno dalla data del rilascio.

3. COMUNICAZIONE DISFUNZIONI FISICHE

Il socio deve comunicare all'insegnante ogni patologia fisica quali:

- Patologie cardiovascolari (pressione, infarti, ecc..)
- Patologie neurologiche
- Precedenti infortuni sportivi correlati all'esercizio fisico
- Patologie muscolo scheletriche
- altri problemi medici

Letto, approvato e sottoscritto in...BULGAROGRASSO.....il: 28/06/2016.....

Firme:

Presidente:.....BOSCO VINCENZO.....

VicePresidente:.....MOLINARO FERNANDO.....

Segretario:.....PATRIZIA NAVA.....