

REGULAMIN ZAJĘCIA GIMNASTYKI W WODZIE

1. **Organizator:** Gmina Cieszyn, Rynek 1, 43 – 400 Cieszyn, tel. (33) 4794 200.
2. **Koordynator:** Wydział Sportu Urzędu Miejskiego w Cieszynie, ul. Kochanowskiego 14, 43 – 400 Cieszyn, tel. (33) 4794 392.
3. **Miejsce:** kryta pływalnia Uniwersytetu Śląskiego, ul. Paderewskiego 9, 43 – 400 Cieszyn.
4. **Termin:** zajęcia odbywać się będą w każdy piątek w godzinach 12:30 – 14:00 (I grupa 12:30-13:15, II grupa 13:15-14:00), za wyjątkiem dni świątecznych i przypadków losowych takich jak m.in.: brak możliwości skorzystania z miejsca przeprowadzania zajęć z przyczyn technicznych, choroba lub inna niedyspozycja prowadzącego itp. Pierwsze zajęcia odbędą się 7.10.2022 r.
5. **Grupa docelowa:** osoby, które ukończyły 50 lat i starsze.
6. **Limit uczestników:** 40 osób w każdej grupie.
7. **Specyfika:** zajęcia ogólnousprawniające, niemające charakteru leczniczego ani rehabilitacyjnego.
8. **Cele:**
 - 1) neutralizacja stresu i przeciążenia fizycznego,
 - 2) regeneracja sił fizycznych i psychicznych,
 - 3) kształtowanie ciała i osobowości.
8. **Prowadzący:** Karolina Stefan.
9. **Odpłatność:** uczestnicy ponoszą wyłącznie koszty wejścia na krytą pływalnię Uniwersytetu Śląskiego w Cieszynie zgodnie z obowiązującym cennikiem.
10. **Zasady uczestnictwa:**
 - 1) w zajęciach mogą brać udział osoby, które ukończyły 50 lat i starsze,
 - 2) podpisanie listy uczestnictwa jest równoznaczne:
 - a) z wyrażeniem zgody na udział w zajęciach,
 - b) z akceptacją regulaminu,
 - c) z oświadczeniem o braku przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w zajęciach,
 - d) z wyrażaniem zgody na przetwarzanie danych osobowych przez Burmistrza Miasta Cieszyna,
 - e) z zapoznaniem się z klauzulą informacyjną stanowiącą załącznik do niniejszego regulaminu;
 - f) ze zgodą na utrwalenie i wykorzystanie wizerunku przez Gminę Cieszyn w kanałach informacyjnych przez nią zarządzanych oraz w kanałach informacyjnych podmiotów współpracujących z Gminą.
 - 3) koordynator ma prawo kontrolować zajęcia pod względem merytorycznym,
 - 4) osoby niszczące sprzęt lub urządzenia ponoszą odpowiedzialność materialną za wyrządzone szkody,
 - 5) w części mokrej basenu należy używać obuwia typu klapki, które powinno stanowić (oprócz czepka i kostiumu) integralną część wyposażenia osoby korzystającej z krytej pływalni,
 - 6) uczestnicy pozostawiają okrycia wierzchnie w przebieralni,
 - 7) uczestnicy zajęć zobowiązani są przestrzegać poleceń prowadzącego,
 - 8) uczestnicy opuszczają tory krytej pływalni po zakończeniu zajęć bez zbędnej zwłoki,
 - 9) uczestnicy są zobowiązani do utrzymania czystości i porządku w obrębie miejsca, w którym odbywają się zajęcia oraz w przebieralni i toaletach,
 - 10) organizator nie ponosi odpowiedzialności za przedmioty wartościowe pozostawione w przebieralni i na terenie krytej pływalni,
 - 11) uczestnicy są świadomi ryzyka związanego z możliwością zarażeniem koronawirusem SARS-Cov-2 wywołującym chorobę COVID-19,
 - 12) prowadzący zastrzega sobie prawo do niedopuszczenia do uczestnictwa w zajęciach uczestnika, u którego występują objawy choroby COVID-19 takie jak podwyższona temperatura, kaszel, duszności,

13) uczestnicy zobowiązują się do przestrzegania w trakcie zajęć zasad wynikających z obowiązujących przepisów związanych z przeciwdziałaniem COVID-19.

11. Przeciwwskazania do udziału:

- 1) osoby chore oraz z przeciwwskazaniami zdrowotnymi,
- 2) osoby pod wpływem alkoholu i środków psychoaktywnych, odurzających,
- 3) osoby z chorobami zakaźnymi górnych dróg oddechowych, skóry, z ranami otwartymi, innymi chorobami,
- 4) osoby mocno rozgrzane, po obfitym posiłku.

NACZELNIK
Wydziału Sportu
P. Dypcha-Smuls
Paulina Ligocka-Andrzejewska