



REGULAMENTO INTERNO

Sport Abrantes e Benfica – Futebol Formação

Época Desportiva 2025/2026

1. Disposições Gerais

O presente regulamento estabelece as normas de funcionamento e conduta da formação do Sport Abrantes e Benfica, aplicáveis a todos os atletas, encarregados de educação, treinadores, dirigentes e demais colaboradores.

2. Objetivos da Formação

Promover o desenvolvimento desportivo, humano e social dos atletas.

Fomentar valores como respeito, responsabilidade, espírito de equipa e disciplina.

Garantir condições seguras e pedagogicamente adequadas para a prática do futebol.

3. Organização do Clube e Estrutura Técnica

A formação do clube é coordenada por uma Direção Técnica e organizacional que integra:

- Diretores de Escalão
- Treinadores Principais e Adjuntos
- Preparadores físicos e técnicos de guarda-redes (quando aplicável)
- Coordenação Geral da Formação



4. Direitos e Deveres do Atleta

Direitos:

- Ser tratado com respeito, equidade e justiça.
- Ter acesso a treinos de qualidade e participação adequada nos jogos.
- Ser ouvido nas decisões que o envolvam diretamente.

Deveres:

- Respeitar os colegas, treinadores, árbitros e adversários.
- Ser assíduo e pontual nos treinos e jogos.
- Utilizar corretamente o equipamento fornecido.
- Zelar pelo bom nome do clube dentro e fora do campo.

5. Direitos e Deveres do Encarregado de Educação

Direitos:

- Ser informado sobre a evolução e conduta do atleta.
- Assistir aos jogos e eventos do clube de forma respeitosa.
- Ter acesso aos canais de comunicação com a direção e equipa técnica.

Deveres:

- Cumprir os prazos de pagamento definidos pelo clube.
- Promover uma atitude positiva e colaborativa junto do atleta.
- Respeitar as decisões técnicas e organizativas da equipa.
- Evitar qualquer interferência durante treinos ou jogos.



6. Compromissos do Clube

Proporcionar um ambiente seguro, inclusivo e formativo para todos os atletas.

Disponibilizar treinos planeados e orientados por técnicos qualificados.

Assegurar a inscrição federativa dos atletas e respetivo seguro desportivo.

Fornecer equipamentos e materiais adequados à prática da modalidade.

Promover a comunicação regular com os encarregados de educação.

Organizar atividades que reforcem a formação desportiva e humana.

7. Normas de Assiduidade e Pontualidade

A assiduidade e pontualidade são fundamentais para o desenvolvimento individual e coletivo.

O atleta deve comparecer em todos os treinos e jogos convocados, com o material necessário.

Em caso de ausência ou atraso, o encarregado de educação deve informar o treinador ou diretor de escalão com antecedência.

Três faltas injustificadas consecutivas ou recorrentes poderão implicar medidas disciplinares.

A pontualidade aplica-se tanto ao início como ao término das atividades.

8. Normas de Comportamento e Disciplina

É obrigatória uma conduta ética, respeitosa e cooperativa por parte de todos os intervenientes.

São proibidas atitudes de desrespeito, insulto, provocação ou desobediência.

A permanência de pais nos treinos é condicionada pela equipa técnica.

Comportamentos agressivos ou antidesportivos poderão ser alvo de sanção disciplinar.

Pais que perturbem o funcionamento da equipa podem ver a participação do atleta comprometida.



9. Equipamentos e Material Desportivo

O clube indicará os equipamentos obrigatórios no início da época.

O atleta deve apresentar-se com equipamento completo e adequado.

A perda ou danificação intencional do equipamento é da responsabilidade da família.

É proibido o uso de equipamento de outros clubes em atividades do SAB.

O fato de treino oficial deve ser usado em jogos e deslocações.

10. Participação em Jogos, Torneios e Atividades

A convocatória é da responsabilidade da equipa técnica.

A participação depende da assiduidade, empenho e comportamento.

Os atletas devem cumprir os horários definidos pelo clube.

Nos transportes coletivos, a utilização é obrigatória salvo exceção autorizada.

Ausências não justificadas poderão afetar futuras convocatórias.

11. Comunicação e Uso de Meios Digitais

A comunicação será feita pelos canais definidos (WhatsApp, email, etc.).

É proibida a partilha pública de conteúdos internos sem autorização.

Críticas ou insultos públicos serão consideradas infrações graves.

O clube compromete-se com a proteção dos dados pessoais conforme RGPD.



12. Seguros, Saúde e Primeiros Socorros

Todos os atletas inscritos terão seguro desportivo válido.

Em caso de acidente, o diretor de escalão deverá ser informado de imediato.

A família é responsável por informar sobre restrições médicas.

O clube poderá prestar primeiros socorros em urgência.

Após lesão prolongada, é obrigatória a entrega de relatório médico.

13. Pagamento de Quotas e Mensalidades

A inscrição só é válida após pagamento da taxa de inscrição.

As mensalidades devem ser pagas até ao dia 10 de cada mês.

Atrasos superiores a 30 dias poderão suspender o atleta.

Não há reembolso de valores pagos em caso de desistência.

O pagamento da anuidade de sócio deve ocorrer até 30 de novembro.

14. Sanções e Penalizações

Infrações ao regulamento poderão originar advertência verbal ou escrita.

Poderá ser aplicada suspensão temporária ou exclusão definitiva.

As sanções serão sempre comunicadas aos encarregados de educação.

Comportamento inadequado dos pais pode implicar penalização ao atleta.

A aplicação das sanções segue princípios de justiça e proporcionalidade.



SPORT ABRANTES E BENFICA

109 ANOS EM PROL DA FORMAÇÃO DESPORTIVA EM ABRANTES



15. Disposições Finais

Este regulamento aplica-se a todos os atletas e encarregados de educação.

A inscrição implica aceitação integral deste regulamento.

Situações omissas serão avaliadas pela Direção do Clube.

O regulamento poderá ser revisto durante a época, com comunicação prévia.

Vigora durante toda a época desportiva 2025/2026.