

CLUB DEPORTIVO DE ULTIMATE FUERZA NATURAL

Fuerza Natural Ultimate Club es un equipo que nace para fomentar el Ultimate Frisbee, junto con el espíritu de juego y la disciplina en la categoría femenina en Colombia y el mundo. Es un equipo de carácter competitivo y profesional, que busca involucrar jugadoras con experiencia en el deporte para potencializar sus habilidades y formar un equipo con físico, mente y espíritu fuerte.

Filosofía

Una jugadora de Fuerza Natural es una mujer que tiene confianza en sí misma, es resiliente y es capaz de inspirar asertivamente a su equipo. Es una deportista hábil, talentosa e integral, que comparte su energía mental, física, creativa y sus habilidades al club de manera completa. Todo esto con el fin de fortalecer desde su experiencia individual el proceso de todas, generando una fuerza colectiva.

Es entonces, que el Club Fuerza Natural quiere ser reconocido por su desempeño deportivo, distinguiendo a cada jugadora por su destreza en el campo. Además de crear un espacio, donde se construye constantemente un lazo de relaciones interpersonales que permite conocer las realidades de quienes pertenecen, sintiéndose en un espacio seguro y propio.

Parte de nuestra esencia, son los elementos de la naturaleza, que constituyen la base y reflejan la energía y estructura vital del club. *"Soy Agua, mi sangre, mis emociones. Soy Tierra, mis raíces, lo que hago, tengo y concreto. Soy Fuego, mi espíritu, mi fuerza, mi intención. Soy Aire, mis pensamientos y mis palabras...Que no me falte la Fuerza Natural para este momento ¡Éste que es mi momento!"*

Misión

Fuerza Natural es un equipo femenino de Ultimate Frisbee de Colombia, que se enfoca en el desarrollo y profesionalización de este deporte, tanto grupal como individualmente, por medio de entrenamientos integrales y competencias a nivel regional, nacional e internacional.

Visión

En el año 2026 FN U.C. tendrá una competencia a nivel nacional, donde alcanzará las primeras 4 posiciones del torneo en cuestión. Así mismo se proyectará a jugar los Nacionales de Clubes logrando subir su posición con respecto al año 2025. Lo anterior lo trabajará bajo los pilares de unión, disciplina y espíritu de juego.

OBJETIVOS

Objetivo general

Posicionar a nivel nacional e internacional de Fuerza Natura U.C. como proceso femenino integral.

Objetivos específicos

- Crear y mantener un equipo de jugadoras con experiencia en el deporte, que propicien el alto nivel de desempeño durante el proceso de cada temporada anual.
- Mantener un ritmo de entrenamiento constante de alto rendimiento, con el propósito de participar en los torneos propuestos en el año para obtener un resultado sobresaliente.
- Establecerse entre la comunidad de Ultimate Frisbee como un equipo élite femenino, destacado por su esencia, juego, calidad de sus miembros, métodos y logros alcanzados.
- Realizar una correcta administración de todos los recursos de distintas clases, con las que cuenta el Club, para asegurar su permanencia y excelencia a lo largo del tiempo.
- Abrir espacios de participación, conocimiento, autocuidado y empoderamiento femenino.

ESTRUCTURA FUNCIONAL

- a) **Órgano ejecutivo**, constituido por el Comité Ejecutivo,
 - **Representante legal:** Ana María Carreño Pineda.
 - **Secretaria:** Eliana García Rangel.
 - **Tesorera:** Angelica Sanchez
- b) **Órgano deportivo**, integrado por,
 - **Head Coach:**
 - **Preparador Físico:** Lorena Zambrano
- c) **Órgano de control**, conformado por,
 - **Revisora Fiscal:** Betsy Tatiana Cruz Ortiz,
 - **Contadora:** Paola Andrea Pabón Capira.
- d) **Órgano de disciplina**, integrado por la Comisión Disciplinaria,
 - Jhon Alexander Gómez Pabón,
 - Blanca Lilia Fandiño, y
 - José Álvaro Lozano.
- e) **Órgano directivo**, constituido por el grupo administrativo,
 - Karem Sosa Sarmiento,
 - Daniela Aristizabal,
 - Eliana García Rangel,
 - Ana María Carreño,
 - Aillin Prado Falla, y
 - Angelica Sánchez Garzón.

Funciones y objetivos: Es un grupo administrativo que construye la normativa

(reglamento interno), dirige y proyecta el funcionamiento del Club Deportivo Fuerza Natural para alcanzar la misión, visión y objetivos del mismo.

NORMATIVIDAD DEL CLUB DEPORTIVO FUERZA NATURAL

ARTÍCULO 1. ADMISIÓN Y AFILIACIÓN DE UNA JUGADORA

La deportista que quiera ser miembro activo del Club, deberá adelantar los siguientes pasos:

- a) Diligenciar en línea el formulario de solicitud de ingreso. Formulario el cual será proporcionado previa solicitud a través de las redes sociales del Club y/o con algún integrante del grupo administrativo.
- b) Pagar y presentar los Try Outs y/o cualquier otra prueba requerida para iniciar la temporada.
- c) Ser pre-aceptada por los entrenadores y el grupo administrativo del Club.
- d) Leer, comprender, aceptar y firmar el presente reglamento, para asegurar a cabalidad su cumplimiento.
- e) Allegar paz y salvo por todo concepto expedido por el Club de origen (si la jugadora tuviere registro deportivo anterior)
- f) Realizar el pago de la membresía de afiliación.
- g) Realizar el pago del valor de la mensualidad correspondiente al mes de ingreso.
- h) Completar el periodo de prueba de 3 meses, tiempo en el cual será evaluada en diversas facetas de forma integral.
- i) Ser aceptada oficialmente por los entrenadores y el grupo administrativo del Club.

ARTÍCULO 2. AFILIACIÓN DE UN COLABORADOR

La persona que vaya a prestar sus servicios profesionales al Club, deberá adelantar los siguientes pasos:

- a) Establecer contacto con el grupo administrativo del Club.
- b) Presentar una entrevista y/o presentación de su portafolio general, así como su propuesta de servicios para el Club.
- c) Ser aceptado por el grupo administrativo del Club.
- d) Presentar su plan de trabajo detallado, según su área de conocimiento, para ser implementado a lo largo de la temporada.
- e) Leer, comprender, aceptar y firmar el presente reglamento, para asegurar a cabalidad su cumplimiento.

ARTÍCULO 3. DERECHOS DE LOS AFILIADOS

Los Afiliados adquieren los siguientes derechos:

- a) Intervenir con voz y voto en las reuniones de la Asamblea,
- b) Elegir y ser elegido para cargos cuya provisión corresponde a la Asamblea,
- c) Participar en las actividades generales del Club,
- d) Solicitar la convocatoria de la Asamblea o reunirse por derecho propio, y
- e) Las demás consagradas en el Estatuto, Reglamentos, Acuerdos, Resoluciones y en las disposiciones legales vigentes.

ARTÍCULO 4. DEBERES DE LOS AFILIADOS

Los Afiliados están obligados a:

- a) Cumplir las disposiciones legales, estatutarias, reglamentarias, disciplinarias, los acuerdos y las resoluciones,
- b) Asistir a las reuniones de la Asamblea, ya sea personalmente o mediante poder otorgado por escrito.
- c) Pagar cumplidamente las cuotas que se fijen,
- d) Cumplir las comisiones que se les encarguen, y
- e) Participar en las actividades generales del Club.

PARÁGRAFO 4.1

Los Afiliados Competidores además se obligan a:

- a) Asistir puntualmente a los entrenamientos y competiciones internas u oficiales en las cuales estén inscritos,
- b) Observar una conducta personal que les permita obtener el más alto nivel competitivo, y
- c) Cumplir lealmente con las normas establecidas en los reglamentos y competir sin ayudas extradeporativas.

ARTÍCULO 5. SUSPENSIÓN DE LA AFILIACIÓN

Los Afiliados podrán ser sancionados con la suspensión de sus derechos, por las siguientes causas:

- a) Incumplimiento en el pago oportuno de sus compromisos económicos para con el Club, caso en que se produce automáticamente y no requiere conocimiento de la Comisión Disciplinaria,
- b) No participar, sin justa causa, en las competencias o eventos deportivos,
- c) No asistir, sin justa causa, a dos (2) reuniones consecutivas de la Asamblea del Club,
- d) Reiterada violación de las normas legales, estatutarias o reglamentarias.

PARÁGRAFO 5.1

Los Afiliados podrán solicitar la suspensión temporal (Pausa Programada) de su afiliación, representando así el cese del pago de mensualidad y de evaluación porcentual de asistencias, por las siguientes causas:

- a) Lesiones, enfermedades y/o cualquier afectación de nivel medio y grave, de salud, que no permita su desempeño de alto rendimiento por un periodo igual o superior a treinta (30) días.
- b) Cuestiones netamente personales, que no le permitan cumplir a cabalidad las obligaciones con el Club por un periodo igual o superior a treinta (30) días,

Lo anterior, previa solicitud formal por escrito presentada a través del correo electrónico en la cual se especifique el motivo de la pausa así como su duración, adjuntando los respectivos soportes médicos, académicos o laborales que corroboren el motivo de su solicitud.

ARTÍCULO 6. PÉRDIDA DE LA AFILIACIÓN

La Afiliación se pierde por las siguientes causas:

- a) Por disolución del Club,
- b) Por renuncia debidamente aceptada,
- c) Por sanción de desafiliación,
- d) Por mantener vigente por más de cinco (5) meses la causa de la suspensión,
- e) Por cometer cualquier Falta grave,
- f) Por propiciar, apoyar y/o fomentar cualquier situación que atente y/o afecte la integridad o imagen del equipo o alguna de sus integrantes.

ARTÍCULO 7. AUTORIDAD COMPETENTE

Salvo el incumplimiento con el pago (tema que será abordado por el grupo administrativo y de ser necesario la autoridad judicial competente), en los demás casos el órgano competente para resolver sobre la suspensión o desafiliación es la Comisión Disciplinaria del Club.

ARTÍCULO 8. TRANSFERENCIA DEPORTIVA O RENUNCIA DEL AFILIADO

Para considerar la transferencia a otro club deportivo o retiro de un Afiliado, se requiere petición escrita, que el interesado se halle a paz y salvo por todo concepto y que no se encuentre cumpliendo sanción deportiva. El Comité Ejecutivo del Club dispondrá de un término no mayor a treinta (30) días para resolver estas peticiones.

LAS JUGADORAS AFILIADAS A FUERZA NATURAL ULTIMATE CLUB PARA LA TEMPORADA 2026 SE OBLIGAN A:

1. Acuerdo de Exclusividad y Continuidad

La deportista que ingresa a Fuerza Natural Ultimate Club, se compromete a cumplir el presente reglamento. Adicional a ello, este acuerdo la obliga a permanecer en su totalidad durante la temporada (fechas que dispone el Grupo de Trabajo de acuerdo a los objetivos del Club al inicio del año vigente y se socializan en la reunión de apertura e información suministrada por las redes del equipo), donde si desea desafiliarse mientras está transcurra, con motivo de trasladarse a otro Club, tendrá que pagar una suma de doscientos mil pesos (\$200.000 COP) como amonestación por el incumplimiento del presente acuerdo.

1.1 Es de carácter obligatorio que toda jugadora afiliada al Club deberá acogerse al pago de la póliza por su bienestar.

2. Evaluación - Periodo De Prueba

Toda persona que presente los TryOuts clasifica a Fuerza Natural Ultimate Club, sin embargo, las deportistas nuevas y quienes realizan reintegro, deberán cumplir y aprobar un *periodo de prueba* de tres (3) meses en los cuales se evalúa:

Rendimiento deportivo	Actitud deportiva	Asistencias a los entrenamientos
Estado físico Fuerza Resistencia cardiovascular	Espíritu de juego	Ver numeral 3 al 3.1.4 “Puntualidad y Asistencias”
Técnico-táctico Lanzamientos (Backhand, Forehand) Corto alcance Mediano alcance Largo alcance Cortes IQ de juego Sistemas de Ofensa y Defensa	Disposición Actitud positiva Autocontrol Acople natural Concentración	Compromiso

Cuando la jugadora ha cumplido los tres (3) meses de prueba, los entrenadores harán una evaluación de los tres (3) componentes (rendimiento deportivo, actitud deportiva, asistencias a los entrenamientos) para tomar la decisión si la jugadora puede o no continuar en el Club.

3. Puntualidad y asistencias

Los afiliados deben cumplir con el 100% de su asistencia semanal, según el cronograma estipulado de Lunes a Domingo de entrenamientos técnicos - tácticos, físicos y de recuperación, así como de la participación en calendario deportivo, las sesiones de recuperación en competencia, entre otros.

3.1 Hora y fecha programada: La afiliada al Club, deberá presentarse puntualmente el día en la hora indicada y requerida previamente, a cualquier actividad en la que sea solicitada. El grupo administrativo comunicará el horario, citando con unos minutos de antelación al comienzo oficial de la sesión con el entrenador, para que pueda llevar a cabo su preparación individual y esté lista a tiempo. Esta será la hora programada que debe cumplirse; y de no ser así se aplicarán las medidas mencionadas a continuación.

3.1.1 Impuntualidad: La deportista debe llegar 15 minutos antes de la hora programada, sin embargo, si se retrasa acarreará una sanción de carácter inmediato, dicha sanción corresponde a carga física, la cual será indicada por el entrenador y deberá realizarse previo a integrarse a la sesión.

Posterior a estos 15 minutos se genera una *INASISTENCIA* por la primera hora de la sesión de entrenamiento; no obstante, puede integrarse a la sesión, de una manera no activa, es decir como observadora o asistente. ***

3.1.2 Inasistencia regular: La jugadora que se ausente a un

entrenamiento, tenga o no, una válida justificación para ello y/o haya avisado previamente o no al entrenador a cargo, deberá cumplir con la ejecución de determinados ejercicios que el entrenador indique, en horas adicionales a los entrenamientos y deberá enviar la evidencia de su realización. Adicionalmente, deberá actualizarse frente al trabajo realizado y lo comunicado mientras no estuvo junto con el resto del equipo.

Cabe aclarar que el realizar la actividad indicada, no hará que su inasistencia sea removida, pero generará alineamiento con sus compañeras.

3.1.3 Inasistencia por fuerza mayor: La jugadora que no asista a un entrenamiento, por motivos de fuerza mayor, considerados como tal únicamente: estudio, trabajo, calamidad doméstica o condición de salud, podrá reponer su asistencia haciendo el ejercicio que el entrenador determine, en horas adicionales o al tiempo que el equipo (virtualmente), enviando la evidencia su realización.

3.1.4 Inasistencia por lesión o enfermedad : En caso de que una afiliada, presente una lesión identificada que no permita y/o reduzca su rendimiento, deberá solicitar una **Pausa Programada**, por el periodo de tiempo que tome su recuperación. No obstante tiene la obligación de seguir asistiendo como observadora y participante pasiva de las sesiones de entrenamiento técnico-táctico y/o partidos.

El proceso a seguir al momento de presentar una condición lesiva, es:

- Pausar toda actividad deportiva e inmediatamente comunicar lo sucedido al grupo administrativo y de entrenadores, para sustentar su ausencia activa en las sesiones de entrenamiento y/o partidos.
- Por medio de recursos médicos profesionales, realizar el procedimiento de evaluación, diagnóstico y dictamen de los requerimientos para la recuperación y/o rehabilitación de su lesión.
- Realizar el proceso completo de recuperación y/o rehabilitación, determinado por el médico, deportólogo o fisioterapeuta, estrictamente por el periodo especificado. Este puede comprender sesiones de terapia, medicamentos, ausencia de actividad física, descanso, dieta, etc.
- Asistir al seguimiento con el profesional tratante, para obtener la certificación oficial por escrito que evidencie que la persona está en óptimas condiciones para volver a recobrar la actividad física. En caso de ser necesario, será el profesional en salud y/o deporte, quien decida y plasme qué prohibiciones tiene y cuáles no.
- Compartir el soporte escrito, al grupo administrativo y de entrenadores del Club, para que sea analizado y validado. Si la jugadora no tiene ninguna limitación, puede unirse de nuevo al plan de temporada que el resto del equipo está ejecutando. Si tiene ciertas prohibiciones, se planteará un plan ligeramente distinto que

deberá llevar a cabo, de acuerdo con las indicaciones de los entrenadores y grupo de trabajo.

- Reincorporarse activamente en las sesiones de entrenamiento y/o partidos del Club, según el plan propuesto.

IMPORTANTE: Ni el Club ni su representante legal, se hacen responsables de cualquier tipo de accidente, lesión o quebranto físico y/o de salud que ocurra durante las prácticas deportivas en los horarios y espacios establecidos por el club. Si llegara a presentarse una situación de este tipo, se recurrirá al contacto de emergencia que la deportista previamente indicó y se prestará ayuda inmediata hasta que pueda ser vista por un profesional.

3.2 Pausa programada: Si una deportista va a ausentarse completamente por cualquier motivo durante un (1) mes o máximo dos (2), previamente debe dejar por escrito la razón por la cual se genera la inasistencia y las fechas de inicio y fin, así como el soporte (laboral, académico u otro) que corrobore dicha situación. Esta carta deberá ser enviada vía correo electrónico ANTES de que comience el mes que quiere pausar, para que entre en vigencia y su estado de pausa sea registrado

3.2.1 Durante el tiempo que permanezca en pausa el cobro de la mensualidad correspondiendo esta al 100% de la determinada para la vigencia.

3.2.2 Ante una pausa, es deber de la deportista ponerse al día con los conceptos técnico-tácticos, físicos y todos los demás temas tratados y aprendidos en su ausencia.

3.2.3 Si la pausa supera los dos (2) meses, se realizará un proceso de **desvinculación** por pausa prolongada y posterior **reintegro**, para ello se evaluará su condición física y debe volver a pagar la inscripción como nueva jugadora, además se reiniciará el periodo de prueba. NO APLICA para jugadoras que hayan pausado por lesión.

3.2.4 Si la jugadora luego de los dos meses no vuelve al Club se cobrará una multa por faltar al **Acuerdo de Exclusividad y Continuidad** .

3.3 Protocolo de reintegro: Toda jugadora que haya decidido hacer una pausa prolongada superior a dos (2) meses, un traslado de equipo o un retiro del Club y desee reactivarse como AFILIADA de Fuerza Natural deberá:

- Presentar solicitud escrita vía correo electrónico.
- Según corresponda deberá adjuntar paz y salvo del equipo de transferencia ó alta médica y aprobación para retornar a la actividad deportiva.

3.1 La solicitud será evaluada de forma integral por el órgano deportivo y el órgano directivo; la razón previa de retiro se tendrá en cuenta en dicha evaluación.

3.2 Al ser aprobado el reintegro deberá, cumplir con el pago de membresía, póliza y mensualidad.

3.3 Deberá realizar pruebas físicas y entrará nuevamente en periodo de prueba de tres (2) meses.

4. Jugadoras Foráneas: A Partir del 2024 contamos con esta figura para acoger a jugadoras que residen fuera de Bogotá o sus municipios aledaños y han decidido que este es su momento y desean ser parte activa y competitiva de Fuerza Natural.

Estas jugadoras deberán cumplir con el plan de trabajo de forma remota y su porcentaje de asistencias se medirá en igual forma desde la parte física, y los entrenadores determinarán como evaluarán el porcentaje tecnico-tactico. Si la jugadora foránea no se acopla a las condiciones de evaluación remota durante un periodo de dos meses, desistirá del proceso y se cobrará una multa por el valor de su mensualidad.

5. Seguimiento: El grupo administrativo, llevará registro continuo de las asistencias a los entrenamientos físicos, entrenamientos técnico-tácticos, partidos, pruebas, recuperaciones, concentraciones y demás actividades del Club. Esta información será divulgada cada mes, para que cada jugadora pueda conocer su porcentaje de asistencias en la temporada o periodo de tiempo estipulado.

5.1 Para la participación de torneos y actividades competitivas, serán consideradas en el roster, únicamente la cantidad de personas definidas por el entrenador para dicha competencia, y sus cupos serán asignados a las personas con mayor porcentaje de asistencias, según el registro de seguimiento.

5.2. El registro de asistencias es fundamental para dar cumplimiento a los objetivos del Club. Es por eso que jugadora que no esté activa o en cumplimiento de asistencias como mínimo en un setenta por ciento (70%) tres (3) meses previos al torneo u objetivo del Club, NO PODRÁ ser parte del roster de jugadoras convocadas. Si la mayoría del equipo NO cumple, no habrá participación en dicho torneo. El roster mínimo para competencia será de 16 jugadoras que cumplan lo anteriormente mencionado.***

5.3. Evidencias: De las actividades que deban realizarse de forma autónoma o remota se deberá adjuntar evidencia en video, para ello se dispondrá de un chat por whatsapp en la que cada jugadora es responsable de cargar de forma puntual los respectivos videos. Al finalizar la semana se evaluara el porcentaje de cumplimiento de dichas actividades (porcentaje que podrá ser corroborado mediante el drive)

5.3.1 Se cuenta con tres (3) ítems independientes de evaluación para el

porcentaje de cumplimiento:

- * Aspecto físico: corresponde a las rutinas del plan de acondicionamiento físico (gimnasio).
- * Aspecto técnico - táctico: Entrenamientos en cancha.
- * Aspecto de recuperación: Rutinas de recuperación física (Hielo & liberación miofascial) que será tomadas como un 0.5 y no reemplaza ningún otro aspecto

6. Finanzas: El grupo administrativo, llevará registro continuo de ingresos y egresos a través de excel el cual será de público conocimiento.

6.1. Al iniciar el año deportivo y/o al ingreso al club las jugadoras deberán realizar el pago correspondiente a los Tryouts. (este valor se establecerá para cada vigencia)

6.2 Toda jugadora activa deberá pagar de forma integral el valor determinado para la mensualidad de cada vigencia. Los pagos de mensualidad deberán realizarse los primeros 5 días del mes a entrenar.

6.2.1 De manera temporal, hasta obtener la personería jurídica y proceder a la creación de una cuenta bancaria para el club, es deber de la jugadora pagar la mensualidad establecida de manera puntual vía NEQUI al número que se informe previamente o en efectivo a la persona delegada por la tesorería.

6.2.2 Todo pago deberá contar con un soporte digital, para lo cual la jugadora deberá enviar comprobante de pago al correo fnultimateclub@gmail.com indicando a qué corresponde el monto abonado. Sin soporte electrónico no es posible corroborar los pagos y podrá verse reflejado en una mora.

6.2.3 Toda jugadora que presente pausa por lesión o por incapacidad médica pagará un valor diferencial del 50% de la mensualidad en vigencia y no se cobrará ninguna multa por su retiro o reintegro

6.2.4 Las jugadoras foráneas pagarán un valor de mensualidad diferenciado, el cual corresponderá al 50% del determinado para la vigencia.

6.3 Pagos por entrenamiento: Únicamente será aplicable a jugadoras externas (no afiliadas al club) o invitadas que asistan a uno (1) y hasta cuatro (4) entrenamientos en el mes. Posterior a estos cuatro (4) entrenamientos y si desea continuar asistiendo a las prácticas deberá afiliarse en debida forma.

NOTA: No se permitirán los pagos por entrenamiento a ninguna jugadora que tenga expectativas de hacer parte del ciclo competitivo del equipo y/o jugar torneos con el

club.

6.4. Para solicitar el retiro del club es obligación de la jugadora encontrarse al día por todo concepto y así la tesorería le entregará un soporte por escrito de paz y salvo.

6.4.1 Si una jugadora se retira abrupta e inadecuadamente del equipo, sin quedar a paz y salvo con tesorería, se adelantara el proceso de cobro individual, hasta que se salde la deuda, en caso de no encontrar un acuerdo de pago se procederá a instancias legales.

6.4.2 Si una jugadora se retira abrupta e inadecuadamente del equipo, sin estar a paz y salvo con tesorería, y se identifica que está activa con otro equipo, se hará contacto directo con el órgano administrativo de dicho equipo buscando hacer el cobro y/o acuerdo de pago por medio de ellos y se cobrará la multa respectiva

6.5. Nuevas afiliadas: Al ingresar al club la jugadora debe estar a paz y salvo con el club de donde proviene, para ello entregará un soporte escrito emitido por la tesorería ó área administrativa del mismo.

6.6. La jugadora que esté en deuda con más de DOS (2) mensualidades NO podrá asistir a entrenamientos sin antes ponerse al día o abonar al menos el 30% de su deuda total con un acuerdo de pago (el cual se establecerá por escrito) fijando fechas específicas e inamovibles para el saldo de su deuda.

6.6.1 En caso de NO abonar a la deuda ni solicitar un acuerdo de pago pasados dos (2) meses sin pago, se constituye en mora y correrán intereses correspondientes al máximo establecido por la tasa de usura en Colombia.

6.7 La jugadora que NO se encuentre al día con pago de mensualidad NO podrá jugar torneos con el equipo y tampoco en calidad de préstamo con otros equipos.

6.8 Pago de torneos: De acuerdo al calendario competitivo establecido, se hará público el presupuesto (inscripción, hospedaje, transporte, etc) establecido para el torneo junto con las respectivas fechas de pago (fechas que serán de obligatorio cumplimiento).

6.8.1. Dentro de los pagos al torneo se debe incluir el presupuesto del entrenador. Dicho pago se divide entre las jugadoras activas para este torneo.

7. Comites: Voluntariamente cada jugadora decidirá a cuál de los comités del Club desea pertenecer, y se obliga a aportar, participar, empoderarse y ayudar con las tareas requeridas por dicho comité. Si no puede cumplir a cabalidad con el rol encomendado, deberá comunicarlo al comité administrativo para suplir esas labores con alguien en disposición de hacerlo en debida forma.

8. Prácticas

8.1. La deportista debe asistir a todos los entrenamientos (físicos y técnico-tácticos), partidos, torneos, sesiones de recuperación, concentraciones y otras actividades planteadas en el plan de acción de la temporada. Si se requieren otras acciones adicionales individuales, también deberán ser llevadas a cabo de acuerdo a las indicaciones de los entrenadores.

8.2. Está prohibido y se considera como una falta grave presentarse a práctica, partido o torneo en estado de embriaguez o bajo efectos de sustancias psicoactivas. En caso de presentarse dicha situación, la jugadora se remitirá al comité disciplinario para tomar las medidas correspondientes.

8.3. Los miembros del club deben mantener siempre buen comportamiento al portar cualquier prenda o distintivo del equipo o del deporte. Esto incluye la actitud profesional y correcta con y hacia otras personas, uso responsable de los espacios y recursos, no manipulación de armas, alcohol ni drogas de cualquier tipo.

Se recomienda seguir estos lineamientos dentro y fuera de espacios de Ultimate Frisbee con el ánimo de ser coherentes en todos los aspectos de la vida y aportar al crecimiento integral como seres humanos y como equipo.

Parágrafo: Si por razones climáticas NO es posible adelantar el entrenamiento, se cancelara el mismo. Dicho entrenamiento será reprogramado dentro de la semana siguiente ajustando doble jornada el día sábado o domingo según cuórum.***

8.4. Reglamento WFDF: Cada jugadora deberá conocer el reglamento y señas del Ultimate Frisbee establecidas por la WFDF, así mismo ponerlos en práctica en cada entrenamiento y competencia.

8.5. Torneos: Al ser una deportista convocada a participar de un torneo, es su deber asistir, puesto que el calendario competitivo se da a conocer al inicio de la temporada.

8.5.1. Financiamiento: Una vez confirmada la participación de una deportista es su obligación asumir los costos de participación, estadía, alimentación, transporte y demás que se requieran.

8.5.2. Desistimiento: Si por algún motivo, la jugadora no pudiese asistir habiendo confirmado su participación, deberá incurrir en los pagos previamente establecidos, puesto que son costos fijos grupales (entiéndase inscripción, hotel y en algunos casos transporte y alimentación cuando se contratasen de forma grupal).

8.5.3. Protocolo de torneo:

- * ANTES: Mantener una carga física y una alimentación e hidratación adecuada los días previos al torneo.
- * DURANTE: Permanecer junto al equipo y adelantar las actividades conforme a cronograma establecido.
- * DESPUÉS: Participar y llevar a cabo la recuperación en hielo y recuperación miofascial, así como de la retroalimentación del coach.

9. Playerpack

9.1 Las deportistas deben llevar los siguientes implementos a la práctica deportiva:

- Hidratación individual suficiente para su entrenamiento.
- Uniforme / peto del equipo. Si no posee, camisetas blanca, negra y vinotinto (las 3 prendas son obligatorias) sin logotipos de otros equipos colombianos.
- Disco personal.
- Calzado deportivo adecuado (guayos, torrentines y/o tenis).
- Ropa de cambio.
- Foam Roller o pelota para recuperación miofascial.
- "Riata" o banda para estiramientos.
- Cualquier otro implemento solicitado por los entrenadores para la práctica.

9.2 Si algún deportista no posee alguno de los implementos mencionados, es su responsabilidad conseguirlos y presentarse al entrenamiento con ellos.

9.3 Además de los elementos listados, debe llevar al entrenamiento lo que necesite para tener un óptimo desarrollo deportivo y cuidado de su salud y bienestar

NOTA: Si sufre de algún tipo de lesión, molestia o enfermedad, cargar con botiquín personal e informar al equipo para tener presente su situación.

10. Uniformidad: Los colores del equipo son BLANCO, NEGRO, VINOTINTO y TURQUESA

10.1. Cada deportista debe usar íntegramente el uniforme y respetarlo. No actuar de tal manera que perjudique la imagen del Club Fuerza Natural.

10.2. Cada deportista debe hacerse responsable de portar ropa cómoda y calzado óptimo para la buena práctica del deporte en cada espacio de entrenamiento.

10.3 Llevar siempre el uniforme a cada entrenamiento. Si no cuenta con los uniformes oficiales del equipo, debe llevar camisetas blanca, negra y vinotinto que NO pertenezcan a ningún Club Colombiano.

10.3.1 Las deportistas que se inscriben a lo largo de la temporada deben adquirir el uniforme, en la siguiente fecha programada para su fabricación.

10.4 Uso de licras o prendas superiores (en caso de utilizar prendas debajo del uniforme) deberán ser los días SABADO de color **negro** y los días DOMINGO de color **blanco**, sin excepción alguna.

10.5 Amonestación: La deportista que incumpla con la uniformidad se hará acreedora a una penitencia de carácter inmediato, dicha penitencia corresponde a **carga física o lúdica**, la cual será indicada por el entrenador y deberá realizarse previo a integrarse a la sesión.

11. Trato justo

11.1 Tener un vocabulario que no afecte la armonía del equipo.

11.1.2 No agredir verbalmente.

11.1.3 No agredir físicamente.

11.2 Acoger las bases del Ultimate Frisbee y el espíritu de juego para resolución de conflictos.

4. Participación en competencias o torneos externos al club: Si bien se cuenta con acuerdo de exclusividad, se brinda la oportunidad a las deportistas de competir con otros equipos únicamente si Fuera Natural no va a asistir a dicho torneo en pro de que les permita ampliar su bagaje deportivo.

12.1. Calidad de préstamo: Se adquiere por solicitud formal presentada vía correo electrónico por el club o equipo con el cual va a participar, la solicitud deberá contener como mínimo la información de nombre, fecha y lugar del torneo.

12.2. Duración: El préstamo será aprobado únicamente para la participación del torneo en mención.

12.3. La solicitud será aprobada siempre y cuando la deportista cumpla con los siguiente requisitos:

12.3.1 Al año cada deportista tiene la posibilidad de jugar **máximo dos (2)** torneos en calidad de **préstamo** y estos deben ser **reportados** por la jugadora, especificando los torneos, la categoría, las fechas de participación y el club o equipo con el cual participará, dicha información deberá ser enviada al correo electrónico del equipo.

12.3.2 La deportista, deberá cumplir con el setenta por ciento (70%) de asistencias mínimas a lo largo de la temporada con Fuerza Natural y estar

al día en todos los pagos con el Club.**

12.3.3. La jugadora debe asegurar su buen comportamiento en el torneo, y cualquier falta disciplinaria, será evaluada por el comité destinado para ello.

12.4 Si una jugadora incumple con las condiciones anteriores para su participación en eventos externos, deberá cumplir con una multa equivalente al valor de una (1) mensualidad del club.

12.5 De lo anterior se exceptúan las participaciones en procesos de Selecciones Colombia, Ligas, y otros que permitan su experiencia **únicamente** a nivel internacional y/o profesional, en los que la jugadora esté participando, y que sean en pro del aporte y crecimiento del equipo.

12.6 No habrá lugar a préstamo para jugar torneos federados, a menos que sean en una categoría en la cual no se tenga participación como club.

NOTA: El que una deportista adquiera la calidad de préstamo no la exceptúa de cumplir sus obligaciones con Fuerza Natural, entiéndase por obligaciones, asistir a entrenamientos, pagar su mensualidad y las demás aquí consagradas.

13. Espíritu de juego

13.1 Cualquier miembro del equipo que incurra en las violaciones estipuladas en el numeral 1.6 del reglamento WFDF tanto con su oponente como con sus compañeras de equipo, será amonestado. Será tenida en cuenta la gravedad de la falta o acción.

13.2 Cualquier miembro del equipo que no esté alineado con el numeral 5 “Trato Justo” del reglamento de Fuerza Natural incurrirá a una sanción o llamado de atención por el comité de Espíritu de Juego, capitanas y administrativos.

13.3 Falta de respeto: Se considera una falta de respeto al espíritu acciones o hechos contrarios para el fortalecimiento del equipo, como:

- Decir palabras, comentarios o gritar de manera malintencionada o hiriente de parte de o hacia sus compañeras de equipo, entrenadores u oponentes.
- Insultar o decir palabras despectivas de parte de o hacia sus compañeras de equipo, entrenadores u oponentes.
- Reaccionar inadecuadamente o malintencionadamente ante una indicación o comentario de parte de sus compañeras de equipo, entrenadores u oponentes.
- Infravalorar opiniones o personas de su equipo o equipos oponentes.
- Incumplir los protocolos de bioseguridad tanto en entrenamientos como en eventos deportivos.
- Desconocer los roles de las jugadoras y entrenadores.
- Impuntualidad.

- Efectuar acciones violentas físicas y verbales.
- Reincidir en los actos mencionados, entre otros.
- Provocar con comentarios o acciones a compañeros de equipo, entrenadores u oponentes.
- Hacer robo de cualquier recurso conjunto o individual.

13.4 Para la evaluación del acto que incurre en contra del espíritu y la definición del grado de amonestación que se efectuará, se tendrá en cuenta la jerarquía de las personas involucradas. Existiendo así, los siguientes casos:

- Entrenador / Jugadora.
- Jugadora / Jugadora.
- Jugadora / Oponente.
- Entrenador / Oponente.
- Entrenador / Entrenador.

13.5 Las anteriores faltas se sancionarán de acuerdo a la gravedad y al número de ocurrencias sobre las mismas. La amonestación será determinada objetivamente en conjunto por el comité de espíritu y el comité disciplinario.

SANCIONES

- Primer llamado de atención verbal.
- Segundo llamado de atención por escrito y acta de compromiso.
- Suspensión de participación de juego en el próximo juego, partido o encuentro deportivo con otros equipos, sin embargo dicha jugadora OBLIGATORIAMENTE debe asistir a realizar trabajo de línea.
- Suspensión a la jugadora de equipo en el caso de incurrir gravemente e incidir en las faltas de normatividad impuestas por Fuerza Natural.

DERECHOS DE LA DEPORTISTA

Puntualidad y asistencias

1.1 Los factores de puntualidad y asistencia a una práctica, le dan la posibilidad de ser nominada como MVP del equipo.

1.2 Los afiliados tienen derecho al uso de los espacios en los horarios establecidos.

Finanzas

2.1. Con el pago de la mensualidad, tiene derecho a entrenadores profesionales calificados y con experiencia en el deporte, que le darán el conocimiento y las

herramientas que necesita para ser una gran jugadora.

2.2. Por el pago de mensualidad, tiene derecho a espacios con las condiciones necesarias para el desarrollo del plan de entrenamiento.

2.3. Si una deportista paga tres (3) meses de mensualidad de contado, tendrá un descuento del 5% del total de los tres (3) meses.

2.4 Si una deportista paga seis (6) meses de mensualidad de contado, tendrá un descuento del 10% del total de los seis (6) meses.

2.5 La deportista tiene derecho a participar de las actividades y/o eventos del club que se realicen para obtener financiamiento. Estas actividades o eventos, le darán un beneficio económico, el cual será proporcional a su participación y esfuerzo realizado. Cada evento y/o actividad tendrá un beneficio económico correspondiente con el tiempo de participación:

2.2.1 Antes: Este valor será de un 30%, tiene como finalidad toda la organización de la pre producción del evento o actividad, pueden ser reuniones previas, compra y alistar lo que se necesita, mirar espacios para la práctica y responder a su tarea asignada.

2.2.2 Durante: Este valor será de un 30%, tiene como finalidad todo el proceso de producción antes de dar apertura y responder por su tarea asignada durante el evento.

2.2.3 Después: Este valor será de un 30%, tiene como objetivo la postproducción en cuanto a recoger y dejar el lugar del evento en condiciones óptimas, además de responder por su tarea asignada el día del evento.

2.2.4 El 10% restante será dispuesto en el fondo común del club

NOTA: Los valores y porcentajes asignados a cada parte, pueden ser ajustados por decisión conjunta previa al evento, por el grupo directivo y el comité de eventos.

3. Prácticas

3.1 Tener un espacio deportivo apto que cuente con las condiciones necesarias para la práctica del deporte.

3.2 Recibir una guía, si es solicitada, por parte del entrenador o compañera que la informe de manera acertada sobre el entrenamiento al que no pudo asistir, para así ponerse al día con la práctica y el avance a nivel técnico - táctico y físico del club.

3.3 Acceso a la plataforma "Ultiplay"

3.4 Uso de los implementos deportivos del club, durante las sesiones grupales.

4. Uniformidad

4.1 La jugadora que pertenece a Fuerza Natural U.C tiene derecho a proponer diseños de uniforme para la temporada siguiente.

4.2 La jugadora que ingrese a Fuerza Natural tiene derecho a adquirir el uniforme en los primeros dos meses a partir de su aceptación al club dependiendo del pago oportuno de todas las jugadoras.

5. Trato justo

5.1 Si la jugadora tiene algún aporte, posición, opinión y pensamiento que quiera expresar ante el equipo, bajo las normas de espíritu, tiene TODO el derecho a compartirlo y ser escuchada por el equipo y considerada.

DEFINICIONES TEMPORADA ACTUAL

Horarios de entrenamientos 2026

- **Lunes:** Trabajo físico Individual / Descanso activo
- **Martes:** Trabajo físico Individual.
- **Miércoles:** Trabajo técnico - táctico
- **Jueves:** Trabajo físico Individual..
- **Viernes:** Trabajo físico Individual.
- **Sábado:** Trabajo técnico - táctico según el horario y cancha de la semana (14:45 a 17:00 - Cancha de fútbol Pablo VI).
- **Domingo:** Trabajo técnico - táctico según el horario y cancha de la semana (8:45 - 11:00 - Norte de la Ciudad).

NOTA: El cronograma semanal, será publicado en el Chat del equipo compartido con el equipo, en donde se conocerán las horas específicas según el espacio asignado para el desarrollo de la práctica.

Podrá ser modificado y ajustado ligeramente, según el cronograma de torneos, partidos y/o disposición de espacios o entrenadores.

Costos 2027 PAUC

- *PROCESO PAUCC* : _____ **COP** (Este valor evidencia tu interés al proceso PAUCC)
- *PROCESO COMPETITIVO*: \$ _____ **COP** Este valor solo aplica a jugadoras que no van a realizar el proceso al PAUCC 2025 ó jugadoras que solo quieran hacer práctica deportiva con el Club. En caso de que una jugadora de estas se quiera subir al proceso PAUCC deberá pagar lo que hace falta.

La **mensualidad** para la vigencia 2026 será cobrada en su totalidad a partir del mes de febrero y tiene un costo de:

- Ciento cincuenta mil pesos (\$150.000) para las jugadoras que se encuentren en Bogotá y municipios aledaños.
- Setenta y cinco mil pesos (\$75.000) para las jugadoras que residan en zonas diferentes a Bogotá y sus municipios aledaños y se encuentren realizando proceso a distancia con entrenamiento activo en otro equipo.

Incluye: entrenadores, implementos deportivos para la práctica del deporte, plan de preparación física acorde a la etapa del ciclo deportivo y gestión de canchas.

La mensualidad se debe pagar vía Nequi o en efectivo a Angelica Sánchez ó a la delegada por la tesorería y **sin excepción** alguna adjuntar al correo el respectivo comprobante.

Este rubro se recoge durante los primeros diez días del mes vigente de entrenamiento.

El reglamento que ha sido modificado en el mes de Enero de 2026, con sus respectivos cambios, tendrá vigencia hasta Enero de 2027

ACUERDO DE INSCRIPCIÓN

Yo _____, identificada con documento de identidad No. _____ de _____, constato que he leído y comprendo a cabalidad la normativa del Club deportivo Fuerza Natural (documento que se me allego de forma integral en archivo PDF), por ende estoy de acuerdo y acepto que lo cumpliré en su totalidad y de no ser así, acataré las decisiones y consecuencia.

Manifiesto libre y voluntariamente que, bajo mi responsabilidad, he decidido realizar mi vinculación al Club deportivo Fuerza Natural y soy consciente de las obligaciones y riesgos que asumo mediante mi afiliación como deportista.

A PARTIR DE LO ANTERIOR, CONFIRMÓ QUE:

- Me comprometo a cumplir las disposiciones legales, estatutarias, reglamentarias, y demás acuerdos del Club aprobados en asamblea.
- Asistiré puntualmente a los entrenamientos y cumpliré con el plan deportivo competitivo diseñado por el Órgano Deportivo.
- Estaré presente en todas las competencias en las cuales esté inscrita como jugadora. La posibilidad de abandonar una competición debe ser de mutuo acuerdo con el órgano deportivo y este acto estará sujeto eventualmente a una sanción.
- De forma responsable voy a pagar oportunamente la mensualidad que se fijó para la vigencia 2025, pago a realizar en el transcurso del mes a entrenar.
- Demostraré en cualquier circunstancia y a todo nivel una conducta personal y deportiva, que me permita obtener el más alto nivel competitivo fortaleciendo mis habilidades sociales.
- Autorizo a FUERZA NATURAL ULTIMATE CLUB para que haga el uso y tratamiento de los derechos de imagen y contenido que se lleguen a tomar durante el desarrollo de cualquier evento en el cual el club participe; para incluirme en fotografías, producciones audiovisuales y sus contenidos, así como los derechos de autor, los derechos conexos y en general todos aquellos derechos de propiedad intelectual que tengan que ver con mi imagen y contenidos.

En constancia de lo anterior, firmo este documento de forma voluntaria, a los ____ días del mes de _____ del año 2025.

Firma: _____

COMPROMISOS PARA QUE LA FUERZA NATURAL FLUYA

Los siguientes compromisos son sacados del libro de los 4 acuerdos. Se sugiere que los lea y trabaje por alcanzarlos día a día. Esto con el fin de que seamos personas participativas que buscan crear un equipo sólido desde la semilla.

Sé impecable con tus palabras: tu mente deja de ser un campo fértil para las palabras que surgen de la magia negra, pero sí lo es para las que surgen del amor. Puedes medir la impecabilidad de tus palabras **a partir de tu nivel de autoestima**. La cantidad de amor que sientes por ti es directamente proporcional a la calidad e integridad de tus palabras. Cuando eres impecable con tus palabras, **te sientes bien, eres feliz y estás en paz.**

No te tomes nada personal: te ayuda a romper muchos hábitos y costumbres que te mantienen atrapado en el sueño del Infierno y te causan un sufrimiento innecesario. Conviértelo en un hábito firme y sólido, te evitarás muchos disgustos en la vida. Tu rabia, tus celos y tu envidia desaparecerán, y **si no te tomas nada personalmente, incluso tu tristeza desaparecerá.**

No hagas suposiciones: Si no entiendes algo, **en lugar de hacer una suposición, es mejor que preguntes y que seas claro.** El día que dejes de hacer suposiciones, te comunicarás con habilidad y claridad, libre de veneno emocional. Cuando ya no hagas suposiciones, tus palabras se volverán impecables.

Haz siempre tu máximo esfuerzo: Si haces tu máximo esfuerzo, vivirás con gran intensidad. Serás productivo, y bueno contigo mismo. Hacer tu máximo esfuerzo **significa actuar porque amas hacerlo, no porque esperas una recompensa.** descubrirás que disfrutas de cada cosa que llevas a cabo. Las recompensas llegarán, pero tú no estarás apegado a ellas. Si no esperas una recompensa, es posible que incluso llegues a conseguir más de lo que hubieses imaginado.