

## Regulamin cyklicznych zajęć Kurs samoobrony dla kobiet, w dzielnicy Gdynia Śródmieście

### 1. CELE ZAJĘĆ

- popularyzacja i upowszechnienie umiejętności samoobrony , aktywizacja społeczeństwa w zakresie aktywności ruchowej,
- promocja miasta Gdyni,

### 2. ORGANIZATOR

- Gdyńskie Centrum Sportu działające w imieniu Gminy Miasta Gdyni, ul. Olimpijska 5/9, 81-538 Gdynia, [www.gdyniasport.pl](http://www.gdyniasport.pl)

### 3. TERMIN I MIEJSCE ZAJĘĆ

- zajęcia odbywać się będą w soboty zaczynając od 16.03.2024r,
- zbiórka uczestników następować będzie o godzinie 11:00 w salce sportowej YMCA położonej przy ulicy S. Żeromskiego 26. Zajęcia będą trwały do godziny 13.00

### 4. INNE POSTANOWIENIA

- warunkiem uczestnictwa w zajęciach jest akceptacja wszystkich punktów poniższego regulaminu,
- zajęcia są bezpłatne,
- w zajęciach mogą wziąć udział wszyscy chętni, niemający przeciwwskazań do uprawiania dyscyplin sportowych o charakterze siłowo wytrzymałościowym, którzy ukończyli 16 rok życia.

- uczestnicy biorący udział w zajęciach zobowiązani są do przestrzegania poleceń instruktora,
  - uczestnicy biorą udział w zajęciach na własną odpowiedzialność,
  - instruktor nie ponosi odpowiedzialności za pogorszenie się stanu zdrowia zainteresowanych poprzez zbyt nadmierne wykonywanie ćwiczeń niezgodnych z indywidualnymi możliwościami psychoruchowymi oraz sprzecznymi z zaleceniami instruktora,
  - organizator nie ponosi konsekwencji w związku z nieprawidłowym wykonywaniem ćwiczeń,
- 
- uczestnicy zobligowani są do przestrzegania podstawowych zasad bezpieczeństwa oraz kultury osobistej, w zajęciach mogą brać udział osoby zdrowe, bez objawów choroby zakaźnej w szczególności takich jak: suchy kaszel i gorączka,
  - uczestnik zajęć oświadcza, że ma świadomość iż udział w zajęciach może narazić go na zachorowanie na COVID-19
  - uczestników obowiązuje strój sportowy
  - uczestnictwo w zajęciach pod wpływem alkoholu, leków oraz innych środków obniżających sprawność psychoruchową jest kategorię zabronione,
  - Organizator informuje, iż w trakcie trwania zajęć będą wykonywane zdjęcia mające na celu informowanie i promowanie wydarzenia jak i działalności Gdynińskiego Centrum Sportu, z uwzględnieniem przepisu artykułu 81 ust.2 ustawy o prawach autorskich i prawach pokrewnych, zgodnie z którym zezwolenia nie wymaga rozpowszechnianie wizerunku osoby powszechnie znanej, jeżeli wizerunek wykonano w związku z pełnieniem przez nią funkcji publicznych, w szczególności politycznych, społecznych, zawodowych oraz osoby stanowiącej jedynie szczegół całości takiej jak zgromadzenie, krajobraz, publiczna impreza.
  - ostateczna interpretacja regulaminu należy do Organizatora zajęć