

## باشگاه کوهنوردی آلاله کوهستان شهرستان آمل

### آیین نامه داخلی و مقررات باشگاه

اگر ورزش کوهنوردی را تازه شروع کرده اید در ابتدای کار ممکن است مسایل و مشکلاتی برای شما به وجود بیاید، با پیدا کردن یک همراه با تجربه، کار تا حدی آسان می شود باید بدانید که یک فرد کارکشته و شایسته می تواند کمک شایانی در راه موفقیت برای شما باشد. برای کوهنورد شدن لازم نیست در ابتدای کار به قله دماوند صعود کنید، بلکه تحت آموزشهای لازم تجربیات مربوط به راهپیمایی و کوهپیمایی را کسب کنید و به این ترتیب پایه کوهنوردی خود را تقویت نمایید و در کنار آموزشهای کوهنوردی با شرکت در دوره های سنگ نوردی و آموزش برف و یخ و یادگیری نحوه استفاده از کلنگ، طناب، ابزار فنی و همچنین آگاهی از علوم کوهنوردی از قبیل بهمن شناسی، تغذیه، نقشه خوانی و ... به سمت کوهنوردی مدرن حرکت کنید و تبدیل به کوهنوردی آگاه و آشنا با روشها، فنون و استانداردهای روز دنیا شوید.

هرگز تنها به کوه نروید حتی یک کوهنورد با تجربه هم ممکن است به دلیل پیچ خوردن مچ پایش نتواند حرکت کند و اگر همراه نداشته باشد ممکن است جان خود را از دست بدهد، کوهنوردی ورزشی گروهی است و میدانیم در هر گروهی بدون وجود قوانین و مقررات و عدم آگاهی اعضا از حوزه اختیارات و وظایف خود، رشد، پیشرفت و دستیابی به اهداف تعیین شده بسیار مشکل بوده و چه بسا موجب آسیبهای جدی و جبران ناپذیر گردد.

### تعاریف و پیش شرط ها

- سرپرست پر مسئولیت ترین عضو هر گروه کوهنوردی و بالاترین مرجع تصمیم گیری است.
- حیطه مسئولیت سرپرستان در دوره آموزشی تابع دستورالعمل های آموزشی است.
- این آیین نامه برای استفاده افراد بالای ۱۸ سال (سرپرست یا شرکت کننده) تنظیم شده است.
- هرگونه پیش شرط و تعهدی که روند اجرای برنامه، انسجام گروهی و یا سلامت اعضا را به چالش اندازد، باطل است.
- دستاورد فعالیت گروه مانند گزارشهای رسمی و مکتوب و منافع مرتبط با آن اعم از مادی و معنوی متعلق به باشگاه، تمامی اعضا و پشتیبانان برنامه است.

### وظایف سرپرست

- در یک برنامه هدفمند کوهنوردی، حفظ سلامت اعضا مهمترین وظیفه سرپرست است.
- قبل از اجرای هر فعالیت کوهنوردی می باید هدف اصلی و کلیات برنامه توسط سرپرست اعلام گردد.
- هدف اصلی حین اجرای برنامه قابل تغییر نیست مگر به دلایل غیرقابل پیش بینی یا جهت حفظ سلامت اعضا.
- یک سرپرست نمیتواند در زمان واحد بیش از یک برنامه را سرپرستی نماید.
- سازماندهی گروه و تقسیم وظایف اعضا به عهده سرپرست است.
- سرپرست میتواند هر بخشی از اختیارات خود را به غیر واگذار نماید. این تفویض اختیار به معنای سلب مسئولیت از وی نیست.
- تهیه امکانات و تدارکات عمومی مورد نیاز برنامه.
- رسیدگی به مشکلات اعضا مرتبط با هدف در طی اجرای برنامه.
- ارتباط با مسئولین رسمی و محلی و دیگر گروههای فعال در منطقه از وظایف سرپرست است.
- سرپرست با توجه به هدف برنامه و تجربه و توان فردی اعضا، جهت تعیین مدت، شیوه و سطح فعالیت آنها اختیار تام دارد.
- تصمیم گیری در مورد برنامه صعود، شیوه هم هوایی، مسیر صعود و ترکیب نفرات با توجه به میانگین سطح اعضا توسط سرپرست انجام می گیرد.
- سرپرست نمیتواند اعضا را ملزم به شرکت در امری که مرتبط با هدف برنامه نیست نماید بخصوص اموری که میتواند خطراتی در پی داشته باشد مانند امداد و نجات.
- ارائه گزارش برنامه از وظایف سرپرست است.

#### وظایف مسئول فنی

- مسئول فنی موظف است ضمن بررسی دقیق وضعیت فنی اعضا با برنامه ریزی کوتاه مدت و درازمدت و با هماهنگی سرپرست در جهت رشد فنی باشگاه حرکت نماید.
- همکاری و ارائه نظر در تدوین تقویم ورزشی.
- تحویل گرفتن گزارش برنامه و کروکی از سرپرست و برطرف نمودن اشکالات آن جهت در اختیار گذاشتن به مسئول روابط عمومی برای درج در نشریه، بولتن و وب سایت باشگاه.
- تایید صلاحیت فنی افراد جهت شرکت در برنامه های باشگاه.
- همکاری با سرپرست جهت برگزاری برنامه های مشترک با فدراسیون کوهنوردی، هیئت ها و سایر گروه های ورزشی.
- نظارت بر نحوه اجرای برنامه های کوهنوردی باشگاه و بررسی کیفیت لوازم و تجهیزات فنی اعضای باشگاه.
- برگزاری کلاسهای آموزشی عملی و نظری.
- تهیه و گردآوری نقشه و کروکی از قله ها، دیواره ها و مناطق دیگر جهت استفاده باشگاه و در موارد آموزشی.

#### وظایف مسئول روابط عمومی

- کمیته روابط عمومی بازوی ارتباطی ارکان مختلف باشگاه با سایر اعضای گروه می باشد.
- دریافت و تدوین انتقادات و پیشنهادات جهت انتقال به مسئولین مختلف باشگاه.
- همکاری با مسئول فنی در جهت بالا بردن سطح فنی گروه از طریق در اختیار گذاشتن جزوات و منابع علمی برای اعضا.
- تهیه آرشیو کامل از گزارش برنامه ها، عکس، فیلم و... .
- راه اندازی و به روزرسانی بولتن مناسب (نظیر وبلاگ، وب سایت) و کلیه امور تبلیغاتی جهت اطلاع رسانی به اعضا. تمامی اطلاعیه ها، برنامه ها و زمان و مکان برگزاری از این طریق اعلام می گردد.
- در هنگام جذب نفرات جدید، توجه آیین نامه داخلی و مقررات گروه.

#### وظایف اعضا

- رعایت و اجرای اساسنامه و آیین نامه داخلی.
- همکاری با مسئولین باشگاه در راستای اهداف، استراتژی و وظایف محوله.
- رعایت شئونات و موازین اسلامی و اخلاقی.
- رعایت کلیه نکات لازم جهت حفظ پاکیزگی و حفاظت از محیط طبیعت و کوهستان.
- شرکت در هر فعالیت کوهنوردی به معنای به رسمیت شناختن صلاحیت و اختیارات سرپرست آن برنامه است.
- کلیه اعضا ملزم به تبعیت از تصمیمات سرپرست در تمامی شرایط هستند.
- مناسب است متقاضیان قبل از شرکت در برنامه، رفتار و سابقه ورزشی سرپرست را مورد توجه قرار دهند.
- هر عضوی موظف است پیش از برنامه محدودیتهای و مشکلات روحی و جسمی خود و یا همراهان خود را به اطلاع سرپرست برساند.
- اعضا میتوانند در هر زمان از ادامه فعالیت و همکاری با باشگاه انصراف دهند، اما در حین اجرای برنامه تا زمان مراجعه به مبداء حرکت و اعلام پایان برنامه اجازه شرکت در فعالیتی مستقل را نداشته و تابع تصمیمات سرپرست خواهند بود.
- اعضا موظفند خطرات مسیر فعالیت و مشکلات روحی و جسمی خود را به سرعت به اطلاع سرپرست برسانند.
- تمامی اعضا و مسئولین برنامه ریزی و اجرایی گروه در تمامی شرایط ملزم به تبعیت از سرپرست برنامه هستند و نظرات آنها برای سرپرست تنها جنبه مشورتی و پیشنهاد دارد.
- همکاری با مسئولین اجرایی برنامه که از طرف سرپرست تعیین می شوند الزامی است.