

MANUAL DO ATLETA

SÃO PAULO FUTEBOL CLUBE





Centro de Formação de Atletas Presidente Laudo Natel

Cotia, SP





Prezados Jovens,

Certamente vocês estarão motivados por integrarem um clube de grande porte com muitas glórias e tradições, além de almejem situação de destaque no âmbito profissional.

O São Paulo Futebol Clube é conhecido no mundo inteiro como um time descobridor e formador de talentos.

E não é de hoje que a camisa tricolor é a primeira de muitos craques que deram alegrias ao próprio São Paulo, a clubes europeus e à Seleção Brasileira.

Mas, por que o São Paulo tem essa vocação?

Ou será coincidência esse grande número de jogadores formados nas categorias de base que ganham o mundo e encantam torcedores?

O São Paulo está convicto de que o esporte deve e pode ser utilizado como opção de futuro para milhares de jovens e reafirma essa convicção constantemente.

O Centro de Formação de Atletas Presidente Laudo Natel é mais uma prova dessa crença. Em uma área de dez alqueires (220 mil metros quadrados) foi construída uma completa infraestrutura para oferecer conforto e segurança a quase uma centena de atletas que começam sua caminhada para se transformarem em profissionais.

É assim que todo o São Paulo planeja seu amanhã: continuando a ser exemplo para todo mundo, acreditando que bons exemplos são capazes de mudar uma sociedade e valorizar nosso bem mais precioso, os jovens.

No São Paulo, tratamos da formação de novos atletas como uma carreira universitária, na qual o crescimento profissional, aprimoramento educacional e a consciência de cidadão caminham juntos. Portanto, a disciplina e o respeito às leis e normas são fundamentais.

Contando com sua colaboração no estrito cumprimento das normas contidas na cartilha anexa, desejamos uma edificante estadia conosco, além de sucesso.

Diretoria do São Paulo Futebol Clube



REGIME DISCIPLINAR

Considerando a necessidade de estabelecer normas gerais de conduta nas dependências do São Paulo Futebol Clube, especialmente no Centro de Formação de Atletas Presidente Laudo Natel, e por ocasião de competições nacionais e internacionais, a Diretoria delibera o que se segue:

1. DAS OBRIGAÇÕES

a) Os atletas deverão manter o apartamento organizado.

As roupas de uso pessoal, produtos de higiene pessoal, materiais escolares, entre outros, deverão ser guardados em local apropriado;

b) Apresentar-se sempre trajados com decência. O uso de pijamas ou roupões somente é permitido nos dormitórios, sendo proibido transitar com tais trajés;

c) Deverão conservar os móveis, equipamentos e patrimônio pertencentes ao clube;

d) Deverão arrumar a cama ao se levantar e conservá-la arrumada durante o dia;

e) Não serão permitidos:

- Transitar sem camisa;
- Deixar toalhas, roupas de cama ou de uso pessoal jogadas no banheiro ou penduradas nas janelas do apartamento;
- Aparelho de som com volume alto;
- Atleta não residente entrar nos apartamentos;
- Alimentar-se nos apartamentos;
- Usar brincos, piercings etc;
- Afixar quadros, avisos ou cartazes nas paredes do apartamento;

- Afixar adesivos nas paredes ou móveis;
- Rasurar comunicações afixadas em quadros de avisos;
- Jogar papel ou objetos no chão;
- Danificar móveis ou equipamentos do patrimônio do clube;
- Ausentar-se nos finais de semana sem a devida autorização;
- Deitar nos bancos de madeira, gramados, mesas e sofás;
- Jogos de cartas (baralho);
- Efetuar pedidos ou trazer alimentos (pizza, lanches, refrigerantes etc.);
- Atitudes inconvenientes que perturbem a ordem e atrapalhe o bom convívio;
- Portar revistas e DVD com cenas pornográficas;
- Promover algazarras e batucadas;
- Facilitar o ingresso de qualquer pessoa;
- Trocar a roupa de treino nos dormitórios;
- Entrar na piscina sem autorização;
- Entrar na sala da Administração sem autorização;
- Entrar na sala da Telefonista;
- Entrar na sala da Segurança;
- Estacionar veículos na rua, em frente ao vestiário, em frente aos apartamentos

ou na portaria;

- Ceder o veículo para atleta que não tenha habilitação;
- Lavar veículos;
- Em dia de jogo, ir para o Estádio com veículo próprio;
- Promover reuniões ou cultos religiosos;
- Organizar ou participar de listas com pedidos de donativos, rifas, sorteios etc.;
- Efetuar vendas de qualquer tipo de produto;
- Aplicação do “trote”;
- Usar “gorros”, bonés ou chapéus;
- Ingerir substâncias prejudiciais à saúde e ao bom desempenho esportivo, inclusive bebidas alcoólicas e cigarros;
- Ultrapassar as cercas ou muros;
- Pescar ou nadar nos lagos;
- Entrar ou sair, após às 23h30, aos residentes e não residentes.

2. DO REFEITÓRIO

a) Os atletas deverão submeter-se aos seguintes horários:

Café da manhã: das 6h30 às 8h;

Almoço: das 12h às 14h

Jantar: das 17h30 às 19h

Lanche: das 21h às 21h30

e das 23h às 23h30

b) Não serão permitidos no refeitório:

- Desrespeito à fila;

- Uso do aparelho celular enquanto estiver realizando refeições;
- Utilizar palavras de baixo calão (palavrões);
- Sair portando alimentos;
- Riscar móveis ou paredes;
- Entrar sem camisa ou camiseta regata;
- Entrar na cozinha;
- Entrar de chuteira no refeitório;
- Levar acompanhante para as refeições.

3. DOS HORÁRIOS

a) Os horários de jogos, treinos, reuniões e outras atividades serão afixados no quadro de avisos;

b) Será exigida rigorosa observância dos horários de treinos, ficando estabelecido o seguinte:

- Para os dias de treino, o horário marcado no quadro de avisos será aquele que o atleta deverá estar no campo, inteiramente uniformizado e pronto para iniciar as atividades. Para tanto, a rouparia, os vestiários, departamento médico e outras dependências estarão à disposição do atleta, 30 (trinta) minutos antes da hora marcada;
- Para os deslocamentos

por intermédio de ônibus para treinos ou viagens, a apresentação será sempre no Centro de Formação de Atletas Presidente Laudo Natel, no horário pré-estabelecido;

- Os atletas que estiverem aos cuidados do Departamento Médico também ficarão sujeitos aos mesmos horários de apresentação determinados para os demais;
- Os horários de refeições por ocasião dos jogos serão determinados pelo Departamento Médico e deverão ser obedecidos integralmente, isto é, não se admitem antecipações nem atrasos.

4. DOS EQUIPAMENTOS DE TRABALHO

- a) Deverão zelar pela conservação dos materiais esportivos;
- b) Os uniformes para treinos e jogos serão aqueles fornecidos pela Rouparia;
- c) Não será permitido o uso de material esportivo de marca diferente do patrocinador de materiais esportivos do clube;
- d) Não será permitido o uso de meias “arriadas” ou camisetas fora do calção por ocasião dos treinamentos e jogos;

- e) Os uniformes a serem usados nas viagens serão determinados pela Diretoria;

- f) Não será permitido doar qualquer tipo de material de jogo ou treino sem autorização da Diretoria.

5. DOS TREINAMENTOS

- a) Observar as comunicações e programação de treinamento afixados nos quadros de avisos;
- b) Cumprir as determinações da Comissão Técnica nos assuntos de suas atividades;
- c) Retirar os materiais esportivos (camisa, calção, meias, caneleiras, toalha) na Rouparia, devendo se dirigir ao vestiário para troca, apresentando-se no campo de futebol e horário designado pela programação da respectiva categoria;
- d) Após os treinamentos, dirigir-se aos vestiários para banho e higiene pessoal, devendo recolher os materiais esportivos e devolver na Rouparia;
- e) O uso de caneleiras é obrigatório nos treinamentos.

6. DOS JOGOS

- a) O atleta do São Paulo Futebol Clube deverá evitar atitudes

hostis aos adversários, árbitros e ao público, cabendo-lhe tão somente dedicar-se com denodo e aplicação à obtenção da vitória, ou do resultado honroso para o qual é preparado;

b) Compete ao atleta em campo contribuir de todas as formas para que sejam evitados os cartões amarelos ou vermelhos, acalmando os companheiros eventualmente exaltados;

c) O atleta deve ter presente o fato de que atitudes hostis ou atos impensados causam não só prejuízo ao infrator, mas também aos companheiros de grupo e ao clube;

d) Os vestiários são de uso exclusivo dos atletas e Comissão Técnica e, por esta razão, não será permitido o acesso de parentes e amigos;

e) A doação de qualquer peça dos chamados “equipamentos de trabalho” (agasalhos, calções, camisas de jogos ou treinos, caneleiras, meias etc.) será terminantemente proibida;

f) O uso de caneleiras é obrigatório nos jogos.

7. DAS VIAGENS

a) Aos integrantes da Delegação

incumbe:

- Cumprir as previsões deste regulamento, agindo de forma disciplinada e respeitando as deliberações da Diretoria / Comissão Técnica;
- Tomar conhecimento das programações elaboradas para a Delegação;
- Não emitir conceitos desrespeitosos aos países, cidades e hotéis do roteiro;
- Os atletas deverão observar rigorosamente as normas do hotel em que ficarem hospedados, inclusive quanto a horários e vestimentas;
- Apresentar-se devidamente trajado em todas as ocasiões;
- Permanecer na Delegação, dela não se afastando ou desligando sem prévia autorização de seu superior;
- Conduzir a bagagem estritamente necessária, assumindo a responsabilidade pelo excesso verificado;
- Responsabilizar-se por qualquer gasto extraordinário em hotéis e estabelecimentos similares;
- O apartamento a ser ocupado pelos atletas será determinado pelo Supervisor / Gerente, sendo vedada a sua troca, por quaisquer razões, sem a devida autorização;
- Após o horário previsto para

recolhimento aos dormitórios, é proibida a circulação pelos corredores ou a saída para outros apartamentos;

- Recomendamos que nenhum dos componentes da Delegação danifique ou traga consigo como “souvenir” quaisquer dos pertences do hotel, tais como toalhas, cinzeiros etc;
- Não será permitido o regresso de viagem em veículos de terceiros, sem prévia autorização da Diretoria;
- Deverão ser evitados convites a familiares, amigos, representantes de artigos esportivos ou agentes de futebol para visitas ao hotel onde ficarem hospedados.

8. DO COMPORTAMENTO E APARÊNCIA

a) Todo atleta do São Paulo Futebol Clube deverá se portar de maneira digna no local de hospedagem, meios de transportes e logradouros públicos, de forma a promover o bom nome e o engrandecimento do clube e a si próprio;

b) Não será permitido aos atletas, por ocasião dos deslocamentos para os jogos ou para escolas, dirigirem palavras aos transeuntes

ou colocarem parte do corpo para fora da condução;

c) O uso do ônibus por ocasião de viagens e jogos é exclusivo da Diretoria, Comissão Técnica e Atletas, devendo ser evitados convites a parentes e amigos. As exceções ficarão a cargo do Chefe de Delegação ou Diretor. Nos ônibus a serem usados pela Delegação, os três primeiros bancos de cada lado, estarão sempre à disposição da Diretoria / Comissão Técnica;

d) Fica terminantemente proibido o uso de aparelho de telefone móvel (celular) por ocasião de treinos, reuniões, ônibus (antes dos jogos), bancos de reservas, no refeitório e na escola;

e) Fica terminantemente proibido também o uso de aparelho de som portátil (disc-man) por ocasião de treinos, reuniões, banco de reservas, no refeitório e na escola;

f) Não será permitido aos atletas o uso de motocicleta como meio de locomoção;

g) Abster-se de divertimento referente a jogos de azar e apostas.

9. DA IMPRENSA E DAS ENTREVISTAS

- a) Deverão tratar os representantes da imprensa com a consideração necessária e sem discriminação;
- b) Nos intervalos das partidas, as entrevistas deverão ser reduzidas. O intervalo é para descansar;
- c) Quaisquer comentários de ordem administrativa, técnica, física ou médica deverão ser feitas às respectivas direções;
- d) Não serão permitidos prestarem declarações sobre assuntos que não sejam pertinentes às suas atribuições.

10. DO DEPARTAMENTO MÉDICO

- a) Comunicar ao Médico toda e qualquer anormalidade de seu estado de saúde;
- b) Os atletas que por lesão ou enfermidade não puderem treinar, deverão apresentar-se ao Médico / Fisioterapeuta com 30 (trinta) minutos de antecedência do horário marcado no quadro de avisos da atividade do dia;
- c) Fica terminantemente proibido ingerir quaisquer medicamentos

sem a prévia autorização do médico;

d) A critério da Comissão Técnica, em consonância com Departamento Médico, os atletas lesionados ou enfermos poderão ficar recolhidos para o devido tratamento;

e) Não serão permitidos aos atletas permanecerem no Departamento Médico ou Fisioterapeuta, caso não esteja realizando tratamento.

11. DA ESCOLA

a) O São Paulo Futebol Clube promove a adequação / das atividades de formação técnica e desportiva ao regular aproveitamento escolar e educacional do atleta, inclusive em relação ao cumprimento dos horários curriculares, ficando o atleta ciente que o clube exige o satisfatório aproveitamento escolar.

12. DISPOSIÇÕES GERAIS

a) Cumprir outras determinações deste regulamento ou que venham a ser estabelecidas pela Diretoria;

b) O São Paulo Futebol Clube não se responsabiliza por

desaparecimentos de objetos de valor (jóias, dinheiro etc.) não confiados ao Roupeiro por ocasião dos treinamentos e jogos;

c) O São Paulo Futebol Clube não se responsabiliza por furtos ou extravios de objetos de valor (jóias, dinheiro etc.) nas dependências do Centro de Formação de Atletas;

d) Não será permitido o acesso de amigos e familiares para observação de treinamentos diários;

e) Não será permitida a entrada de representantes de artigos esportivos ou agentes de futebol;

f) O atleta poderá ser dispensado em qualquer época:

- Por critério exclusivo de avaliação técnica;
- Por infringir regulamento interno;
- Por provocar deliberadamente

atos de indisciplina;

- Ausentar-se da escola na qual estiver devidamente matriculado;

g) Praticar outra modalidade esportiva ou esforços físicos capazes de prejudicar a saúde e o estado atlético;

h) No Centro de Formação de Atletas não será permitido o acesso de parentes e amigos para observação dos treinamentos diários;

i) Qualquer prejuízo considerado dano causado ao patrimônio do clube implicará ao causador sanção disciplinar e pagamento de valor estipulado pela Diretoria como forma de reparo ao dano causado;

j) Os casos omissos serão resolvidos pela diretoria;

Cotia, 12 de janeiro de 2011

Você joga com campeões.



Você joga no São Paulo FC

São Paulo Júnior 2010



