



## Regulamin zajęć ruchowych

### Stowarzyszenia Zbąszyński Uniwersytet Trzeciego Wieku w Zbąszynku

z dnia 20.03.2017r.

#### § 1

Regulamin uczestnictwa w zajęciach ruchowych zwany dalej Regulaminem, obowiązuje wszystkie osoby, które uczestniczą w zajęciach ruchowych oraz wycieczkach organizowanych przez Stowarzyszenie Zbąszyński Uniwersytet Trzeciego Wieku w Zbąszynku

#### § 2

Przez pojęcia użyte w Regulaminie należy rozumieć:

1. **stowarzyszenie** - Stowarzyszenie Zbąszyński Uniwersytet Trzeciego Wieku w Zbąszynku
2. **statut** - statut Stowarzyszenia Zbąszyński Uniwersytet Trzeciego Wieku w Zbąszynku;
3. **zajęcia ruchowe i wycieczki /zajęcia** – gimnastyka rehabilitacyjna, kolarstwo, nordic
4. walking,
5. **uczestnicy** – członkowie/słuchacze Stowarzyszenia Zbąszyński Uniwersytet Trzeciego Wieku w Zbąszynku
6. **prowadzący** – prowadzący zajęcia ruchowe.

#### § 3

1. Uczestnikami zajęć ruchowych i wycieczek mogą być wyłącznie członkowie Stowarzyszenia, których stan zdrowia na to pozwala, bez przeciwwskazań lekarskich, po wcześniejszym podpisaniu oświadczenia, o którym mowa w § 8 ust. 1. Ponadto w zajęciach ruchowych mogą brać udział wyłącznie osoby, które nie zalegają z opłatami związanymi z członkostwem w Stowarzyszeniu.
2. O wysokości opłat decyduje zarząd Stowarzyszenia.
3. O zasadach i terminie zapisów na zajęcia ruchowe zarząd zawiadamia członków poprzez ogłoszenie na wykładach, ogłoszenie na stronie [www.zutw.zbaszynek.pl](http://www.zutw.zbaszynek.pl) oraz ogłoszenie na tablicy ogłoszeń Stowarzyszenia.
4. Liczbę uczestników na poszczególnych zajęciach ruchowych ustala prowadzący zajęcia ruchowe w porozumieniu z zarządem.

#### § 4

1. Uczestnik jest zobowiązany do posiadania stroju oraz obuwia adekwatnego do zajęć ruchowych, w których bierze udział.
2. W trakcie zajęć ruchowych uczestnik nie może nosić biżuterii oraz innych ozdób, które mogłyby wyrządzić szkodę uczestnikowi, lub współuczestnikom zajęć ruchowych.
3. Zabrania się przynoszenia na zajęcia przedmiotów niebezpiecznych i innych przedmiotów, których posiadanie mogłoby utrudnić innym osobom uczestnictwo w

zajęciach lub mogłoby doprowadzić do uszkodzenia lub zniszczenia mienia, bądź mogłoby stanowić zagrożenie dla bezpieczeństwa osób przebywających na zajęciach, ich życia oraz zdrowia.

4. Uczestnik zobowiązuje się do punktualnego stawiania się na zajęcia.

## § 5

1. W trakcie zajęć ruchowych uczestnik ma obowiązek stosować się do poleceń i wskazówek wydawanych przez prowadzącego.
2. W trakcie zajęć ruchowych uczestnik może wykonywać wyłącznie takie czynności, które wskazuje prowadzący.
3. Korzystanie ze sprzętu powinno odbywać się zgodnie z zaleceniem prowadzącego w sposób bezpieczny, tj. z zapewnieniem dbałości o bezpieczeństwo ludzi, poszanowanie sprzętu i sali.
4. Uczestnik ma obowiązek odmówić wykonania czynności, które są niebezpieczne z uwagi na jego stan zdrowia lub przekraczają jego możliwości fizyczne.

## § 6

1. W przypadku odniesienia urazu, kontuzji lub złego samopoczucia uczestnik powinien natychmiast zgłosić się do prowadzącego i poinformować go o swojej dolegliwości.
2. Stowarzyszenie nie ponosi odpowiedzialności za ewentualne negatywne następstwa dla zdrowia uczestnika wynikające z udziału w wykonywaniu czynności w czasie zajęć ruchowych przeprowadzanych zgodnie z wszelkimi zasadami dotyczącymi danej dziedziny w szczególności będące wynikiem niestosowania się do niniejszego regulaminu, programu lub instrukcji wydawanych przez prowadzącego.
3. Uczestnik bierze udział w zajęciach ruchowych na własne ryzyko i na własną odpowiedzialność.

## § 7

1. W razie niewłaściwego zachowania uczestnika, w tym zachowania zagrażającego zdrowiu, życiu, bezpieczeństwu swojego i innych uczestników lub zachowania dezorganizującego i utrudniającego prowadzenie zajęć, prowadzący ma uprawnienie do:
  - a) wykluczenia tego uczestnika z wykonywania wybranych czynności i/lub;
  - b) wykluczenia z udziału w zajęciach ruchowych w danym dniu i/lub;
  - c) całkowitego wykluczenia z zajęć.
2. Zabrania się uczestnictwa w zajęciach po spożyciu alkoholu lub innych środków odurzających.
3. Uczestnika obowiązuje dbałość o dobry stan urządzeń i udostępnianego sprzętu. Uczestnik ponosi odpowiedzialność za wszelkie szkody powstałe z jego winy.
4. Uczestnik ponosi odpowiedzialność za rzeczy pozostawione w szatni.
5. Zabrania się uczestnikom filmowania, nagrywania i fotografowania zajęć ruchowych oraz innych uczestników w trakcie zajęć ruchowych, z zastrzeżeniem § 9 ust. 1.

## § 8

1. Przed dopuszczeniem do zajęć ruchowych każdy uczestnik jest zobowiązany do złożenia pisemnego oświadczenia, że jego stan zdrowia pozwala na uczestnictwo w zajęciach ruchowych oraz, że nie ma żadnych przeciwwskazań zdrowotnych, które mogą utrudniać lub uniemożliwiać jego udział w w/w zajęciach [zapis w deklaracji].

2. Odmowa podpisania oświadczenia, o którym mowa w ust. 1 jest równoznaczna z rezygnacją z uczestnictwa w zajęciach. Osoba tak nie może zostać dopuszczona do brania udziału w zajęciach ruchowych.

## § 9

1. Stowarzyszenie zastrzega sobie prawo do dokumentowania (nagrywania, filmowania, fotografowania) przebiegu zajęć ruchowych dla celów dokumentacyjnych/archiwizacyjnych (np. w celu rozliczenia projektu, zamieszczenia relacji w publikacji UTW) – w takim przypadku czynności tych dokonuje osoba wskazana przez zarząd lub koordynatora projektu albo członek samorządu słuchaczy.
2. Przed dopuszczeniem do zajęć ruchowych każdy uczestnik jest zobowiązany do złożenia pisemnego oświadczenia, iż wyraża zgodę na nieodpłatne utrwalanie wizerunku oraz nieodpłatne rozpowszechnianie wizerunku w związku z realizacją celów statutowych Stowarzyszenia [zapis w deklaracji].
3. Odmowa podpisania oświadczenia, o którym mowa w ust. 2 jest równoznaczna z rezygnacją z uczestnictwa w zajęciach. Osoba tak nie może zostać dopuszczona do brania udziału w zajęciach ruchowych.

## § 10

1. Stowarzyszenie zastrzega sobie prawo do likwidacji zajęć ruchowych w szczególności w sytuacji, gdy na zajęcia ruchowe zapisało się mniej osób, niż minimalna liczba osób ustalona przez zarząd. Decyzję w tym zakresie podejmuje zarząd. Informacja o likwidacji danych zajęć ruchowych zamieszczana będzie na stronie [www.zutw.zbąszynek.pl](http://www.zutw.zbąszynek.pl) i/lub na tablicy ogłoszeń Stowarzyszenia.
2. Stowarzyszenie zastrzega sobie prawo do odwołania zajęć ruchowych w danym terminie w szczególności w sytuacji, gdy na zajęcia ruchowe zgłosiło się mniej osób, niż minimalna liczba osób ustalona przez zarząd/prowadzącego. Decyzję w tym zakresie podejmuje prowadzący zajęcia lub opiekun grupy.
3. Wszystkie kwestie sporne nieujęte w niniejszym regulaminie rozstrzyga zarząd Stowarzyszenia.
4. **Niniejszy regulamin stosuje się odpowiednio do wycieczek, wyjazdów edukacyjnych i spotkań integracyjnych.**

## § 11

1. Regulamin uchwalony jest na czas nieoznaczony.
2. Regulamin jest uchwalany i zmieniany uchwałą zarządu. Stowarzyszenie zastrzega sobie prawo do wnoszenia zmian w regulaminie.
3. Uczestnicy mają obowiązek na bieżąco sprawdzać informacje o regulaminie, jego zmianach oraz terminach zajęć.