

REGULAMIN
uczestnictwa w zajęciach prozdrowotnych organizowanych
przez Dzielnicę Bemowo m.st. Warszawy w 2019 r.

1. Zajęcia prozdrowotne (w dalszej treści regulaminu „zajęcia”) organizowane przez Dzielnicę Bemowo m.st. Warszawy **oraz Ośrodek Sportu i Rekreacji m.st. Warszawy w Dzielnicy Bemowo w 2019 r.** (w dalszej treści regulaminu „Organizator”) będą się odbywały od dnia 16.09.2019 r. do dnia 15.12.2019r., z wyłączeniem następujących okresu od dnia 01.11.2019r. do dnia 03.11.2019r. oraz dni wymienionych w art. 1 pkt. 1 ustawy z dnia 18 stycznia 1951 r. o dniach wolnych od pracy (Dz. U. z 2015 r. poz. 90).
2. Organizatorem zajęć na pływalni tj. pływanie rekreacyjne na torach oraz aqua aerobik jest Ośrodek Sportu i Rekreacji m.st. Warszawy w Dzielnicy Bemowo. **Za udział w tych zajęciach pobierana będzie przez Organizatora opłata w wysokości 1 zł miesięcznie.** Pozostała część zajęć organizowana jest przez Dzielnicę Bemowo m.st. Warszawy i jest bezpłatna.
3. Harmonogram zajęć dostępny będzie na stronie internetowej www.bemowo.waw.pl oraz na plakatach rozmieszczonych na terenie Dzielnicy Bemowo m.st. Warszawy, a także na portalach społecznościowych.
4. Zajęcia skierowane są do osób pełnoletnich będącymi mieszkańcami m.st. Warszawy odprowadzających podatek dochodowy od osób fizycznych w m.st. Warszawa. (w dalszej treści regulaminu „Mieszkańcy”).
5. Warunkiem uczestnictwa w zajęciach jest:
 - 1) wpis na listę uczestników dokonany zgodnie z „Regulaminem zapisów na zajęcia prozdrowotne organizowane przez Dzielnicę Bemowo m.st. Warszawy oraz Ośrodek Sportu i Rekreacji m.st. Warszawy w Dzielnicy Bemowo w roku 2019”, zapoznanie się z „Regulaminem uczestnictwa w zajęciach prozdrowotnych organizowanych przez Dzielnicę Bemowo m.st. Warszawy oraz Ośrodek Sportu i Rekreacji m.st. Warszawy w Dzielnicy Bemowo w roku w 2019r.” ;
 - 2) podpisanie Oświadczenia na pierwszych zajęciach. Oświadczenie stanowi załącznik nr 1 do niniejszego Regulaminu;
6. Uczestnik zajęć oświadcza, iż odprowadza podatek dochodowy od osób fizycznych w m.st. Warszawa.
7. Uczestnik zajęć oświadcza, iż zapoznał się z regulaminem obiektu, w którym odbywają się zajęcia i zobowiązuje się do jego przestrzegania. Regulamin obiektu znajduje się przed wejściem na pływalnię/salę gimnastyczną bądź dostępny jest u prowadzącego zajęcia.
8. W poszczególnych zajęciach mogą brać udział jedynie osoby wpisane na listę uczestników danych zajęć. Uczestnik zajęć nie może wprowadzać na zajęcia osób nie będących uczestnikami danych zajęć.
9. W razie stwierdzenia faktu naruszenia porządku publicznego czy też przepisów niniejszego Regulaminu bądź Regulaminu obiektu, Organizatorzy, jak również osoba prowadząca zajęcia oraz obsługa obiektu, na którym odbywają się zajęcia, mogą odmówić uczestnikowi prawa do udziału w zajęciach.
10. Każde naruszenie postanowień niniejszego Regulaminu skutkuje skreśleniem z listy uczestników.

PRAWA I OBOWIĄZKI UCZESTNIKA

11. Uczestnik zajęć ma prawo do trzech nieobecności na zajęciach. Organizatorzy nie przewidują usprawiedliwiania nieobecności. Przekroczenie limitu nieobecności określonego w niniejszym Regulaminie skutkuje skreśleniem z listy uczestników zajęć.
12. Uczestnik zajęć zobowiązany jest do punktualnego przybycia na zajęcia. Spóźnienie wyklucza możliwość uczestnictwa w zajęciach.
13. Uczestnik zajęć jest zobowiązany do zachowania ostrożności, zasad BHP oraz zasad współzycia społecznego w trakcie uczestniczenia w zajęciach.
14. Uczestnik sam dostosowuje tempo i intensywność zajęć do swoich możliwości i wydolności własnego organizmu. W zajęciach nie mogą uczestniczyć osoby, które mają wyraźne przeciwwskazania lekarskie do zajęć związanych z wysiłkiem fizycznym.
15. Pogorszenie samopoczucia podczas zajęć obliguje uczestnika do niezwłocznego przerwania ćwiczeń i powiadomienia o pogorszeniu samopoczucia osoby prowadzącej zajęcia bądź opiekuna grupy.

16. Uczestnik zajęć ma prawo do wykonywania zdjęć do celów własnych wyłącznie za zgodą pozostałych uczestników zajęć.
17. Uczestnik zajęć, którego stan wskazuje na spożycie alkoholu nie może uczestniczyć w zajęciach. Odnotowanie takiego zdarzenia skutkuje skreśleniem z listy uczestników.
18. Uczestnik zajęć może w każdym czasie zrezygnować z udziału w zajęciach. O rezygnacji z uczestnictwa w zajęciach uczestnik informuje właściwego Organizatora.

WARUNKI UCZESTNICTWA W ZAJĘCIACH GIMNASTYCZNYCH ORAZ TANECZNYCH

19. Na zajęciach obowiązuje strój sportowy oraz sportowe obuwie.
20. W czasie zajęć nie należy spożywać jakichkolwiek produktów spożywczych, w szczególności takich które mogą być powodem zakrztuszenia lub zadławienia się.

WARUNKI UCZESTNICTWA W ZAJĘCIACH NA BASENIE

21. Uczestnik zajęć zobowiązany jest do wchodzenia na basen w stroju do tego przeznaczonym: kostium kąpielowy/ kąpielówki, obuwie kąpielowe oraz czepki kąpielowy.
22. Uczestnik zajęć zobowiązany jest do skorzystania z natrysku przed każdorazowym wejściem na basen.
23. Uczestnik zajęć wchodzi na basen bez makijażu.
24. Uczestnik zajęć jest zobowiązany do bezwzględnego podporządkowania się poleceniom obsługi basenu.
25. Pływanie możliwe jest tylko na wyznaczonym torze. W przypadku zajęć aqua aerobiku uczestnik zajęć przebywa w miejscu prowadzenia zajęć (mały basen).
26. Uczestnika zajęć obowiązuje limit czasowy przebywania na basenie tj. 30 minut w wodzie plus 20 minut na skorzystanie z natrysku i przebranie się. Za przekroczenie limitu czasu pobierana jest opłata przez obsługę basenu (zgodnie z cennikiem basenu).
27. Uczestnik wyraża zgodę na uiszczenie opłaty 1 zł miesięcznie w kasie OSiR.

PRAWA I OBOWIĄZKI ORGANIZATORA

28. Organizatorzy nie ubezpieczają uczestników zajęć od skutków nieszczęśliwych wypadków, nie ponoszą odpowiedzialności cywilnoprawnej za powstałe kontuzje i urazy podczas zajęć, a także nie ponoszą odpowiedzialności za stan zdrowia osób biorących udział w zajęciach.
29. Organizatorzy zastrzegają sobie prawo do zmiany terminu, godziny i miejsca odbywania się zajęć bez podania przyczyny.
30. Organizatorzy zastrzegają sobie prawo do odwołania zajęć bez podania przyczyny.
31. Organizatorzy zastrzegają sobie prawo do wykonania zdjęć w trakcie odbywania się zajęć w celu wykorzystania ich w materiałach promocyjnych.