



## **Reglamento Entrenamiento de Pre Selección – Kumite**

### **01 - Compromiso y Responsabilidad. Inasistencias.**

La citación a la Pre selección no avala ni asegura tener prioridad en la conformación de la Selección Nacional y participar en la actividad internacional.

La asistencia a los entrenamientos es su compromiso y responsabilidad para el crecimiento propio y grupal. En caso de inasistencia se debe dar aviso previo con explicación de motivos de dicha inasistencia.

No será admitida la inasistencia en forma injustificada. En caso de 2 inasistencias justificadas durante el mismo mes quedara a consideración del Cuerpo Técnico y de la CUK la determinación respecto a si el atleta puede continuar con los entrenamientos y seguir formando parte de la Pre Selección.

La inasistencia injustificada a 2 entrenamientos consecutivos o 3 entrenamientos dentro del mismo mes del atleta generara la expulsión automática de la pre selección.

### **02 - Horarios.**

Se deben cumplir los horarios de citación con puntualidad, tanto de los entrenamientos como de cualquier otra actividad de la Selección. Debiendo el atleta respetar en todo momento los horarios programados de todas las actividades programadas.

### **03 - Modales.**

- a) Se debe tratar de “Sensei” a los entrenadores, delegados y árbitros en todo momento.
- b) Mantener una buena conducta y comportamiento dentro y fuera del tatami.
- c) Aceptar con humildad tanto la victoria como la derrota.
- d) Estar atentos y escuchar a todas las indicaciones técnicas, de convivencia y normativas.
- e) Avisar ante cualquier dolencia o malestar propio o ajeno.



#### **04 – Vestimenta.**

- a) Para los entrenamientos será obligatorio el uso de Karate – Gi en forma completa, se admitirá el cinturón del grado del atleta o de los colores de competencia (aka o ao).
- b) Sera obligatorio contar con todas las protecciones reglamentarias.
- c) Tanto el Karate – Gi como las protecciones deben estar en correctas condiciones de higiene.
- d) Es obligatorio tener en los entrenamientos agua y toalla personal.
- e) Para toda participación internacional o actividad indicada, el atleta debe tener el equipo oficial de la Selección Uruguaya de Karate. El costo del equipo oficial será a cargo del atleta.

#### **05 – Responsabilidades.**

La Confederación Uruguaya de Karate no tiene responsabilidad alguna por posibles lesiones que se puedan producir tanto en los entrenamientos o derivada de los mismos o en actividad de Pre Selección o Selección Nacional, debiendo notificar las lesiones pre existente. Siendo su responsabilidad por los costos de recuperación, por los compromisos y costos asumidos por los Atletas. Tanto el campus de Maldonado como el Centro Deportivo Enfoque cuentan con cobertura de asistencia medica la cual solo cubre emergencias suscitadas en los entrenamientos.

Sera responsabilidad de los atletas contar con cobertura médica tanto pública o privada y tener el Certificado de Aptitud Física vigente, en el caso que tengan lesiones se deberá presentar la correspondiente alta médica para poder retomar los entrenamientos.

#### **06 – Cuidado de instalaciones**

Se deberá cuidar en todo momento las instalaciones y materiales de entrenamiento, debiendo notificar a los entrenadores y/o persona encargada de cualquier rotura, desperfecto y/o situación anormal.