



CONDICIONES GENERALES SincroCAN

INSCRIPCIÓN Y CUOTAS.

La inscripción al Club se puede hacer en cualquier momento de la Temporada, teniendo en cuenta que si se hace con la temporada iniciada, la participación de la nadadora en las competiciones dependerá del criterio de la entrenadora y la evolución de la nadadora.

La cuota de pago será mensual. Dependerá del número de horas de entrenamiento y de lo acordado por la gerencia del Club.

Los pagos serán siempre domiciliados, a través del número de cuenta que se haya proporcionado durante el proceso de matriculación. Si hay alguna modificación, siempre ha de comunicarse mediante el mismo medio o a través del correo electrónico del Club: info@canguadalajara.es.

Estas modificaciones pueden hacerse a través de este link: Matriculación / Inscripción 2025-26 – www.canguadalajara.es

Cada temporada debe renovarse la matrícula. Además, es importante comunicar alergias e intolerancias o cualquier problema médico que puedan tener, mediante informe correspondiente del especialista o pediatra.

Devolución de recibos. Antes de proceder a devolver algún recibo, se ruega que os pongáis en contacto con el gerente a través del correo anteriormente indicado, para comentar la incidencia ocasionada. En el supuesto de que se produzca la devolución de un recibo y no sea por motivo del Club, los gastos de la devolución serán abonados por los particulares, nunca por el Club.

CAPTACIÓN DE IMÁGENES.

En la matriculación online está la autorización de captación de imágenes y grabaciones. Si alguien no desea salir en ellas, debe informarlo a la gerencia para no incurrir en problemas legales con el Club.

EQUIPACIONES.

La Equipación de SincroCAN se compone de una camiseta y unas mallas largas de esta disciplina, con sudadera o chaqueta. Además, para la temporada de verano, existen igualmente mallas cortas.

Para los entrenamientos en agua, tenemos gorros del Club. Si se desea adquirir uno nuevo, hay que informar a la gerencia del Club para que pueda hacérselo llegar la entrenadora y proporcionárselo a las nadadoras, y se les informará del trámite a realizar.

Es obligatorio para las competiciones ir siempre con la equipación reglamentaria, por lo que se recomienda su adquisición al principio de temporada en la tienda recomendada por la gerencia.

Para los entrenamientos es recomendable el uso de la equipación.



El bañador de los entrenamientos es de uso libre, por lo que las nadadoras podrán elegir libremente el suyo.

ENTRENAMIENTOS.

La Natación artística tiene tres tipos de entrenamiento:

1. NATACIÓN:

Una parte de los entrenamientos será para el perfeccionamiento de esta disciplina. Para ello, es recomendable que cada nadadora disponga de su red de natación que incluya:

- Pullboy. 
- Tabla. 
- Aletas o Aletines. 
- Palas. 
- Pesas. 

El peso de las tobilleras dependerá del criterio de la entrenadora y de la nadadora.

2. SECO:

En el gimnasio, las entrenadoras se encargarán de mantener en forma a las nadadoras y fomentar la flexibilidad y resistencia para poder realizar correctamente los ejercicios en el agua.

3. ARTÍSTICA:

La entrenadora enseñará a las nadadoras las técnicas necesarias para unos resultados óptimos en natación artística, dirigidas a la correcta realización de las figuras y las rutinas que se hayan diseñado y preparado para la temporada.

En los entrenamientos, las nadadoras pueden llevar un tentempié, consistente en agua/zumo y frutos secos, barritas, similar, evitando bollería y dulces similares.



COMPETICIONES.

Durante la Temporada se hacen distintos tipos de competiciones:

1. FIGURAS.

Nuestro Club acude a las competiciones de Figuras que se realizan en la Comunidad de Madrid. La entrenadora en todo momento informará a las familias con tiempo suficiente para la organización de las mismas, que se realizan en periodo de fin de semana.

Para estas competiciones, es obligatorio el uso de **BAÑADOR NEGRO Y GORRO BLANCO**.

2. RUTINAS DE EQUIPO, DÚOS, SOLOS Y OTRAS MODALIDADES.

Existe otro tipo de competiciones, que igualmente se realizan en la Comunidad de Madrid, como son de rutinas por equipo, trío y similar, que la entrenadora irá informando según salgan las convocatorias.

Nuestro Club lleva varias temporadas participando en el Regional de Castilla la Mancha, que se ha celebrado en Albacete las últimas veces, y dependerá de la organización que se siga participando en dicha competición.

Durante la Temporada, la entrenadora irá practicando con las nadadoras las rutinas correspondientes. No es obligatorio participar en todas las modalidades.

La participación en cada rutina dependerá en todo caso de la entrenadora y de la implicación de la nadadora.

El bañador y el gorro variarán según los bailes elegidos y el criterio en todo caso de la entrenadora.

Las competiciones se hacen, principalmente, a partir de marzo (como norma general, pudiendo realizarse antes), y pueden prolongarse hasta el mes de junio, que es cuando se puede ver los resultados más óptimos de los entrenamientos, habiéndose convertido en rutinas donde las nadadoras demuestran su esfuerzo.

Algunas competiciones están sujetas a gastos adicionales, como de inscripción, autobús para traslados y comidas.

COMPROMISO.

La Natación artística es un deporte de equipo, por este motivo siempre pedimos un compromiso de asistencia a los entrenamientos con el fin de participar en todas las competiciones que se ofrezcan a lo largo de la temporada.

Si las ausencias de las nadadoras son muchas, el entrenamiento de las rutinas se hace más difícil de sobrellevar y el resultado final no es el más óptimo, perjudicando a otras nadadoras comprometidas que pueden verse perjudicadas.

No se impone ningún tipo de sanción por ausentarse, pero sí nos gustaría que todos nos comprometiéramos a una alta participación, por el bien de todas las nadadoras.

Si alguien no desea participar en las competiciones, teniendo en cuenta lo anteriormente expuesto y la prolongación de las competiciones hasta junio (e incluso julio) igualmente se



pide que se informe a la gerencia o a la entrenadora, para que se pueda hacer una correcta organización de los entrenamientos con tiempo.

Es importante también comunicar a través de los cauces adecuados, es decir, del Whatsapp de cada categoría, las ausencias que vayamos a tener.

Los días festivos no hay entrenamiento.

En Navidades, Semana Santa y puentes, suele organizarse un período de entrenamiento. La entrenadora informará mediante WhatsApp de los horarios que se utilizarán y en qué piscina se realizarán, pues está sujeto a modificación. En estos casos, si alguien no va a estar y no va a poder participar, igualmente se pide que se informe sobre las ausencias.

Existe la posibilidad de que por competiciones en la Piscina Sonia Reyes, no podamos realizar algún entrenamiento a lo largo de la Temporada. En estos casos, la gerencia busca otras posibilidades de entrenamiento en la Piscina Huerta de Lara para el agua, y en el Polideportivo David Santamaría para el seco. Igualmente, si no se va a poder acudir, se ruega información.

Todo esto fomenta la correcta organización de los grupos y los entrenamientos.

BAJAS.

Las bajas pueden producirse en cualquier momento a lo largo de la temporada, previa comunicación a la gerencia a través del email: info@canguadalajara.es e información a la entrenadora.

Compromiso de Permanencia por formación y PENALIZACIÓN. La inscripción como **deportista federado** en **Natación artística** implica el compromiso de completar la temporada completa, garantizando así la continuidad de los equipos y la planificación técnica. Los conocimientos, técnicas y rendimiento que adquieren nuestros deportistas son fruto del trabajo y la dedicación del equipo técnico de nuestro club a lo largo de todo todas las temporadas que ha permanecido la nadadora en el Club.

Por ello, en caso de baja anticipada antes de finalizar el periodo contratado, el deportista (o sus tutores legales) deberá abonar las cuotas mensuales restantes hasta completar la anualidad y tendrá una penalización de: 350 €.

Siempre estamos abiertos a comentarios y sugerencias, por lo que si quieres antes de darte de baja, intentaremos ayudarte a conciliar y a hacer lo posible para que te encuentres a gusto con nosotros.

REDES SOCIALES.

Tenemos en marcha un nuevo proyecto de redes sociales en el que podrás ir conociendo todas las novedades a través de Instagram, Facebook y nuestra página web:

 @canguadalajara

 Club Arriacense Natación

 www.canguadalajara.es

Aquí podrás tener toda la información actualizada.



CAN
SincroCAN – MasterCAN
SalvamentoCAN
Club Arriacense de Natación
Guadalajara

SincroCAN

CONTACTO.

El medio de contacto será vuestra entrenadora y el mail de gerencia: info@canguadalajara.es.

Ambos estarán siempre a vuestra disposición en cualquier momento.

AGRADECIMIENTO.

Importante agradecer a todos el compromiso que tenéis con nuestro Club, pues sabemos que es difícil seguir el ritmo de los entrenamientos en fin de semana, suponiendo compromiso y sacrificio, por lo que agradecemos vuestra implicación y colaboración.

Gracias nuevamente por formar parte de nuestra familia y esperamos que esta temporada sea buena para todos y sea una forma de aprendizaje y diversión para nuestras grandes nadadoras.