

Az ARAK szabályzata

Tartalomjegyzék:

- I. Egyesületi háttér
- II. Az atlétikai képzésről
- III. Szervezeti felépítés
- IV. Kötelességek, jogok, felelősség
- V. A versenyzők juttatásai
- VI. Etika, magatartás, antidopping
- VII. Szülők

Mellékletek:

- 1. sz. melléklet
- 2. sz. melléklet
- 3. sz. melléklet

Az ARAK Elnöksége 2026. március 19-én módosította és jóváhagyta.

I. Egyesületi háttér

Székesfehérváron 1924-ben megalakult, majd a rendszerváltást követően 1993-ban újraalapított ARAK, a Fejér Megyei Cégbíróságon PK. 61560/1993/4. számon bejegyzett, a szakági sportszövetségnél regisztrált sportegyesület.

II. Az atlétikai képzésről

Magyarországon az atlétika sportág és az iskolai tanulmányok összeegyeztethetők. Az utánpótlás nevelés közép és hosszú távú feladat. A kiválasztás, a felkészítés, a versenyeztetés, a pályafutás alapjainak a lerakása mellett az oktatás, nevelés kiemelt feladat.

Az ARAK utánpótlás képzési rendszerének célja, a rendelkezésre álló lehetőségek kihasználásával a székhelyen és régiójában élők mellett minden magyar fiatal számára a képzés biztosítása.

A sportági képzés célja kettős – az alap és középfokú iskolai tanulmányok mellett – [1] az életkornak megfelelő eszközök és módszerek alkalmazásával az egyéni képesség és készség szint fejlesztése, valamint a [2] felnőtt kori teljesítőképesség előkészítése.

III. Szervezeti felépítés

Az egyesület szervezeti felépítése tükrözi a gyermekekkel folyó szakmai munka rendszerét. A különböző szintek mindegyikén folyó tehetséggondozás egyben felkészítés a korosztályok saját versenyeire, eseményeire, és a következő szintre történő továbblépés előkészítése. A képzési rendszer nyílt, a szakmai munkába folyamatosan be lehet kapcsolódni.

1. Iskolai szint [6-10 év]:

A Kölyökatlétika szemléletével és eszköztárával - a mindennapos testnevelés mellett - heti kettő-három alkalommal, atlétikai jellegű, játékos előkészítő foglalkozásokat tartunk. Az AKTIV HiPer és a Kölyökből Atléta program versenyein iskolai és egyesület csapatokban állnak rajthoz, melyeken kialakul az egészséges versenyszellem. Az AKTIV programból kimaradó iskolákban tehetségkutató tevékenységet folytatunk, amely a kiválasztást szolgálja.

2. Iskolai és egyesületi szint [9-12 év]:

Székesfehérvári iskolások mellett lehetőség nyílik a megyeszékhely közvetlen vonzaskörzet iskoláiban tanulóknak bejárni a foglalkozásokra. Az ARAK edzői készítik a gyermekeket, akiknek a sportági szakszövetség versenyengedélyével kell rendelkezniük. A sportorvosi vizsgálatokon, szűréseken és a teszteken kötelező a versenyzők részvétele. A Kölyökből Atléta Program versenyei mellett háziversenyek, felmérések teszik teljessé a képzést. Az eseményeken és a foglalkozásokon, az atlétika mindegyik szakágával, versenyszámával megismerkednek, alapszintű jártasságot szereznek a versenyzők. A mutatott képesség és készség szintek, teljesítmények, versenyzői hozzáállás és attitűd, valamint az edzői vélemény alapján kerül a versenyző a 3. szintre.

3. Egyesületi szint

3/1. Újonc, serdülő korosztályok, szakági orientációval

13-15 éves korban szakági orientáltságú csoportokba kerülnek a sportolók azzal a feltétellel, hogy a korosztálynak megfelelő módszerrel, sokoldalú felkészítésben és versenyeztetésben részesítik a versenyzőket. Ezt a munkát, rész és időszakhoz kötött foglalkozásokkal egészíti ki a szakági vezető, felelős, ami a későbbi szakági munka alapjait jelenti. A 6 és 4 évfolyamos középfokú oktatási intézményekbe történő továbbtanulás tervezésével, lehetőség nyílik a régióból és messzebbről érkező atléták fogadására, elhelyezésére. Korábban elért jó eredménnyel rendelkező, vagy jó eredmény elérésére esélyes versenyzők az alap lehetőségeken túl, ösztöndíjra pályázhatnak, kedvezményes egészségügyi ellátásokat kaphatnak.

3/2. Szakági képzés

Szakági szakemberek (vezetők, felelősök és edzők) 16 éves kortól túlnyomó részben szakági és versenyszám specifikus módszerekkel, eszközökkel foglalkoznak. Egyéni adottságokat figyelembe véve, eredmény centrikusan tervezik az edzéseket, felméréseket, versenyeket, edzőtáborokat, valamint az egészségügyi szolgáltatásokat. Eredménytől és teljesítménytől függő, emelt és kiemelt ösztöndíjra is pályázhatnak.

IV. Köteleességek, jogok, felelősség

Kötelesek az igazolt tagok az atlétikai szakosztály filozófiáját magukévá tenni, szabályait betartani, életvitelüket és életmódjukat a sportolással összeegyeztetni. Elfogadják, hogy az iskolai szünet nem jelent a sportolásban is szünetet. Testi épségük megőrzésére, a sérülések elkerülésére edzésen, versenyen, az iskolai testnevelésórán, szabadidős tevékenységüknél fokozottan figyelnek. Sportsérülésről, betegségről az

edzőt vagy a szakosztály vezetőjét köteles értesíteni. Az orvosi diagnosztikáról, beavatkozásról, terápiás kezelésekről az edzőt tájékoztatni szükséges. A terápiát a sportoló köteles betartani. Egyéni edzésterv alapján a kíméletre nem szoruló testrészeket, szerveket és szervrendszereket edzésben kell tartania.

A versenyző köteles versenyeken, bajnokságokon a hivatalos textil versenyszerelését hordani, eredményhirdetésnél a dobogóra ebben felállni. Edzéseken köteles sportolásra alkalmas egészségi állapotban, felszerelésben megjelenni.

A versenyzőket a válogatott versenyekre, összetartásokra és edzőtáborokra – sérült vagy beteg sportolók kivételével – elengedi.

1. Tagdíj [1. sz. melléklet]

A tagok az egyesület mindenkor tagdíjfizetési szabályzat betartásával szereznek jogosultságot a szervezett edzéseken, foglalkozásokon és eseményeken való részvételre.

A korosztályhoz tartozó éves tagdíjat havonta, minden hónap 10-ig az edzőnek kell befizetni. Az ARAK OTP 11736116-20103868 számú bankszámlájára utalni is lehet, a versenyző nevének és az aktuális hónap feltüntetésével.

Indokolatlan és tartós tagdíj elmaradás esetén a szakosztály vezetése korlátozhatja, vagy megszüntetheti az egyesületi tagsági viszonyt, amely a sportoló jogosultságainak megvonásával jár együtt.

2. Igazolás, éves versenyengedély

Egyesületünk 7 éves kortól igazolja le tagjait. A regisztrációhoz szükséges személyes adatokat a tagok és szüleik kötelessége az adatlapon helyesen megadni, amit aláírásukkal igazolnak. A szakosztály csak a regisztrációhoz használhatja fel ezeket az adatokat. Az egyesület köteles a MASZ eljárási rendjét a versenyző érdekében betartani. A tagok csak a Magyar Atlétikai Szövetség versenyengedélyével indulhatnak szakszövetségi versenyen.

A MASZ mindenkor igazolási szabályzatában foglaltak szerint az új igazolás díját, az átigazolás díját és az évenkénti versenyengedély díját a sportoló köteles megfizetni.

A sportorvosi vizsgálat díját az Országos Sportegészségügyi Intézet szabja meg, melyet az ARAK által szervezett vizsgálatokon az egyesületnek, az egyéni vizsgálatok alkalmával az orvosnak kell megfizetni.

3. Iskolai tanulás, tanulói és kollégiumi jogviszony

Alap, közép, vagy felsőfokú oktatási intézmény tanulói jogviszonnyal rendelkező diákjai vesznek részt a képzésben. Aki a 3. szinten csatlakozik, a 6. és 4. osztályos középiskolai felvételi eljáráson keresztül tanulhat a kiválasztott iskolába tovább.

A tanulók kötelesek a tudásuk szerinti legjobb iskolai tanulmányi átlag elérésére. Félévkor és év végén külön kérés nélkül köteles a bizonyítványa másolatát leadni.

Tanulmányi átlagban, vagy egyes tantárgyaknál tapasztalt jelentősen romlás esetén a tanuló vagy szülő köteles a szakosztály vezetőjét, edzőjét erről tájékoztatni.

Amennyiben a versenyző kollégiumi elhelyezésben részesül köteles az intézmény házirendjét elfogadni és betartani.

V. A versenyzők juttatásai

A szakosztály sportolói számára – az országos bajnokságokon elért egyéni dobogós helyezés, minősítés, válogatottság, valamint a kontinentális és világeseményeken való részvételt figyelembe véve – az eredmények javítása érdekében, a különböző korú és szintű versenyzőket az alábbi juttatásokban részesíti:

1. Ösztöndíjprogram [2. sz. melléklet]:
 - A. Tanulmányi
 - B. Lakhatási
 - C. Utazási
2. Jutalmazási rendszer [3. sz. melléklet]
3. Sportfelszerelés
4. Edzőtábor, versenyeztetés, továbbtanulás tervezése

A juttatások a tagsági viszony megszűnésével, vagy az edző, vezető írásban javasolt – az elnökség által jóváhagyott – esetben azonnali hatállyal megszűnnek.

VI. Etika, magatartás, antidopping

Az ARAK közössége sportolóitól elvárja, hogy az iskolában, kollégiumban, a sportlétesítményben, egyesületi és válogatott sporteseményeken az egyesület jó hírnevéhez méltóan viselkedjenek és szerepeljenek. Tartózkodjanak különféle testékszerek és tetoválások viselésétől. Sportemberként és magánemberként is a fair-play szellemében járjanak el. Határolódjanak el minden etikátlan cselekedettől. Káros szenvedélyektől mentesen készüljenek. Tudatmódosító szereket, drogokat, valamint nem megengedett teljesítménycsökkentő szereket ne használjanak. Az előforduló ilyen eseteket edzőjének és a szakosztály vezetőjének jelenti.

A sportoló alá veti magát a magyar és a nemzetközi doppingellenes ügynökség által előírt szabályoknak, doppingvizsgálatoknak, vezeti a holléti nyilvántartást.

Az etikai vétséget elkövetővel szemben fegyelmi eljárás indul.

VII. Szülők

A szülők az egyesület kiemelt partnerei. Hozzáállásuk tükröződik a versenyzőkön, támogatásuk befolyásolja a teljesítőképességet és az eredményeket. A szakosztály és a szülők közötti információ áramlásának a személyes fóruma a szülői értekezlet. Ezeken érdeklődhetnek a gyermekek előmeneteléről, fejlődéséről az edzőktől, vezetőktől. Igényeiket, elvárásaikat is feléjük fogalmazhatják meg. Lehetőség szerint az éves program és versenyek függvényében, az edzővel egyeztetve tervezzék a családi nyaralást. A szakmai értékelés az edző feladata. A szülő tartózkodjon a negatív hangulatkeltéstől, a versenybírók minősítésétől. A versenyekre és egyéb eseményekre a szülők eljuttatása nem szakosztályi feladat. A gyermekek fejlődése érdekében a versenyeken tanúsított aktív részvétel [szurkolás], az edzéseken a passzív magatartás az indokolt. Megalapozott döntést igénylő továbbtanulási szándék esetén időben kezdjék meg az egyeztetést az érintett edzővel és az egyesület vezetőivel.

1. sz. melléklet:

Az ARAK atlétikai szakosztálya tagdíjai

2026. július 1.-től

S.sz.	Korosztály	Fizetendő összeg (Ft/hó)
1.	U10 [gyermek I.] [9 éves és fiatalabb]	12 000,-
2.	U12 [gyermek II.] [10-11 évesek]	12 000,-
3.	U14 [újonc] [13 éves]	12 000,-
4.	U16 [serdülő] [14-15 évesek]	12 000,-
5.	U18 [ifjúsági] [16-17 évesek]	14 000,-
6.	U20 [junior] [18-19 évesek]	14 000,-
7.	U23 [20-22 évesek]	14 000,-
8.	Felnőttek [23 évesek és idősebbek]	14 000,-
9.	Szeniorok [40 évesek és idősebbek]	6 000,-

- Érvényes 2026.07.01-től, amíg az ARAK Elnöksége vissza nem vonja ill. módosítja.
- A tagdíj fizetése az egyesületi törvény és az ARAK Alapszabálya szerint minden egyesületi tag számára kötelező, a tagsági jogviszony alapja.
- Fizetési könnyítést [tagdíjcsökkentést, átütetmezést] egyedi elbírálás alapján, az érintettek által benyújtott kérelemben megfogalmazott indokok alapján az ARAK Elnöksége adhat. Ennek részleteit a „Tagdíj szabályzat” tartalmazza.
- A tagdíj befizetésének határideje az aktuális hónap 10. napja.
- Javasolt befizetési mód átutalás az ARAK 11736116-20103868 számú számlájára.

ÖSZTÖNDÍJPROGRAM

A Sportösztöndíj program [a továbbiakban: ösztöndíjprogram] az ARAK által alapított három elemből álló [tanulmányi ösztöndíj, lakhatási támogatás és utazási támogatás] ösztöndíj, melynek célja azon alap és középfokú oktatási intézményekben tanulói jogviszonnyal rendelkező, igazolt atléták támogatása, akik tanulmányaik ideje alatt esélyesek arra, hogy a MASZ egyéni országos bajnokságán érmet, aranyjelvényes minősítést szerezzenek, a nemzeti válogatott tagjai legyenek, illetve korosztályos kontinentális bajnokságokra és világeseményekre kijuthassanak.

Az ösztöndíjprogram mindhárom elemében a részvétel feltételei:

- beöltött 14. életév
- székesfehérvári alap vagy középfokú oktatási intézményben folytatott aktív tanulói jogviszony
- az ARAK versenyengedéllyel rendelkező sportolója
- nincs tagdíj hátraléka
- legalább 4,0-s tanulmányi átlag
- országos bajnokságokon egyéni 1-3. helyezés; vagy válogatottság; vagy aranyjelvényes minősítés
- emelt és kiemelt tanulmányi ösztöndíj esetében világversenyen való részvétel, helyezés, illetve ezekre a versenyekre való reális kijutási esély [EYOF, Ifjúsági VB, Ifjúsági EB, Junior EB, Junior VB]
- adószám
- a jelentkezési lap és a bizonyítvány fénymásolatának határidőre leadása, szülői, edzői támogatás

Az ösztöndíjak nettó összegek. Az ösztöndíjat elnyert sportolóval az sportegyesület tárgyév szeptember 1. - következő év augusztus 31. közötti időszakra megállapodást köt, amely szeptember 1.-től érvényes és a benyújtott ösztöndíj pályázatok elbírálása után lesz hatályos. Az adott tanév első féléve után a pályázati feltételek felülvizsgálatra kerülnek. Amennyiben a feltételek teljesítése nem történik meg, az ösztöndíj visszavonásra kerül. A sportegyesület lehetőséget biztosít arra, hogy a feltételeket először félévkor teljesítő sportolókkal február 1.- augusztus 31. közötti időszakra ösztöndíj megállapodást kössön. A pályázatok beadásának, elbírálásának és pályázati feltételek felülvizsgálatának határidejét, valamint a folyósítás megkezdésének

időpontját és annak módját a 6 hónaponként közzétett pályázati jelentkezési felhívás tartalmazza.

Kivételes esetben, az Elnökség egyedi elbírálása alapján kaphat olyan sportoló ösztöndíjat, aki a feltételeket nem minden tekintetben teljesítette.

Az érintett sportoló edzőjének vagy az egyesület vezetőinek írásban benyújtott, indoklással alátámasztott javaslatára az ösztöndíj folyósítása megvonható. A javaslat elbírálásának hatásköre az ARAK Elnökségét illeti meg.

Az ösztöndíjprogramot az ARAK Elnöksége módosíthatja, és indokolt esetben visszavonhatja.

A. TANULMÁNYI ÖSZTÖNDÍJ

1. Alap:

Egyéni országos bajnoki éremmel, válogatottsággal vagy aranyjelvényes minősítéssel rendelkező, ösztöndíjat nyert versenyző a havi tagdíjával megegyező anyagi juttatást kaphat.

2. Emelt:

- Az alap kategória feltételeinek megfelelő és ifjúsági kontinentális eseményeken vagy világversenyeken a magyar csapat tagjaként induló sportoló havi 25.000 Ft ösztöndíjban részesülhet.
- Az alap kategória feltételeinek megfelelő és ifjúsági kontinentális eseményekre vagy világversenyre eséllyel pályázó versenyző havi 25.000 Ft ösztöndíjban részesülhet.

3. Kiemelt:

- Az alap kategória feltételeinek megfelelő és ifjúsági vagy junior kontinentális eseményeken vagy világversenyeken, 1-8. helyen végzett sportoló havi 50.000 Ft ösztöndíjban részesül.
- Az alap kategória feltételeinek megfelelő és junior kontinentális eseményre vagy világversenyre eséllyel pályázó versenyző havi 50.000 Ft ösztöndíjban részesülhet.

B. LAKHATÁSI TÁMOGATÁS

Azon ARAK-os – érvényes versenyengedéllyel rendelkező – versenyző, aki tanulmányai és versenyzői pályafutása miatt Székesfehérvárra költözik, pályázat útján lakhatási támogatásban részesülhet. A pályázatokról az elnökség dönt.

1. a MASZ egyéni országos bajnokságán egyéni 1-3. helyezett versenyzők részére 5000 Ft/hó lakhatási támogatást biztosít.

2. a válogatott versenyzők részére 10000 Ft/hó lakhatási támogatást biztosít.

Az adott évben elért eredményhez kapcsolódó támogatás, azonos év szeptemberében kezdődő tanévben érvényes.

C. UTAZÁSI TÁMOGATÁS

1. Az egyesület azon tagjának, aki az ARAK edzéseit látogatja, de még nem székesfehérvári oktatási intézmény tanulója – egyéni elbírálás alapján – utazási költségtérítést biztosítunk.
2. A kollégiumban elhelyezett, magyarországi lakcímmel rendelkező tanulóknak:
 1. MASZ egyéni országos bajnokságán 1-3. helyezett versenyzők részére havonta 1 alkalommal az autóbusz vagy vonatjegy költségeihez 50%-os hozzájárulást biztosít.
 2. válogatott versenyzők részére havonta 1 alkalommal az autóbusz vagy vonatjegy költségeinek 100 %-át megtéríti.
3. A kollégiumban elhelyezett, határon túli magyar tanulóknak:
 1. MASZ egyéni országos bajnokságán 1-3. helyezett versenyzők részére évente 4 alkalommal az autóbusz vagy vonatjegy költségeihez 50%-os hozzájárulást biztosít.
 2. válogatott versenyzők részére évente 4 alkalommal az autóbusz vagy vonatjegy költségeinek 100 %-át megtéríti.

Az adott évben elért eredményhez kapcsolódó támogatás, azonos év szeptemberében kezdődő tanévre érvényes.

3.sz. melléklet

Az ARAK atlétikai szakosztálya jutalmazási rendszere

Az Alba Regia Atlétikai Klub Alapszabályában meghatározott célja többek között, hogy „hazai bajnokságokban, nemzetközi eseményeken, kontinentális bajnokságokon való eredményes szereplés” érdekében sportolóit a felnőttkori csúcsteljesítmény elérésére ösztönözze.

Az atlétikai szakosztály jutalmazza azokat a sportolóit, akik a célok eléréséhez vezető úton a kiemelkedően fontosnak tartott atlétikai nemzetközi eseményeken és a MASZ atlétikai bajnokságain példamutató eredményeket értek el.

I. Hazai bajnokságok

Bajnokságok	Helyezés/e Ft			Bónusz*
	I.	II.	III.	
WA olimpiai versenyszámok szabadtéri felnőtt (abszolút) bajnokság és CSB döntő I.o. bent maradás esetén	100	80	60	100
WA nem olimpiai versenyszámok, téli, rövid, fedett pályás felnőtt (abszolút) bajnokság és CSB döntő I. o. kiesés ill. II. o. feljutás esetén	50	40	30	50

*: - a WA hivatalos pontérték táblázata szerint az 1000 pont, vagy annál jobb teljesítménnyel elért dobogós helyezés után jogosult a versenyző a bónuszra.

Váltó és csapat számokban az OB-n elért dobogós helyezés esetén a csapat jutalma az egyéni helyezésért járó összeggel megegyező.

Fiatallabb korú sportoló is jogosult a felnőttek bajnokságain elért helyezés alapján a jutalom felvételére.

I. Nemzetközi események, kontinentális bajnokságok

Nk.-i esemény	Csapattagság*	Helyezés/e Ft				
		I.	II.	III.	IV-VIII.	IX-XII.
Olimpia	200	1000	800	600	400	200
VB	200	1000	800	600	400	200

EB	100	800	600	400	200	100
Fp.-s VB	100	800	600	400	200	100
Fp.-s EB	80	600	500	400	150	80
U20 VB	80	600	500	400	150	80
U23 EB/YOG	70	500	400	300	150	70
U20 EB	60	400	300	200	100	60
U18 EB	50	300	200	150	80	50
EYOF	30	150	100	80	50	30

*A fenti nemzetközi eseményeken egyéni csúcsot elérő versenyző a helyezésétől függetlenül a csapattagságért járó összeg dupláját kapja meg.

Szponzori szint elérése esetében - amennyiben a részvétel a klub anyagi támogatásával jött létre - a csapattagság és helyezés után járó jutalomból a klub által kifizetett részvételi díj levonásra kerül.

II. Egyéb rendelkezések

A felkészítő edző sportolója által az év során felvett összeg felére jogosult.

Az utánpótlásedzők jutalmazása az év végén megállapított keretösszeg felosztásával az alábbi objektív és szubjektív szempontok szerint történik:

- a foglalkoztatott versenyzők száma
- a megtartott edzések száma és a sportolók edzéstátuszának mértéke
- a foglalkozások tartalma és gyakorlatanyaga
- versenyeredmények
- a versenyeken résztvevők száma
- a foglalkoztatott versenyzők prognosztizálható felnőttkori eredményessége
- tagsági díjat fizetők száma
- a klub célja érdekében végzett szervező és propaganda tevékenység
- nyitottság, kreativitás és kezdeményező készség

A jutalmazási rendszer 2026. január 1.-től érvényes és érvényben marad mindaddig, amíg az ARAK Elnöksége vissza nem vonja.

A táblázatokban megjelölt összegek bruttó összegek. Az aktuális évet követő év január 31.-ig az érintett sportolóval egyeztetve, számára legkedvezőbb módon és az érvényben lévő pénzügyi szabályok betartásával történik meg a kifizetés.

A jutalom adható. Jutalomban nem részesülhet az, aki ellen fegyelmi eljárás folyik, vagy fegyelmi alatt áll, akinek a tagsági viszonya a kifizetések megkezdéséig megszűnik (pld. nem fizet tagdíjat), a szakosztály edzéseit nem látogatja, nem versenyez, akit az edzője vagy a klub vezetése arra érdemtelennek tart.

Kizáró ok lehet:

- sportszerűtlen életmód
- rossz edzésmorál és közösségi szellem
- kellő sportági ambíció és motiváltság hiánya

Az érintett sportoló és edző kérésére a kizárás okáról a kezdeményező (edző vagy sportvezető) írásos tájékoztatót készít.