



ENKA SPOR KULÜBÜ

YÜZME ŞUBESİ

VELİ EL KİTABI



Enka Spor Kulübü Yüzme takımına hoş geldiniz!

Şubemiz, ENKA Spor Kulübünün bir parçası olarak; FINA (Dünya Yüzme Komitesi), LEN (Avrupa Yüzme Komitesi) ve TYF (Türkiye Yüzme Federasyonu) kuralları çerçevesinde yarışma amaçlı yüzücüler yetiştiren bir kurumdur. Yüzme Şubemiz rekabetçi bir ortamda mükemmelliğe ulaşmak için sürekli kendini geliştirmektedir ve yenilemektedir.

Bu el kitabı velilerimiz ve sporcularımız için bir yol haritası niteliğindedir.

Yüzme Şubemiz; Şube Kaptanımız Orhan YILMAZ, Baş Antrenörümüz Tamaş VAJDA, Baş Antrenör Yard. Ender KALPAK ve deneyimli Antrenörlerimiz Anka DAMYANİDİS, Murat NAİMOĞLU, Sezar ALGÜL, Can DİNÇ, Ayhan KOÇ, Esra OTMAN, Tolga ÇAĞATAY, Emin TOPRAKLI, Gamze ŞAHİN ve Gizem ŞİŞMAN'dan oluşan bir kadroya sahiptir ve takımımızı başarılarla taşımak için çalışmaktadır.

İçindekiler

Enka Yüzme Şubesi Organizasyon Şeması

Misyonumuz

Amacımız

Enka Yüzmeye Nasıl Katılım

Yüzme Şubesi Aidat Sistemi

Yüzme Şubesi Aidat Kuralları

Yüzme Şubesi Aidat Tablosu ve Barajlar

Yüzme Antrenmanlarına Getirilecek Malzemeler

Yüzücü Lisans İşlemleri

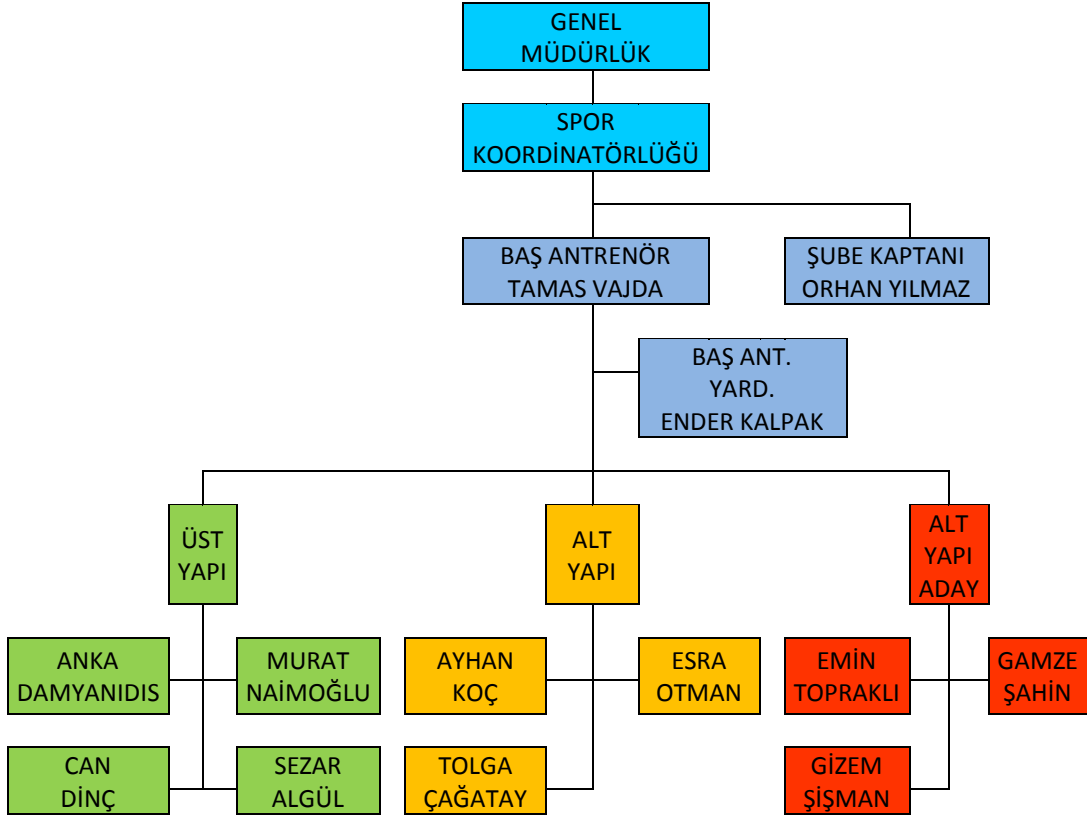
Enka Yüzme Şubesi Çalışma Sistemi

Antrenman ve Yarışmalarda Sporcularımızın Dikkat Etmesi Gereken Hususlar;

Velilerin Katılımı

Yüzme Şubesi İletişim Bilgileri

ENKA SPOR KULÜBÜ YÜZME ŞUBESİ
ORGANİZASYON ŞEMASI



Misyonumuz

Kulübümüz; “Milli Eğitimimizin Genel Amaç ve Temel İlkeleri” uyarınca, gençlerin bedeni ve ruhi gelişmelerini sağlamak; onlara sporu sevdirmek, amatör ruhlu sporcular yetiştirmek; Spor eğitim ve ahlakını geliştirmek; Sporcuları arasında sevgi ve dayanışmayı artırmak; Türk sporunun çağdaş spor düzeyine ulaşmasına katkıda bulunmak temel amaçları doğrultusunda hizmet veren bir spor kulübüdür.

Amacımız

Sporcularımızın; Kulübümüzün faaliyet göstermekte olduğu diğer branşlarda olduğu gibi pozitif bir rekabet ortamında, yüzme sporunu profesyonelce yaparak ulusal ve uluslar arası yarışmalarda yer alması, Türkiye Rekorları kırması ve Avrupa, Dünya Şampiyonaları ile Olimpiyatlar gibi üst düzey organizasyonlarda yarışabilecek seviyeye ulaşarak ülkemizi başarıyla temsil edebilmeleridir.

ENKA YÜZME’ ye nasıl katılırım?

Yüzme takımımıza Spor Okullarımız, Enka Okulları ve çevre okullardan yapılan seçmeler ile bireysel başvuruların antrenörlerimizin yapacağı analize bağlı değerlendirilmeleri ile yeni yetenekler kazandırılmaktadır.

Ayrıca, ülke genelinde faaliyet gösteren ve Baş Antrenörümüz ve Teknik kadromuzun değerlendirmesi sonucu yaş grubunda gelecek vaat ederek, bu branşta profesyonelliği hedefleyen sporcular gerekli yasal prosedürler yerine getirerek kulübümüz sporcusu olabilir.

YÜZME ŞUBESİ AİDAT SİSTEMİ

Sayın Velimiz,

Faaliyet gösterdiğimiz yıllar boyunca branşımızla ilgili amaçladığımız hedeflere yönelik önemli mesafeler kat ettik.

Yeni sezonda da bu hedefleri geliştirmek adına planlarımızı yaptık ve uygulamaya başladık.

Öncelikli hedefimiz sporcularımızın fiziksel ve zihinsel gelişmelerine katkıda bulunmak ve onların sportif alanda başarılı olmalarını sağlamaktır.

Başarıya ulaşmanın yolu da disiplinli bir şekilde çok çalışmaktan geçmektedir.

Sporcularımızdan bu başarıyı isterken onlara daha iyi ve kaliteli hizmeti sunmanın da bizim görevimiz olduğunu biliyor ve bunun için de en iyiyi yapmaya çalışıyoruz.

Branşımızda, yerli ve yabancı bir çok başarılı kulübün uyguladığı ve üst düzeyde performans elde etmek için pozitif motivasyon kaynağı olarak da kullanılan aidat sistemi, sporcularımız için hedeflenen başarılarla ulaşılabilmesi yolunda kullanılan araçlardan biri olarak değerlendirilmelidir.

ENKA SPOR KULÜBÜ YÜZME ŞUBESİ ANTRENMAN AİDATI
2014-2015 KURALLARI

- * Aşağıda belirtilen aidatlar **Ağustos** ayı haricinde her ay ödenir.
- * Aidat ödemeleri; 01 Ekim 2014 tarihi itibarıyla tüm ödemeler gerçekleştirilmelidir. **Aidat Ödemesi yapılmamış sporcularımız antrenmanlara alınamayacaktır.** Ödemeler **kredi kartıyla taksitli** ya da **peşin olarak (%10 indirimli)** yüzme havuz resepsiyonundan yapılabilir.
- * Alt yapı **aday kadrosuna** seçilen sporcular, ilgili aidatı öderler, sezon içinde ilerleyen dönemde alt yapı grubuna yükselmeleri durumunda 1 sezon sonra **standart aidatı** ödemeye başlarlar.
- * Aidat ödemeleri aşağıda belirtilen kriterler doğrultusunda yapılır;

I. Kategori	
2013-14 yüzme sezonunda Milli Takımlarda Yarışan Yüzücüler	Aidat Alınmaz
2014 Türkiye Yaz Yüzme Şampiyonasında ilk 8 derece arasına girenler (13-14K /15-16K/17+K/ Açık Yaş Kız) (13E / 14E / 15-16E / 17-18E / 19+E / Açık Yaş Erkek)	
II. Kategori	
Enka Spor Kulübü 13 yaş kız – erkek (2002doğumlular) barajlarından en az 3 ayrı mesafede kulüp barajını geçen sporcular (Tablo 2)	Aidatın %50'si
III. Kategori	
Enka Spor Kulübü 13 yaş kız – erkek (2002doğumlular) barajlarından en az 2 ayrı mesafede kulüp barajını geçen sporcular (Tablo 2)	Aidatın %75'i
IV. Kategori	
1.nci kategoride belirtilen yaş gruplarında yarışan ve 2014 Türkiye Yaz Yüzme Şampiyonasında ilk 8 derece arasına giremeyenler	Standart Aidat
2002 doğumlularda 1 baraj geçen sporcular dâhil tüm altyapı sporcuları	
V. Kategori	
Alt Yapı Aday Kadro	İlgili Aidat

- * 2014 – 2015 sezonun yaş kategorileri aşağıdaki gibidir;

Kızlar;

17 + = 1998 ve üstü
15-16 = 2000 – 1999
13-14 = 2001 – 2002
11-12 = 2003 – 2004
9-10 = 2005 – 2006
7-8 = 2007 – 2008

Erkekler;

19+ = 1996 ve üstü
17-18 = 1997 – 1998
15-16 = 1999 – 2000
14 = 2001
13 = 2002
11-12 = 2003-2004
9-10 = 2005-2006
7-8 = 2007-2008

* 1.nci kategoriyle ilgili değerlendirmeler 2014 Türkiye Yaz Yüzme Őampiyonası ve 2014 yılı Millî Takım Yarışmaları sonuçlarına göre yapılır, diğer ulusal ve uluslararası yarışmalar değerlendirme kapsamı dışındadır. 2.nci ve 3.nc kategori ile ilgili değerlendirmeler Türkiye Yüzme Federasyonunun Faaliyet programında yer alan tüm resmi 25m ve 50m yarış sonuçlarına göre yapılır.

* Enka Spor Kulübü 2002 doğumlular barajlarını geçemeyen sporcular gerektiği takdirde değerlendirme sonucu eleme sistemine tabi tutulur.

* Mevcut indirimler haricinde herhangi bir indirim bulunmamaktadır.

* Maddi durumu yeterli olmayanlar gelirlerini gösteren belge ve ilgili dilekçeyle birlikte Yüzme Baş Antrenrlęne 20 Eylül 2014 tarihine kadar bařvuru yapabilirler. branş yetkililerinin görüřü ve kulüp yönetiminin onayı doğrultusunda Aidat durumu belirlenir.

* Tüm Sporcularımız; Enka Spor Kulübü Sporcularının Uyması Gereken Davranış Kurallarına uymakla yükümlüdürler.

* Uygulama takibinden Havuz İdare Amiri sorumludur.

ENKA SPOR YÜZME ŞUBESİ AİDAT TABLOSU

2014 – 2015 Yüzme Aidatı Kategorileri	Aylık (TL)	Toplam (TL)	Peşin
I.Kategori	Muaf	-	%10 indirim
II.Kategori	95,00	1045,00	
III.Kategori	143,00	1573,00	
IV.Kategori (Standart Aidat)	190,00	2090,00	
V.Kategori (Alt yapı Aday Kadro)	220,00	2420,00	
Kardeř Aidatı (Kardeřlerden birine uygulanır)	180,00	1980,00	

ENKA BARAJ KRİTERLERİ

ENKA BARAJLARI HER SEZON BAŞINDA TEKNİK KADRO TARAFINDAN YENİLENEREK AÇIKLANIR.

Ocak ve Ağustos aylarında olmak üzere yılda 2 defa Branş Değerlendirmesi yapılmaktadır. Sporcuların, gruplarına devam edebilmeleri ve Aidatlar için belirlenen barajlar aşağıdaki şekildedir;

ENKA YÜZME ŞUBESİ 2014-2015 YÜZME SEZONU 13 YAŞ (2002 DOĞUMLULAR) KULÜP BARAJLARI				
KIZLAR (50M HAVUZ)	KIZLAR (25M HAVUZ)	BRANŞ	ERKEK (25M HAVUZ)	ERKEK (50M HAVUZ)
31.94	31.29	50 SRB	28.17	29.02
1:10.09	1:08.66	100 SRB	1:02.37	1:05.10
2:32.08	2:29.64	200 SRB	2:17.92	2:21.57
5:21.91	5:16.12	400 SRB	4:54.59	5:05.44
36.42	34.59	50 SIRT	31.38	33.36
1:18.23	1:14.34	100 SIRT	1:07.92	1:12.09
2:46.96	2:41.57	200 SIRT	2:27.27	2:35.34
39.68	38.76	50 KRB	35.04	37.01
1:26.62	1:24.39	100 KRB	1:17.18	1:21.13
3:07.25	3:01.14	200 KRB	2:47.48	2:56.28
33.74	32.81	50 KLB	30.25	31.13
1:15.35	1:14.10	100 KLB	1:07.28	1:09.14
2:43.96	2:42.57	200 KLB	2:31.44	2:34.77
2:49.80	2:47.72	200 KRŞ	2:32.16	2:38.22
6:01.32	5:51.38	400 KRŞ	5:26.86	5:38.43

Yüzme Antrenmanlarına Getirilecek Malzemeler;

Tüm ENKA yüzücülerinin antrenman ve yarışmalara (en az),

- * 2 adet su gözlüğü,
- * 2 adet havlu ya da bornoz,
- * Ayak ve el paleti (yaş grubuna göre farklılık gösterebilir)
- * 2 adet bone
- * Şnorkel
- * Su şişesi
- * 2 adet mayo ile gelmeleri gerekmektedir.

Yüzücülerimizin yanlarında elma, kuru üzüm veya diğer sağlıklı yiyecekler getirerek aç karnına yüzmeleri veya bunları antrenman sonunda atıştırmaları tavsiye edilir. Yüzücülerin malzemelerinin üzerine isimlerini yazmaları önemle rica olunur.

***Tüm ENKA Yüzücülerinin yüzme yarışlarında ENKA bonesi ile yüzmeleri şarttır.**

YÜZÜCÜ LİSANS İŞLEMLERİ

ENKA Lisansı olan sporcularımızın lisansları her yıl 1-30 Ekim tarihleri arasında vize yaptırılmalıdır. Vize işlemleri tarafımızca yapılacak olup, işlemin tamamlanabilmesi için sporcularımızın belirtilen tarihler içinde antrenörlerine 1 adet vesikalık fotoğraf ve güncel sağlık raporunu teslim etmeleri gerekmektedir.

Diğer Kulüplerden Kulübümüze Gelen Sporcuların;

- * Geldikleri kulüpten alınan ilişki kesme belgesi (bonservis),
 - * 4 fotoğraf
 - * Nüfus cüzdanı fotokopisi
 - * Taahhütname
 - * Sağlık raporunu
- yüzme baş antrenörlüğüne teslim etmeleri gerekmektedir.

Alt Yapı Gruplarında İlk Defa Lisans Çıkartacak Sporcuların;

- * 4 fotoğraf
 - * Nüfus cüzdanı fotokopisi
 - * Veli İzin Belgesi
 - * Sağlık raporunu
- antrenörlerine teslim etmeleri gerekmektedir.

ENKA YÜZME ŞUBESİ ÇALIŞMA SİSTEMİ

Alt Yapı Aday / Alt Yapı
Üst Yapı

: 12 yaş ve Küçükler
: 13 yaş ve Büyükler

ALT YAPI ADAY:

Alt Yapımıza kanalize edilmeye aday ve başlangıç seviyesindeki sporcularımızdır. Bu gruptaki sporcularımız, çalışma süresine paralel olarak teknik açıdan gelişmektedirler ve bu gelişme her sporcu için değişik olmaktadır.

Gelişmelerinin seviyesine göre yüzücülerimiz seviye grupları olmak üzere ayrılırlar. Teknik olarak, bu seviyede sporcularımız 5 ana yarışma stili olan SERBEST, SIRTÜSTÜ, KELEBEK, KURBAĞALAMA ve KARIŞIK stillerini ve bu stillerin dönüş / depar tekniklerini öğrenirler.

Ayrıca takım ruhu, centilmenlik, kazanmak ve kaybetmek, malzemelerine sahip olmak, zamanında antrenmana gelmek, hocalarına ve büyüklerine saygı göstermek, kulüp bina ve eşyalarına özen göstermek gibi ana hayat tecrübelerini de bu aşamada öğrenmeye başlarlar. Bu saydıklarımızı öğrenme süreci sporcularımızın yaşları ve seviyeleri ne olursa olsun devam edecektir.

ALT YAPI:

ENKA Yüzme Şubesinin kalbini teşkil eden gruptur. Bu seviyede sporcularımız artık ciddi yüzme antrenmanları yapmayı öğrenirler. Metraj artar, yarışma teknikleri, testler, tempolar, kara çalışmaları ve beslenme şekilleri farklılaşır.

ÜST YAPI (13 ve Üstü Yaş Grubu)

Türkiye Şampiyonalarına katılan ve Milli Takımlarımıza seçilme hakkı elde eden yüzücülerimizin bulunduğu seviyedir. Bu gruplar, haftada yaklaşık 11 antrenman yaparak, ulusal ve uluslar arası şampiyonalarda kulübümüzü ve ülkemizi temsil etmek için çalışırlar.

Milli Takıma seçilen sporcularımız, Balkan Şampiyonaları, COMEN Cup, Multinations, EYOF, Akdeniz Oyunları, Avrupa ve Dünya Şampiyonaları ve Olimpiyatlar gibi uluslar arası organizasyonlarda ENKA Sporcuları olarak ülkemizi temsil ederler.

Antrenman grupları ve Gruplardan Sorumlu Antrenörler, Baş Antrenör tarafından belirlenir.

Antrenman ve Yarışmalarda Sporcularımızın Dikkat Etmesi Gereken Hususlar;

ENKA yüzücüleri Baş Antrenörün hazırlayacağı plan ve program doğrultusunda antrene edilir ve yine Baş Antrenör ve Teknik Kadronun planlaması, Kulübün Onayı doğrultusunda yıl boyunca resmi ve özel tüm müsabakalara katılırlar.

ENKA yüzücüleri Teknik Kadro ve Kulüp Yönetiminin onayı dışında herhangi bir başka antrenman veya müsabakaya katılamazlar.

Antrenmanlar ve Yarışmalar ile ilgili tüm teknik konulardan Yüzme Baş Antrenörü ve Teknik Kadro sorumludur.

Enka Spor Kulübü Sporcularının,

ENKA Antrenörleri dışında;

- * **başka bir antrenör ile çalışmaları,**
- * **antrenman yapmaları**
- * **veya özel ders almaları**

kesinlikle kurallarımız dışındadır.

Sporcularımızın ve velilerinin bu konuya hassasiyet göstermelerini önemle rica ederiz.

Sporcularımız;

* Takım arkadaşlarına, antrenörlerine, yöneticilerine, tesis personeline ve velilere karşı saygılı davranış içinde bulunmalı, grupların disiplinini bozmadan antrenmanlarını gerçekleştirmelidir.

* Antrenman devamlılığına gereken özeni göstermelidir.

* Antrenman saatinden en az **15 dakika önce** havuz kenarında tüm malzemeleri ile hazır olmalıdır.

* Yarışmalarda ; kulüp malzemeleri, en az 2 adet tshirt, mat, su şişesi, 2şer adet gözlük, Enka bonesi, mayo, ekstra antrenörün tavsiye ettiği hafif ara öğünleri ve ayrıca gerekli olan tüm malzemeleri getirmelidir.

* Madalya alacak yüzücülerimizin şeref kürsüsüne mutlaka ENKA Eşofmanı ile çıkmalıdır.

* Yarışmalarda tüm ekip bir arada oturmalıdır. Toplu oturma Antrenörlerin yüzücülerimize kolayca ulaşmasını, sporcularımızın birbirlerine destek olmalarını sağlayacağı için çok önemlidir. Sporcularımızın erken gelip kendilerine yarışlar boyunca rahat edecekleri iyi bir yer tutmaları önemle önerilir. (Bu konuda çoğu zaman velilerimizden yardım almaktayız.)

* Yarışmalardan önce yapılan ısınma çok önemlidir. Isınmaya geç kalınmaması için ısınma başlama saatinden en az 15-20 dakika önce havuzda olmak gerekir.

- * Müsabakalarda, yüzücülerin yarışlarından önce ve sonra antrenörlerinden performansları ile ilgili geri bildirim almaları gelişimleri açısından büyük önem taşımaktadır.
- * Müsabaka yerinden herhangi bir sebeple ayrılmak isteyen yüzücüler mutlaka antrenörlerine haber vermelidir.
- * Antrenörler genellikle ısınmadan sonra kısa bir takım toplantısı yaparlar. Bu çok önemlidir ve tüm sporcuların bu toplantıya katılmaları gerekmektedir.
- * Müsabakalara gidiş gelişler ve İstanbul dışındaki yarışlarda otel ve yemek ihtiyaçları kulüp tarafından karşılanır. (Uçak ile gidilmesi halinde sporcu velilerinin katkıda bulunması istenebilir.)

Yüzücülerimiz, Kulübümüzün davranış kurallarına ve dikkat etmesi gereken hususlara aykırı davranış sergiliyor ve kendisine yapılan uyarıları dikkate almıyor ise Baş Antrenör ve Grup Antrenörü sporcu ve velisi ile toplantı yaparak konuyla ilgili bilgi paylaşımında bulunulur. Sorun bu şekilde çözülemez ise ilgili kurula yönlendirilir.

DISİPLİN KURALLARI

Tüm Yüzücülerimiz;

Enka Spor Kulübü Disiplin Yönetmeliğine ve Enka Spor Kulübü Sporcularının Davranış Kurallarına uymakla yükümlüdür.

<http://www.enkaspor.com/kuluphakkında/disiplinyonetmeligi>

Velilerin Katılımı

Sporcuların başarılarında veliler kilit unsurlardan biridir. Antrenör, veli ve sporcunun katılımı ile yapılan toplantılarla belirlenen hedefler doğrultusunda veliler, sporcuların antrenman ve yarışmalara en verimli halde katılabilmesi için gereken ev ortamını sağlarlar. Sporcunun performansında yapılan antrenman kadar dinlenme, beslenme, uyku, düzenli ve planlı yaşam ve akademik devamlılık konularında velilerin rolü önemli ve büyüktür.

Velilerin Anahtar Roller:

- * Sporcuların kişisel gelişimini destekleyerek, cesaretlendiriniz. .
- * Diğer sporcular ile karşılaştırılmada bulunmayınız.
- * Çocuğunuzu yarış öncesi ve sonrasında performansı ile ilgili ilk önce antrenörüyle konuşması için yönlendiriniz.(Lütfen ilk yorumu antrenörün yapmasına özen gösteriniz.)
- * Yarışlarda kendinizi strese sokmadan, keyifli ve rahat olunuz. (Ailenin bu duruşu sporcuya güven verecek ve en iyi derecelerini gerçekleştirebilmeleri için destek olacaktır.)
- * Sporcuların antrenmanlara zamanında gelmesi ve ısınmadan, soğumaya verimli bir antrenman geçirebilmeleri için gerekli zamanın sağlanması hususunda özen gösteriniz. (Özellikle yarışma ısınmasına geç katılan bir sporcu panik yaşayacağı gibi, bu durum performansının olumsuz yönde etkilenmesine sebep olacaktır.)

- * Yarışmalarda takımın bir parçası olarak havuzdaki yüzücülerimize destek olup, takım ruhunu canlı tutunuz..
- * Sporculuk geçmişı olan bir veli olsanız dahi lütfen antrenörlüğü antrenörlere bırakınız.
- * Sorularınız ve endişeleriniz varsa çocuğunuzun antrenörüyle iletişim kurmaktan çekinmeyiniz.
- * Çocuklarınıza sportif hedeflerini antrenörleriyle belirleyip yakalamaları için cesaret veriniz.

Herhangi bir konuda probleminiz var, ne yapmalısınız?

- * Önce çocuğunuzun antrenörü ile konuyu görüşün,
- * Çözülemediği takdirde Baş Antrenörümüze ve Şube Kaptanımıza konuyu aktarın,
- * Bu görüşmeden sonuç alınamaması halinde Kulüp Spor Koordinatörlüğüne başvurun.
- * Bu da sonuç getirmez ise Kulüp Genel Müdürlüğünden randevu talep edebilirsiniz.

TAKIM İLETİŞİMİ

Web Sitesi

www.enkaspor.com

Kulüp Genel Mail

enkaspor@enka.com

Mail Kutusu :

Tamas Vajda

tamas.vajda@enka.com

Ender Kalpak

ender.kalpak@enka.com

Anka Damyanidis

anka.damyanidis@enka.com

Murat Naimoğlu

murat.naimoglu@enka.com

Can Dinç

can.dinc@enka.com

Sezar Algül

sezar.algul@enka.com

Esra Otman

esra.otman@enka.com

Tolga Çağatay

tolga.cagatay@enka.com

Ayhan Koç

ayhan.koc@enka.com

Emin Topraklı

emin.toprakli@enka.com

Gizem Şişman

gizem.sisman@enka.com

Duyuru Panosu:

Duyurularımız 25 m Havuz Duyuru panosunda yayınlanmaktadır.

Yüzme Antrenörleri Dahili Tel:

0212 – 705 60 73

ENKA SPOR KULÜBÜ

SADI GÜLÇELİK SPOR SİTESİ / İSTİNYE İSTANBUL

0212 705 60 73 / www.enkaspor.com / enkaspor@enka.com