



**KATOWICE**  
dla odmiany

## REGULAMIN ZAJĘĆ „RAZEM PODNOSIMY CIĘŻARY”

1. Regulamin uczestnictwa w zajęciach: RAZEM PODNOSIMY CIĘŻARY jest obowiązkowy dla wszystkich osób zwanych dalej Uczestnikami, które biorą udział w treningach.
2. W zajęciach mogą brać udział dorośli oraz młodzież od 15 roku życia.
3. Osoby poniżej 18 roku życia powinny być zapisane przez opiekunów prawnych, którzy wyrażają zgodę na uczestnictwo podopiecznych w zajęciach.
4. Zajęcia odbywać się będą na Ośrodku Sportowym Szopienice przy ul. 11 listopada 16.
5. Udział w zajęciach jest dobrowolny i bezpłatny.
6. Jednorazowo w zajęciach może wziąć udział 10 uczestników. Decyduje kolejność zgłoszeń.
7. Udział w zajęciach oznacza akceptację niniejszego regulaminu.
8. W zajęciach mogą brać udział TYLKO osoby zapisane, znajdujące się na liście instruktora.
9. **Zapisy prowadzone są za pomocą internetowego systemu zapisów, dostępnego na stronie [www.mosir.katowice.pl/dla-ukrainy](http://www.mosir.katowice.pl/dla-ukrainy) w ostatni poniedziałek miesiąca, poprzedzającego miesiąc, na który dokonywany jest zapis (chyba, że organizator wyznaczy inny termin o czym poinformuje za pomocą wiadomości email oraz strony internetowej).**
10. Każda niezgłoszona nieobecność na zajęciach będzie skutkowałą skreśleniem z listy zajęć w danym miesiącu.
11. Zajęcia prowadzone są zgodnie z aktualnym grafikiem- MOSiR zastrzega sobie prawo do zmiany harmonogramu lub odwołania zajęć.
12. Każde zajęcia z instruktorem będą trwać ok 60 minut.
13. Organizator zapewnia uczestnikom sprzęt do ćwiczeń oraz opiekę wykwalifikowanego instruktora.
14. Uczestnik oświadcza, że nie ma żadnych przeciwwskazań zdrowotnych do uprawiania aktywności fizycznej.
15. Uczestnik zajęć korzysta z nich na własną odpowiedzialność i nie może zgłaszać pod adresem organizatora, ani instruktora roszczeń z tytułu utraty zdrowia lub uszkodzeń ciała w związku z udziałem w zajęciach.
16. Uczestnik jest zobowiązany do posiadania stroju sportowego oraz odpowiedniego obuwia.
17. Noszenie biżuterii i ozdób podczas zajęć jest wzbronione.
18. W trakcie zajęć uczestnik ma obowiązek podporządkować się poleceniom wydawanym przez prowadzącego.
19. Instruktor ma prawo odmówić uczestnictwa w zajęciach osobie, która nie stosuje się do poleceń, stwarza zagrożenie lub jest pod wpływem alkoholu.
20. Uczestnika obowiązuje dbałość o dobry stan sprzętu.
21. Uczestnicy odpowiadają za szkody powstałe z ich winy. Uczestnik powinien pokryć powstałe z tego tytułu straty.
22. Udział w zajęciach oznacza zgodę na wykorzystanie wizerunku w celu dokumentacji i promocji projektu.
23. Uczestnik oświadcza, że: W związku z rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27. kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (ogólne rozporządzenie o ochronie danych osobowych) udziela zgody na przetwarzanie swoich danych osobowych: imienia i nazwiska – dla potrzeb realizacji zadań w projekcie „Fit jest git”.
24. Wszystkie kwestie sporne nieujęte w niniejszym regulaminie rozstrzyga Organizator zajęć

Dane osobowe będą przechowywane i przetwarzane przez okres realizacji i rozliczenia programu realizowanego w ramach w/w projektu.



**KATOWICE**  
dla odmiany

## положення про клас „Силові вправи, підніmemo разом вагу”.

1. Правила участі в заняттях: Силові вправи, підніmemo разом вагу.
2. У заняттях можуть брати участь дорослі та підлітки від 15 років.
3. Особи, молодші 18 років, повинні бути зареєстровані законними опікунами, які дають свою згоду. для участі учнів у заняттях.
4. Заняття відбуватимуться у спортивному центрі Szopienice за адресою вул. 11 listopada 16.
5. Участь у заняттях є добровільною та безкоштовною.
6. Одночасно в заняттях можуть брати участь від 10 до 20 учасників (залежно від місця проведення занять).
7. Участь у заняттях означає згоду з цими правилами.
8. У заняттях можуть брати участь ЛИШЕ зареєстровані особи зі списку викладача.
9. Реєстрація здійснюється через онлайн-систему реєстрації, доступну за адресою [www.mosir.katowice.pl/dla-ukrainy](http://www.mosir.katowice.pl/dla-ukrainy), в останній понеділок місяця, що передує місяцю, на який здійснюється реєстрація (якщо організатор не встановить іншу дату, про що він повідомить електронною поштою та на веб-сайті).
10. Кожна незафіксована відсутність на заняттях тягне за собою видалення зі списку занять в даному місяці.
11. Заняття проводяться згідно з чинним розкладом - MOSiR залишає за собою право змінювати розклад або скасування занять.
12. Кожне заняття з інструктором триватиме близько 60 хвилин.
13. Організатор забезпечує учасників тренажерами та доглядом кваліфікованого інструктора.
14. Учасник заявляє про відсутність протипоказань до занять фізичною культурою за станом здоров'я.
15. Учасник занять використовує їх на власний ризик і не може звітувати перед організатором, або вимоги викладача про втрату здоров'я або тілесні ушкодження у зв'язку з участю в заняттях.
16. Учасник зобов'язаний мати спортивний одяг та відповідне взуття. 18. Під час занять забороняється носіння прикрас .
- 17.
18. Під час занять учасник зобов'язаний виконувати вказівки викладача.
19. Викладач має право відмовити в участі в заняттях особі, яка не виконує інструкції, представляє загрозу або знаходиться в стані алкогольного сп'яніння
20. Учасник зобов'язаний дбати про справний стан обладнання.
21. Учасники несуть відповідальність за збитки, заподіяні з їх вини. Учасник повинен відшкодувати виниклі збитки.
22. Участь у заняттях означає згоду на використання зображення з метою документування та просування проекту.
23. Учасник заявляє, що: У зв'язку з Регламентом (ЄС) 2016/679 Європейського Парламенту та Ради від 27 квітня 2016 року про захист осіб у зв'язку з обробкою персональних даних та про вільний рух таких даних та скасування Директиви 95 /46/ЄС (загальне положення про захист персональних даних) дає згоду на обробку своїх персональних даних: ім'я та прізвище – для виконання завдань у проекті «Fit jest git».
24. Усі суперечки, не передбачені цими правилами, вирішуються Організатором занять.

Персональні дані зберігатимуться та оброблятимуться на період реалізації та розрахунків за програмою, що реалізується в рамках вищевказаного проекту.