

**REGLAMENTO DE RÉGIMEN INTERNO
Y
CÓDIGO DE CONDUCTA
C.D. SAN ANTONIO DE ETXEBARRI**



INDICE

- **PRESENTACIÓN**

REGLAMENTO DE REGIMEN INTERNO

- **TÍTULO I - DISPOSICIONES GENERALES**
- **TÍTULO II – FUNCIONES**
 - **CAPÍTULO 1.- DELEGADO DE EQUIPO**
 - **CAPÍTULO 2.- ENTRENADORES**
 - **CAPÍTULO 3.- JUGADORES**
- **TÍTULO III - INSTALACIONES Y MATERIAL**
- **TÍTULO IV - CONVOCATORIAS Y DESPLAZAMIENTOS**
- **TÍTULO V – FAMILIARES**
- **TÍTULO VI - REGIMEN DISCIPLINARIO**
- **TÍTULO VII - REGIMEN SANCIONADOR**
 - **SANCIONES POR INDISCIPLINA**
 - **SANCIONES POR COMPORTAMIENTO INADECUADO**
 - **SANCIONES POR FALTA DE UNIFORMIDAD**
 - **PAGO DE MULTAS**

CÓDIGO DE CONDUCTA

- **EN LA COMPETICIÓN**
- **ENTRENAMIENTOS**
- **ASISTENCIA**
- **PUNTUALIDAD**
- **EQUIPACION**
- **EN EL VESTUARIO**
- **ESTUDIOS**
- **INSTALACIONES**
- **CAPITANES**
- **PARTIDOS**

PRESENTACIÓN

Estimados jugadores y familiares, en nuestro Club hemos definido un código de conducta a aplicar para todo el personal y actividades en las que participa el CD SAN ANTONIO.

Nos servirá de referente y reflejará una serie de consejos, reflexiones y prohibiciones que tendrán por objeto tener una guía donde todos tengamos como principal instrumento el respeto entre todos. Algunos apartados no serán aplicables a todas las edades y categorías, pero el uso que cada uno debe hacer es el del sentido común y que este código sea una guía de buen comportamiento para todas las categorías.

En el CD SAN ANTONIO, **nuestro principal objetivo es formar a través del deporte**, motivo por el que en todas nuestras actividades exigimos:

- **Esfuerzo**
- **Apoyo mutuo**
- **Ganas de aprender**

TODOS somos UNO.

Tenemos que **aprender a trabajar juntos** (apoyarnos los unos en los otros, sin criticar a nadie), para **formarnos y mejorar como equipo y como personas**, y no solamente en el aspecto futbolístico.

Se juega como se entrena, por lo que debemos dar el 100% en todos los entrenamientos.

En los equipos federados, **esfuérzate día a día para ser titular en tu equipo**; pertenecer a un equipo no te da derecho a jugar. Solo tu trabajo y sacrificio te hará valedor de participar en él.

Ayuda a tus compañeros. Tus ánimos y consejos pueden ser de gran utilidad para ellos. Trabaja tanto para ti como para tu equipo; el rendimiento de tu equipo saldrá beneficiado y tú también. Trata a tus compañeros como te gustaría que te trataran a ti; selecciona las buenas amistades y los buenos consejos.

Todos tenemos el mismo objetivo, por lo que se descartan los objetivos personales.

En el fútbol nos tiene que importar sobre todo **el equipo**, por lo que sólo hay nosotros y todos; nunca yo.

TÍTULO I - DISPOSICIONES GENERALES

Artículo 1.- El presente Reglamento tiene por objeto regular las funciones y deberes del personal del CLUB DEPORTIVO SAN ANTONIO DE ETXEBARRI, en orden a conseguir que las actividades deportivas o de cualquier otro tipo (que organiza o en las que participa), se desarrollen de acuerdo con la integridad y deportividad que el club exige.

Artículo 2.- Quedan sometidas a las disposiciones del presente Reglamento:

1. Junta directiva.
2. Delegados de equipos.
3. Todo el personal técnico del Club.
4. Los jugadores inscritos en el Club desde la formalización de su inscripción hasta su baja.
5. Los padres / madres de los jugadores desde el momento de la inscripción del hijo hasta su baja en el Club, en aquellos aspectos que les sea aplicables.
6. Todas aquellas personas o entidades que por cualquier motivo, y temporalmente, formen parte o representen al Club.

Artículo 3.- Todas las personas enumeradas en el artículo anterior están obligadas a conocer el presente Reglamento. La ignorancia de la normativa del presente Reglamento no exime de su cumplimiento.

Artículo 4.- Como el personal del Club representa al mismo en todas las actividades en las que este participe, deben mantener, en todo momento, un comportamiento correcto de acuerdo a las normas básicas de civismo y de respeto.

Artículo 5.- Si cualquier jugador solicita la carta de libertad durante la temporada o es expulsado por cualquier motivo disciplinario, el Club no está obligado a devolver cantidad económica ninguna.

Artículo 6.- Corresponde al Club, por medio de la Junta Directiva, resolver todas aquellas cuestiones que no estén previstas en el presente reglamento, así como sus interpretaciones.

TÍTULO II – FUNCIONES

CAPÍTULO 1.- DELEGADO DE EQUIPO

Artículo 1.- Sin perjuicio de otras que se pudieran desempeñar, son funciones del Delegado de equipo:

1. Representar al equipo en los partidos que dispute, siendo el enlace entre entrenador, Club contrario y árbitro. Deberá recibir al equipo contrario y al arbitro y acompañarlos al vestuario. Así mismo estará pendiente de cualquier necesidad antes, durante y post-partido.
2. Colaborar en aquellas funciones, dentro del equipo, que pudiera necesitar el entrenador.
3. Conocer y velar por el correcto cumplimiento del presente Reglamento.
4. Informar de actos que afecten o puedan afectar a la buena marcha deportiva del equipo o al incumplimiento del presente Reglamento.
5. Formar parte de las comisiones disciplinarias que la Junta Directiva consideren oportunas.
6. No utilizar el nombre del Club ni otorgarse representación en nombre del mismo sin permiso directo de la Junta Directiva.

7. Deberá ser una persona de confianza del entrenador o uno de los padres de los jugadores de la plantilla.
8. Actuar de forma responsable y coherente ante cualquier altercado que pudiera suceder (llamar a ambulancia, policía, etc.)
9. Acudir a las reuniones que se le requieran y ser el portavoz de los padres para consultas, resolución de problemas o sugerencias.
10. Junto con el entrenador, mantener el orden y limpieza de los jugadores dentro del vestuario, instalaciones deportivas y autobuses en los desplazamientos
11. Custodiar las fichas federativas de los componentes del equipo, así como cualquier documentación que se estime conveniente, como datos de teléfonos, direcciones, etc.

CAPÍTULO 2.- ENTRENADORES

Artículo 1.- Sin perjuicio de otras que se pudieran desempeñar, son funciones de los entrenadores:

1. Realizar la planificación deportiva de la temporada, dirigir los entrenamientos y los partidos de su equipo, siguiendo la línea marcada por el Proyecto Deportivo y dirigidos por el Coordinador Deportivo.
2. Desempeñar puntual y competentemente las actividades encomendadas.
3. Conocer y velar por el correcto cumplimiento del presente Reglamento.
4. Mantener la disciplina del equipo, aplicando el régimen disciplinario del Club.
5. Cumplir con los horarios de entrenamiento existentes.
6. Cuidar y responder del material utilizado para los entrenamientos y partidos de su equipo.
7. Cuidar de que su equipo utilice de forma adecuada las instalaciones deportivas que utiliza.
8. Formar parte en las comisiones que la Junta Directiva o Dirección Deportiva estime.
9. No utilizar el nombre del Club ni otorgarse representación en nombre del mismo sin permiso directo de la Junta Directiva.
10. Mantener, personal y deportivamente, una conducta digna y respetuosa con los distintos estamentos y miembros del Club.
11. Ser portavoz del Club hacia los padres de cualquier evento, reunión, etc.
12. Avisar con la suficiente antelación cuando no se pueda asistir a un entrenamiento, partido o evento para ser sustituido por otro entrenador o por el Coordinador.
13. No suspender o modificar horarios de entrenamientos sin el conocimiento de la Dirección deportiva.
14. Realizarán fichas de seguimiento de todos los jugadores para evaluar su progresión.
15. Complimentarán puntualmente convocatorias e informes de partidos.

CAPÍTULO 3.- JUGADORES

Artículo 1.- El objetivo fundamental debe ser el formarse como personas en los ámbitos humanos, intelectuales, sociales, morales y deportivos a través de la práctica del fútbol. También la creación de vínculos de amistad con los compañeros de su equipo, y del resto de compañeros de otros equipos del club, para reforzar el sentimiento de pertenencia al CD SAN ANTONIO.

Artículo 2.- Sin perjuicio de otras que se pudieran indicar, son obligaciones de los jugadores en todas las actividades en las que represente al Club:

1. Mantener una actitud de respeto y disciplina hacia las actividades, decisiones y consignas propuestas por sus entrenadores, esforzándose y obligándose a aprender y mejorar en todos los aspectos.
2. Mantener una actitud de colaboración, apoyo y respeto hacia sus compañeros, tanto en el interior del terreno como desde el banquillo, o como espectador.

3. Justificar, comunicándolo a su entrenador con la debida antelación, las ausencias a entrenamientos y partidos en aquellos casos en los que no pueda acudir.
4. No protestar ni realizar gesto o manifestación despectivos hacia el árbitro del partido, contrarios o público. Al finalizar el partido deberá saludarse al equipo adversario y aplaudir y agradecer el apoyo del público.
5. No provocar ni responder a acciones violentas o conductas antideportivas de un contrario.
6. No utilizar un vocabulario soez o malsonante en los partidos ni en los entrenamientos.
7. Acatar con respeto las sanciones disciplinarias a las que pudiera ser sometido.
8. Cumplir en todo momento con las normas de este Reglamento.
9. Asistir con puntualidad a los entrenamientos, partidos y cualquier otro evento a los que sean convocados. Deberán de estar preparados a la llegada de los entrenadores (cambiarse con antelación).
10. Debe portar con dignidad, orgullo y respeto los uniformes del Club en los eventos programados.
11. Observar las más comunes normas de higiene y salud.
12. Asistir puntualmente a las revisiones médicas, que estipula la Federación.
13. Los jugadores que estén en el banquillo, quedan obligados a guardar la debida compostura, aceptando en todo momento las indicaciones de entrenador y delegado.
14. Se recomienda a los jugadores guardar el descanso oportuno la víspera de los partidos, así como evitar el consumo de alcohol, tabaco, etc. por respeto a uno mismo y a los compañeros.
15. Si no existe autorización previa del Club, durante la pretemporada y temporada, se prohíbe participar en cualquier competición que no sea responsabilidad del Club.

TÍTULO III - INSTALACIONES Y MATERIAL

Artículo 1.- Los jugadores solamente tienen autorizada su estancia en los vestuarios y en las instalaciones del Club durante los horarios establecidos para la realización de su actividad.

Artículo 2.- En las instalaciones deportivas que utilice un equipo del Club, bien sean propias o las que se usen como visitantes, queda prohibido comportarse de forma inadecuada con acciones que no son las apropiadas para el uso de esa instalación. Queda prohibido fumar, escupir, jugar con o sin balón, derramar líquidos o introducir objetos de vidrio o elementos cortantes.

Artículo 3.- Las instalaciones deben de mantenerse limpias y cada equipo se responsabilizará de que todos los elementos de las mismas (duchas, bancos, perchas, puertas de acceso, etc.), queden en perfectas condiciones para su posterior utilización.

Artículo 4.- En los entrenamientos, los jugadores deben vestir el equipamiento requerido por los entrenadores del equipo.

Artículo 5.- En los partidos de competición, torneos o actividades en las que participe el C.D. San Antonio, los jugadores deberán de utilizar la equipación oficial del Club. El equipamiento entregado por el Club a cada jugador para la disputa de los partidos oficiales es responsabilidad exclusiva del jugador y se devolverá en perfecto estado de uso al finalizar la temporada o cuando le sea requerido por el personal del Club.

Artículo 6.- Todos los desperfectos causados en las instalaciones o en el material entregado a un jugador, debido a una utilización negligente o pérdida, irán a cargo del causante.

Artículo 7.- Cada equipo debe dejar el material utilizado en entrenamientos y partidos en el lugar destinado al mismo y en las condiciones óptimas para su posterior utilización. El club no se responsabilizará de objetos perdidos u olvidados dentro de las instalaciones (vestuarios, banquillos, gradas, etc.)

Artículo 8.- Se recomienda hacer un uso racional del agua de las duchas, para que todos puedan beneficiarse de la misma.

Artículo 9.- En todo momento se seguirán las indicaciones o avisos que efectúen tanto los encargados de las instalaciones como los directivos del club.

TÍTULO IV - CONVOCATORIAS Y DESPLAZAMIENTOS

Artículo 1.- Para los partidos de competición los jugadores de un equipo deberán estar en el lugar y la hora de convocatoria que les comunique su entrenador.

Artículo 2.- En las convocatorias de los partidos los jugadores irán vestidos con la ropa de paseo oficial del club.

Artículo 3.- Para los desplazamientos, los componentes del equipo, seguirán las instrucciones dadas por el entrenador o coordinador, tanto para la ida como para la vuelta.

Artículo 4.- No se aplazará la partida de la expedición oficial del equipo por el retraso de un jugador. El desplazamiento del mencionado jugador lo hará, en ese caso, por su cuenta.

TÍTULO V - FAMILIARES

Artículo 1.- A todos los efectos los delegados, entrenadores y jugadores serán responsables directos de las acciones posibles cometidas por sus familiares, amigos, conocidos o cualquier persona relacionada con ellos. Estas personas deben mantener en todo momento:

1. Respeto y cumplimiento de las normas y reglamento de la competición.
2. Respeto a los delegados y entrenadores del Club en entrenamientos y partidos. Abstenerse en todo momento de aconsejar o recomendar, a los jugadores o a los entrenadores, acciones que sean competencia exclusiva del entrenador.
3. Respeto a las decisiones arbitrales y jugadores del equipo contrario en los partidos.
4. Respeto de la imagen del Club.
5. Buscarán y colaborarán en medios de patrocinio (patrocinadores, rifas, sorteos, venta de loterías, calendarios, ...) así como en la organización de los actos y tareas propias del Club (taquillas, desplazamientos, etc.) cuando se estime necesario.

Artículo 2.- El incumplimiento por parte de las personas enumeradas en el artículo anterior de cualquiera de las obligaciones recogidas en el presente Reglamento facultará al Club para imponer a la persona directamente responsable, las pertinentes sanciones, y en casos de reiteración de extrema gravedad, expulsarle del equipo.

CONSEJOS A LOS PADRES:

- 1- Si el niño está interesado, ayúdale a practicar deporte. Si no quiere jugar, **no lo fuerces**.
- 2- Concéntrate en los esfuerzos y actuación del niño y del equipo, más que en el resultado. Esto ayuda al niño a establecer metas realistas respecto a su habilidad, reduciendo la importancia de ganar.
- 3- Enseña a los niños que **el esfuerzo honesto es tan importante como la victoria**. Inculcad valores y actitudes como respeto, colaboración, puntualidad, dialogo, responsabilidad, juego limpio.
- 4- Animar a jugar **siempre de acuerdo con las reglas**.
- 5- No ridiculices, ni grites a un niño, por cometer errores o perder un partido. **Evita actitudes que generen estrés o ansiedad** (comentarios de decepción, críticos, amenazantes, etc.)
- 6- Recuerda que los niños participan para su propio disfrute, **no para el tuyo**.
- 7- Recuerda que **los niños aprenden mejor con el ejemplo**. Aplauda el buen juego, las acciones deportivas, de ambos equipos. No gritar a los jugadores, al entrenador o al árbitro y menos hacer comentarios que ridiculicen la integridad de las personas. Intentad controlar vuestras emociones.
- 8- **Respetar las decisiones de los árbitros**; ellos también contribuyen a la formación de tus hijos.
- 9- Apoya los esfuerzos en **eliminar los abusos físicos y verbales** en las actividades físicas.
- 10- **Reconoce el valor e importancia de los entrenadores**. Dan su tiempo para proporcionar a los niños la mejor formación, tanto deportiva como personal; merecen tu apoyo. No interfieras y respeta sus decisiones y trabajo tanto en entrenamientos como en partidos.
- 11- **Evita castigar por medio del fútbol**. Usa otros medios que no perjudiquen al jugador, a sus compañeros y al club en general. Dialoga con el entrenador y/o Coordinador Deportivo.

TÍTULO VI - REGIMEN DISCIPLINARIO

Artículo 1.- El incumplimiento del articulado del presente Reglamento motivará la apertura, por parte de la Junta Directiva del Club, de una investigación de los hechos y de la calificación de la gravedad de los mismos.

Artículo 2.- Si de la investigación se deduce la responsabilidad de algún miembro del estamento deportivo del Club se establecerá la sanción que la Junta Directiva considere conveniente, comunicándosela a la persona afectada.

Artículo 3.- Sin perjuicio de acciones posteriores, los entrenadores podrán adoptar las medidas que consideren pertinentes para mantener el orden y disciplina dentro de su equipo, comunicándolas con posterioridad a la Junta Directiva.

Artículo 4.- Las infracciones que pueden cometer los miembros del estamento deportivo del Club se podrán calificar como:

1. Leves.
2. Graves.
3. Muy graves.

Artículo 5.- Sin perjuicio de otras que se deriven del incumplimiento de la normativa del presente Reglamento son faltas leves:

1. Las faltas injustificadas de puntualidad.
2. Las faltas injustificadas de asistencia a entrenamientos y partidos.
3. La no comunicación de cualquier anomalía o falta de asistencia a entrenamientos y partidos con la suficiente antelación cuando aquello sea posible.
4. La actitud pasiva en entrenamientos y partidos.
5. La falta de respeto a sus compañeros o entrenador que se lleven a cabo en entrenamientos, partidos y desplazamientos o con otros jugadores, árbitros, público, etc.
6. Los actos de indisciplina, injuria u ofensa no graves.
7. Cualquier acto injustificado que altere levemente el normal desarrollo de las actividades del Club.

Artículo 6.- Sin perjuicio de otras que se deriven del incumplimiento de la normativa del presente Reglamento son faltas graves:

1. Las faltas injustificadas reiteradas de asistencia a entrenamientos y partidos.
2. La reiterada y continua falta de respeto con compañeros o entrenador, así como cualquier comportamiento incorrecto y falta de respeto de carácter grave que se lleve a cabo en entrenamientos, partidos y desplazamientos o con otros jugadores, árbitros, público, etc.
3. Los actos de indisciplina, injuria u ofensa grave a los miembros del Club y otros en deterioro de la imagen del Club.
4. La agresión física grave a miembros del Club o de otros clubes, así como a los árbitros, espectadores, etc.
5. Los actos injustificados que alteren gravemente el normal desarrollo de las actividades del Club.
6. La reiterada y sistemática comisión de faltas leves en una misma temporada deportiva.

Artículo 7.- Sin perjuicio de otras que se deriven del incumplimiento de la normativa del presente Reglamento son faltas muy graves:

1. Los actos de indisciplina, injuria u ofensa muy graves contra los miembros del Club u otros en deterioro de la imagen del Club.
2. La agresión física muy grave a miembros del Club o de otros clubes, así como a los árbitros, espectadores, etc.
3. La comisión de tres faltas graves durante una misma temporada deportiva.

TÍTULO VII - REGIMEN SANCIONADOR

SANCIONES POR INDISCIPLINA:

- Ausencia a un partido sin previo aviso justificado:
 - Si es la primera vez, sanción con la no convocatoria para el siguiente partido oficial.
 - Si es la segunda vez que esto ocurre, y se ve una manifiesta reiteración en las faltas, la sanción será la separación del equipo durante cuatro partidos.

Cuando se dice “sin previo aviso”, se considera que no se ha avisado como mínimo la noche anterior al partido. Esto quiere decir, que si a las 00:00 horas de la noche del día anterior al partido, no hay notificación de ausencia, se considera que el jugador irá al partido a la hora a la que ha sido convocado, y se le aplicarán las sanciones por retraso y ausencias.

Evidentemente, esto es una regla general, y como en toda regla, hay excepciones. Si el motivo del retraso o ausencia es justificado y razonable, no se impondrá sanción alguna.

Queda a juicio del Comité de Disciplina decidir si el motivo es justificado y razonable o no.

- Todo aquél jugador que llegue tarde a la hora de citación de los entrenamientos o del partido:
 - Si es la primera vez, sanción con la no inclusión en la convocatoria.

Se considerará que llega tarde, cuando hayan transcurrido 10 minutos de la hora de la citación. En el caso de los partidos oficiales, se dará al jugador un margen de 15 minutos. Transcurrido ese tiempo, en los partidos de casa se excluirá al jugador de la convocatoria (su lugar lo ocupará otro compañero) y en los partidos fuera de casa se analizarán las circunstancias concretas.

- La ausencia injustificada a uno de los entrenamientos semanales programados supondrá la no inclusión en la convocatoria del partido siguiente, salvo que se recupere el entrenamiento con algún otro equipo.

Si el motivo de la ausencia, es a juicio del entrenador, lo suficientemente justificado, el jugador podrá ser convocado al partido.

- En el caso de reiteración de faltas injustificadas a lo largo de las semanas, el entrenador estará obligado a comunicar a alguno de los miembros del Comité de Disciplina el caso, para que este evalúe la posible baja del jugador en cuestión, de su equipo.

SANCIONES POR COMPORTAMIENTO INADECUADO:

- El jugador que sea expulsado por protestar, insultar o dirigirse de malas maneras al árbitro, será sancionado, lógicamente por la Federación de Fútbol, así como por el Comité de Disciplina del Club. Éste último aplicará un baremo de causas, atenuantes o agravantes, en función de los hechos ocurridos, los cuales, si no han sido presenciados directamente por alguno de los integrantes del Comité, serán relatados a éste, y de manera lo más imparcial posible, por el entrenador y delegado del equipo del infractor.
- El Comité de Disciplina podrá ampliar, según la gravedad y reiteración, los partidos de sanción con los que castigue la Federación de Fútbol.
- En caso de reincidencia, las medidas a adoptar por el Comité de Disciplina, se estudiarán dentro de este, pudiendo llegar a la separación de la disciplina del Club.
- Todo aquél que se comporte de manera incorrecta (faltando al respeto, insultando, amenazando, etc.) hacia sus compañeros, entrenador, delegado, adversarios o público, será sancionado por el Comité de Disciplina en función de la gravedad de los hechos acaecidos, pudiendo ir desde la separación de los entrenamientos con su equipo durante una semana, hasta la separación del Club por diferentes periodos de tiempo.
- Tanto en los entrenamientos como en los partidos, no se podrán utilizar relojes, collares, gargantillas, anillos, pendientes. El incumplimiento de esta norma será sancionado con la posible no convocatoria a un partido oficial, según las causas que lo justifiquen, y que deberán ser estudiadas y tomadas por el Comité de Disciplina.
- Aquel componente del Club que cause daños materiales en las instalaciones utilizadas, será responsable único de afrontar el pago que se impute a la entidad, siempre y cuando el desperfecto haya sido causado de forma "voluntaria". El Club delegará cualquier responsabilidad en el causante de dichos daños. La voluntariedad o no de las acciones que causen desperfectos será decidida por los componentes del Comité de Disciplina.
- Por otro lado, también se requiere un compromiso de respeto y consideración para con los empleados de las instalaciones. Cualquier falta a este respecto que sea resuelta e imputada contra el Club, será considerada por el Comité de Disciplina. Dicho Comité de Disciplina deberá estudiar la gravedad de los hechos, de manera que decidirá la sanción (si se aplica) a imponer al causante del conflicto.

SANCIONES POR FALTA DE UNIFORMIDAD:

• Tanto en los entrenamientos como en los partidos oficiales o actos sociales, los jugadores deben de acudir uniformados con las prendas oficiales del Club. El incumplimiento de esta norma se sancionará con un partido de sanción, en función de la reincidencia del jugador en este tipo de faltas.

PAGO DE MULTAS:

- Las multas deberán de hacerse efectivas en el plazo máximo de un mes desde la fecha en la que se comunicó al infractor.

CÓDIGO DE CONDUCTA

EN LA COMPETICIÓN

- **Respeto hacia el contrario;** es nuestro oponente y no nuestro enemigo.
- **Respeto hacia el árbitro;** si nosotros nos podemos equivocar, también puede hacerlo él. Seamos lo más respetuosos que podamos con su labor y las decisiones que tome.
- Un deportista debe destacar por su **autocontrol, nobleza, voluntad, constancia, generosidad y honestidad.** Para progresar tanto en el deporte como en tu vida, debes potenciar estos aspectos.
- No concedes a la suerte lo que puedes lograr con tu esfuerzo. **Contempla la victoria como una consecuencia de tu trabajo, esfuerzo y capacidad.**
- **No te hundas tras los errores; estos se borran con los aciertos.** Analiza tus actuaciones y examínate cada partido y cada entrenamiento con la intención de mejorar en todo.
- **Un gol es un gol lo marque quien lo marque;** lo importante es que es para EL EQUIPO.
- **Siempre habrá alguien que nos gane; no aceptarlo y no aprender de ello sería de tontos.** Practiquemos siempre el juego limpio; felicitemos al equipo contrario cuando perdamos y seamos respetuosos con ellos cuando ganemos.

ENTRENAMIENTOS

- Durante el calendario de pretemporada, competición o torneos, queda prohibida la práctica deportiva en otra entidad relacionada con el fútbol, así como participar en cualquier otra liga que no fuera la Federada, sin autorización expresa del CD SAN ANTONIO.
- Asistencia obligatoria para todos los componentes de la plantilla en los días, horas y lugar que indique el club. El entrenador determinará, en cada caso, la hora de presentación a los mismos.
- Los jugadores deberán prever el tiempo necesario para cambiarse y estar completamente equipados y preparados para dar comienzo el entrenamiento con puntualidad.
- La falta de asistencia a un entrenamiento tendrá que ser justificada, siendo obligatorio avisar al entrenador lo antes posible, ya que los entrenamientos están programados, y la falta de algún jugador puede influir en la realización y desarrollo del mismo.

- Los jugadores lesionados deberán ir informando a su entrenador de la evolución de su lesión, e interesarse por la marcha del equipo.

PUNTUALIDAD

- La falta de puntualidad a los entrenamientos y partidos, será controlada por el entrenador, y tomada en cuenta en caso de ser reiterativa y sin causa justificada.

EQUIPACION

- Los jugadores y técnicos, en cualquier actividad que el Club considere oficial (entrenamientos, competiciones, torneos, actos públicos, etc.), quedan obligados a utilizar los uniformes y material deportivo oficiales del CD SAN ANTONIO.
- Todo el material que se entrega gratuitamente a jugadores y técnicos, será propiedad del Club, hasta que no se comunique que pasa a ser propiedad del jugador o técnico.
- Se recomienda marcar todas las prendas oficiales que puedan ser iguales a las de otros compañeros del equipo.
- Es obligatorio el uso de espinilleras tanto en entrenamientos como en partidos.
- No está permitido el uso de relojes, collares, anillos, pendientes, etc., tanto en entrenamientos como en partidos.

EN EL VESTUARIO

- En el vestuario queda terminantemente prohibida la entrada a toda persona ajena al equipo, salvo autorización expresa del entrenador.
- Se exigirá el mejor comportamiento y máximo respeto entre las personas que conviven en el mismo.
- Dentro del vestuario, y en el tiempo anterior a un entrenamiento o partido, el jugador deberá abstenerse de ausentarse por cualquier motivo.
- Durante el tiempo que se permanezca en los vestuarios, se desconectará todo tipo de aparatos reproductores de música, teléfonos móviles, etc. salvo autorización expresa del entrenador.
- Queda terminantemente prohibido fumar en el vestuario a cualquier persona que permanezca en él.

ESTUDIOS

- **No descuides tus estudios ni el resto de tu formación; eso será lo que asegure tu futuro.** La vida deportiva de un futbolista es muy corta, y muy pocos viven sólo del fútbol.
- Lleva una ordenada higiene, 9 horas de sueño, aseo personal, alimentación adecuada, etc.
- **Organiza tu tiempo libre y de estudio, ya que el día bien organizado da para mucho.**

INSTALACIONES

- El cuidado del material y de las instalaciones es responsabilidad de todos.
- Las instalaciones en las que entrenamos y jugamos son responsabilidad del CD SAN ANTONIO y, como jugador de la entidad, debes ayudar a mantenerlas en las mejores condiciones posibles. Son parte de tu vida, ya que es en el lugar dónde pasas numerosas horas a lo largo de la temporada, y que compartes con otros compañeros y equipos.
- Cualquier rotura o deterioro intencionado va en perjuicio de todos y será responsabilidad personal acarreado sanciones.

CAPITANES

- En su elección dependerá: la antigüedad, el comportamiento, la responsabilidad, la identificación con el Club, la personalidad, el carisma entre los compañeros, etc.
- Elegirlo será responsabilidad del entrenador con el visto bueno de la Junta Directiva.
- En ausencia del entrenador y técnicos, serán los máximos responsables del equipo y seguirán al pie de la letra las indicaciones recibidas del entrenador.
- En cada equipo habrá dos o más capitanes por orden de prioridad.
- Dirigirá el calentamiento si fuera necesario, elegirá campo, hará prevalecer las indicaciones del entrenador.
- Animará y ayudará al buen desarrollo del partido. **Mediará con los árbitros si la situación lo requiere, siendo el primer y único jugador que se dirija al árbitro en los partidos con cualquier problema serio.**
- Tiene que informar al cuerpo técnico de cualquier incidente de los demás jugadores.
- **Fomentará el buen ambiente con actitudes positivas y generarán con los demás compañeros la vinculación con la entidad. Se esforzará para que reine el buen ambiente, evitando actitudes marginales, integrando y tratando a todos los compañeros por igual.**

PARTIDOS

- En los partidos, desplazamientos o concentraciones, queda prohibido ausentarse de las instalaciones en las que éstas se estén realizando, sin permiso previo del entrenador o delegado.
- La falta de asistencia a los partidos, sin causa justificada, será causa de estudio y posible sanción por parte del Comité de Disciplina.
- Los jugadores convocados deben presentarse a la hora señalada en la convocatoria.
- En los partidos de casa sería conveniente que todos los jugadores de la plantilla, asistiesen para ver el partido de su equipo, incluso no habiendo sido convocados.
- La forma de presentarse a los partidos debe ser correcta, habiendo dormido lo necesario y siguiendo las pautas alimenticias para cada horario que serán marcadas por el entrenador.
- El comportamiento en el banquillo será tranquilo en todo momento, sin hacer observaciones al árbitro, viviendo el partido y participando del mismo.
- Los jugadores del banquillo deberán llevar puesta la camiseta oficial con el número que a cada jugador se le identifica en el acta arbitral.
- En el descanso de los partidos todos los jugadores deben pasar al vestuario, excepto si el entrenador considera lo contrario.
- Durante el partido tienes que conseguir aislarte de lo externo y centrarte sólo en las indicaciones que tus técnicos y compañeros realicen. Todo lo demás es ajeno a tus intereses.
- Está prohibido criticar los errores, pues nadie falla a propósito. Animar es vital para que la siguiente jugada salga mejor. La confianza en el compañero hace que todos juguemos mejor. La comunicación en el equipo es importantísima.
- Según la gravedad las tarjetas, expulsiones y acciones negativas que se produzcan por mal comportamiento serán sancionadas por parte del Comité de Disciplina del CLUB.
- La incomparecencia sin motivo justificado o la falta de puntualidad en un partido será considerada acción grave.
- En los partidos en casa, los jugadores integrantes del banquillo serán los encargados de buscar los balones que salgan del terreno de juego por indicación del entrenador.
- Ningún jugador del banquillo introducirá un segundo balón dentro del terreno de juego; sólo podrá realizarse a petición del árbitro, y después de que el entrenador o el delegado así lo indiquen.