



Cerere de inscriere

FOTO
3x4 cm

Subsemnatul(a) _____

solicit inscrierea in cadrul sectiei de **tir cu arcul** din cadrul Asociatiei Clubul Sportiv "Soimii de Mures".

Declar pe propria raspundere ca nu sunt luat in evidenta organelor de resort cu activitati care sa puna in pericol viata sau integritatea persoanei, nu sufar de boli cardiace, psihice sau de alta natura, care sa ma impiedice sa desfasor activitati sportive cu efort sustinut.

Ma angajez sa respect, in intregul lor, prevederile Regulamentului Clubului si sa respect indicatiile tehnice si de securitate ale instructorului/antrenorului. Imi asum intreaga responsabilitate in cazul accidentelor petrecute in cazuri imputabile mie din timpul antrenamentelor, stagiilor ori concursurilor. Ma oblig sa achit neconditionat si cu regularitate taxele lunare catre club si cele anuale catre federatie.

Prezentul angajament exonereaza instructorii, Clubul si Federatia de orice responsabilitate in ceea ce priveste efectele tuturor actiunilor mele.

Date personale:

1. Numele complet :

2. Data si locul nasterii:

3. Adresa:

- Domiciliul
- Telefon • Mobil
- Email • ID Mess

4. Act de identitate:

- Serie si numar / • Eliberat de / data
- Cod numeric personal

5. Ocupatia:

- Loc de munca • Profesia

6. Viza medicala

Data

Semnatura.....

Clubul Sportiv Șoimii de Mureș

Regulamentul Secției de Tir cu Arcul

Norme de siguranță

Tirul cu arcul este unul dintre cel mai sigure sporturi, dar, ca în oricare alt sport, există și unele măsuri de precauție care trebuie să fie luate în considerare înaintea, în timpul și după terminarea tragerii.

1. Instructorul va verifica în permanentă că măsurile desigurante să fie respectate și nici o persoană să nu se afle în zona de tragere. Arcasii, precum și persoanele care asistă la tragere, trebuie să respecte întocmai instrucțiunile și indicațiile instructorului. (Întrebați dacă aveți nelămuriri!) Nerespectarea acestora poate atrage evacuarea imediată din zona de tragere sau din club.
2. Arcurile trebuie să fie utilizate doar în incinta clubului sau în locuri special amenajate de către oficialii acestuia. Utilizarea arcurilor în alte locuri decât cele menționate se face pe răspunderea personală a utilizatorilor iar clubul își declină orice responsabilitate pentru eventualele consecințe neplăcute, de orice natură, care pot apărea.
3. Purtați haine confortabile; dacă aveți părul lung, legați-l la spate; nu purtați cercei mari; scoateți din buzunarele de la piept toate obiectele proeminente.
4. Prezenta la antrenamente sub influența alcoolului sau a substanțelor interzise în tirul cu arcul (dopaj) este interzisă.
5. Înainte de fiecare sesiune de tragere, precum și în cursul acesteia, arcasii trebuie să verifice starea arcului pe care îl folosesc, urmărind în special eventuale fisuri sau răsuciri ale lamelelor și a crosei, precum și fire sau întărituri rupte ale corzii. În cazul oricărei suspiciuni de defect, al oricărei părți a arcului, se va apela imediat pentru verificare la instructor. Arcul se folosește decât dacă este în perfectă stare.
6. Nu se va trage cu săgeți îndoite, crăpate sau cu pene lipsă.
7. Utilizați întotdeauna echipament de protecție adecvat: protecție de deget și protecție de brat, și după caz, protecție de piept. Cereti instructorului să vă ajusteze echipamentul de protecție în caz că nu o puteți face singuri.
8. Nu trageți niciodată cu un arc fără a avea săgeată în el ("Dryfire"). Se pot produce accidente serioase datorate ruperii lamelelor sau a crosei.
9. Puneți săgeata în arc doar atunci când vă aflați pe "linia de tragere" și doar după ce a fost dat semnalul de începere a tragerii.
10. Un arc trebuie să fie îndreptat numai către țintă. Sub nici un motiv arcul, mai ales având săgeata în el, nu trebuie să fie îndreptat către o altă persoană. Asigurați-vă că puteți trage în siguranță și că o eventuală săgeată ricoastă nu va lovi pe nimeni.
11. Săgețile vor fi trase doar către țintă și în nici un caz în altă direcție (nici măcar în sus, în aer).
12. Dacă o săgeată sau o parte din echipamentul de tragere a căzut pe direcția de tragere către țintă în timp ce tragerea este în curs, aceasta nu va fi recuperată decât după ce toți arcasii îi vor fi terminat toate săgețile.
13. În cazul în care o persoană sau un animal (de exemplu, un câine) intră în zona de tragere în timp ce tragerea este în curs de desfășurare, instructorul va emite un semnal de urgență și toți arcasii trebuie să se oprească imediat. Chiar și în cazul în care

un arcas este pe punctul de a trage, dacă semnalul de urgență a fost dat, acesta trebuie să se oprească imediat și să nu elibereze săgeata. Vârful săgeții va fi îndreptat către sol, iar arcul se va destinde încet, fără eliberarea săgeții. Săgeata se va scoate din arc până când instructorul va permite reluarea tragerii.

14. Când un arcas termină de tras toate săgețile, se va retrage de pe linia de tragere în spatele liniei de așteptare, punând în suportul său arcul cu care a tras. În acest fel instructorul va observa clar cind toți arcasii au terminat.

15. Deplasarea către țintă pentru recuperarea săgeților se va face doar după ce toți arcasii au terminat de tras și numai după ce instructorul a dat semnalul corespunzător. Fiecare arcas se va deplasa doar către ținta în care a tras, în pas alert, fără să fugă.

16. Dacă mai mulți arcasi au tras în aceeași țintă, aceștia își vor recupera pe rând săgețile din țintă, fiind atenți ca la extragere să nu rănească persoana aflată în spatele său.

17. Dacă există săgeți care au ajuns în spatele țintelor, cel puțin un membru al grupului de trăgători trebuie să rămână în fața țintei în timp ce ceilalți sunt în căutarea săgeților.

18. După recuperarea propriilor săgeți, arcasii trebuie să ajute la găsirea săgeților care au ratat ținta.

19. Săgețile se vor transporta doar în tolbă, cu vârful îndreptat spre interior, ținute în față și fără a fugi.

20. Înainte de următoarea tragere, toți arcasii trebuie să revină pe linia de așteptare. Instructorul va verifica dacă mai este cineva în spatele țintei sau în zona de tragere înainte de a da următorul semnal de începere a tragerii.

Comenzile pentru controlul tragerii

Fluier: DOUA semnale;

Verbal: "Arcasii pe linia de tragere!";

Acțiune: Arcasul își ia arcul din suport și se mută de pe linia de așteptare pe linia de tragere. Săgețile nu se pun în arc.

Fluier: UN semnal;

Verbal: "Începeți tragerea!";

Acțiune: Arcasii pot începe tragerea.

Fluier: TREI semnale;

Verbal: "Mergeti și recuperați săgețile,";

Acțiune: Arcasii au finalizat tragerea, au așezat arcurile în suporturi și s-au retras în spatele liniei de așteptare. După ce semnalul a fost dat, arcasii se vor deplasa către ținte pentru recuperarea săgeților.

Fluier: PATRU sau mai multe semnale (SERIE de semnale);

Verbal: "Stop, stop, stop, stop" sau "Încetați tragerea"

Acțiune: Situație de urgență : tragerea trebuie oprită imediat! Săgețile se pun în tolbă, arcurile în suport iar arcasii se retrag în spatele liniei de așteptare pînă la rezolvarea situației apărute.

Semnatura.....