

Regulamin

KURS SAMOOBRONY

1. Celem kursu samoobrony jest aktywizacja Mieszkanek wsi Mysiadło, Gminy Lesznowola, Powiatu Piaseczyńskiego. Na niebezpieczeństwa narażone są kobiety, które w starciu z silniejszym napastnikiem nie mają większych szans na obronę. Zajęcia te mają za cel naukę jak zachować się w takiej sytuacji, jakie kroki należy podjąć, aby obronić się, jak wezwać pomoc, czy uniknąć niebezpieczeństwa oraz jak radzić sobie ze stresem w sytuacji zagrożenia.
2. Zajęcia odbywają się cyklicznie w Centrum Sportu i Edukacji w Mysiadle, Kwiatowa 28, 05-500 Mysiadło.
3. Zajęcia mają charakter rekreacyjny i odbywają się 1 raz w tygodniu. Pierwsze zajęcia odbędą się 3 Kwietnia 2025 r. O ile Harmonogram nie będzie ulegał zmianie, zajęcia odbywać się będą we czwartki o godz. 19:00. Szczegółowy harmonogram i plan zajęć będzie dostępny dla wszystkich uczestniczek podczas pierwszych zajęć oraz na stronie wydarzenia.
4. Cykl kursu to 11 tygodni.
5. Trenerzy przed rozpoczęciem zajęć przeprowadzą krótki wywiad, który będzie miał na celu prawidłowy podział na grupy w celu wyrównania poziomu zaawansowania każdej uczestniczki.
6. Organizatorem zajęć jest Sołectwo i Rada Sołeczka w Mysiadle.
7. Przystąpienie do zajęć odbywa się na podstawie zgłoszenia skierowanego:
 - a. osobiście w: Gminnym Ośrodku Kultury w Mysiadle, ul. Topolowa 2,
 - b. na stronie FB: Mysiadło – Sołectwo.
8. Zajęcia kursu prowadzone są w grupach do 30 osób.
9. Udział w zajęciach jest bezpłatny.
10. Na pierwszych zajęciach kursu pobierana od jest od uczestniczek kaucja w wysokości 100 zł, celem zabezpieczenia obecności na zajęciach kursu.
11. Dwukrotna nieobecność na zajęciach kursu powoduje przepadek kaucji.
12. Kaucja jest zwracana uczestniczkom, które ukończyły zajęcia na ostatnich zajęciach.
13. W zajęciach mogą brać udział osoby od 15 roku życia. Osoby nieletnie mogą brać udział w zajęciach wyłącznie za pisemną zgodą opiekuna prawnego, które zostanie złożone u trenera przed zajęciami i akceptacji samego trenera.
14. Każda uczestniczka zobowiązana jest posiadać odpowiedni strój sportowy oraz stosowne obuwie sportowe.
15. Każda uczestniczka zobowiązana jest przestrzegać zasad bezpieczeństwa przeciwpożarowego oraz ochrony przyrody, jak również dbać o porządek w miejscu prowadzonych treningów.
16. Organizator i prowadzący nie ponoszą odpowiedzialności za zdarzenia związane ze stanem zdrowia uczestniczek. Jeśli uczestniczka ma wątpliwości czy jej stan zdrowia pozwala na uczestnictwo w treningach powinna skonsultować się z lekarzem.
17. Organizator i trener nie ponoszą odpowiedzialności za wypadki mające miejsce w trakcie trwania zajęć.
18. Za zagubione lub pozostawione bez opieki rzeczy organizator nie ponosi odpowiedzialności.
19. Zabrania się udziału w zajęciach osobom będącym pod wpływem alkoholu lub/i środków odurzających.
20. Każda uczestniczka zobowiązuje się do przestrzegania aktualnych zasad epidemiologicznych.
21. Każda uczestniczka zobowiązana jest zapoznać się z niniejszym regulaminem i przestrzegać jego zasad. Uczestniczka jest zobowiązana do podpisania Oświadczenia stanowiącego Załącznik nr 1 regulaminy, zgodnie z własną wolą.

Regulamin
KURS SAMOOBRONY

Załącznik nr 1

OŚWIADCZENIE

Ja niżej podpisana

(imię i nazwisko)

decydując się na udział w kursie samoobrony, oświadczam, że:

1. Zapoznałam się z regulaminem kursu.
2. Nie występują znane mi przeciwwskazania lekarskie do uczestniczenia przeze mnie w zajęciach z zakresu samoobrony oraz nie przyjmuję leków mogących oddziaływać negatywnie na moje reakcje lub stan zdrowia w związku z wykonywaniem ćwiczeń na zajęciach.
3. Przejmuję na siebie wszelką odpowiedzialność z tytułu uszczerbku na zdrowiu, kalectwa lub innego nieszczęśliwego wypadku, który może mieć miejsce w trakcie zajęć prowadzonych w ramach kursu jako ich skutek bezpośredni, czy też pośredni.
4. Zrzekam się od Organizatora i Instruktor zajęć jakichkolwiek roszczeń związanych z ewentualną szkodą powstałą w związku z zajęciami.
5. Zapisanie się na kurs jest równoznaczne z akceptacją niniejszego regulaminu oraz wyrażeniem zgody na przetwarzanie przez Organizatorów danych osobowych Uczestniczki wyłącznie na potrzeby kursu zgodnie z przepisami ustawy o RODO z dnia 25 maja 2018 roku wraz z późniejszymi zmianami.

.....

czytelny podpis Uczestniczki

OŚWIADCZENIE

Na podstawie art. 81 ust. 1 ustawy o prawie autorskim i prawach pokrewnych z dnia 4 lutego 1994 (Dz.U. 2006 r. Nr 90 poz. 631 z późn. zm.) uczestniczka kursu wyraża zgodę na wykorzystanie przez Organizatora swojego wizerunku w formie fotografii cyfrowej bądź nagrania filmowego bez ograniczeń czasowych do celów udokumentowania organizacji kursu.

.....

czytelny podpis Uczestniczki