Regulamin Warsztatów Biegowych z KOSiR

1. **Organizator**

Kobierzycki Ośrodek Sportu i Rekreacji, ul. Dębowa 20, 55-040 Kobierzyce

2. **Miejsce**

Miejscowość: Kobierzyce

3. **Cel**

- działanie na rzecz sportu i kultury fizycznej, w tym także na rzecz rekreacji ruchowej i profilaktyki zdrowotnej;
- profilaktyka i promocja zdrowia;
- krzewienie kultury fizycznej, w szczególności sportu wśród mieszkańców Gminy Kobierzyce.

4. **Osoby prowadzące zajęcia**

Instruktor – Cyprian Łoposzko
Instruktor- Mateusz Kozłowski

5. **Terminy zajęć:**

- **21.10.2017**
- **28.10.2017**
- **04.11.2017**
- **18.11.2017**
- **25.11.2017**

Warsztaty są otwarte, **wymagany wiek powyżej 16 roku życia.**

6. **Opis zajęć**

Warsztaty biegowe obejmują zajęcia związane z:

- "**Siłą biegowa**"
- **"Szybkością"**
- **"Techniką biegu- praca ramion"**
- **"Techniką biegu- praca nóg"**
- **" Sprawnością ogólną "**
- **" Wytrzymałością"**

7. **Warunki uczestnictwa**

W zajęciach udział może wziąć każdy kto się zapisze (zgodnie z pkt.8), zapozna się z regulaminem **oraz ZŁOŻY PODPISANE Oświadczenie o stanie zdrowia i braku przeciwwskazań pozwalające na aktywny udział w prowadzonych zajęciach sportowych oraz oświadczenie o wyrażeniu zgody na przetwarzanie wizerunku przez KOSiR** (załącznik nr 1). W **przypadku osób niepełnoletnich udział w Warsztatach Biegowych jest możliwy jedynie po dostarczeniu: Oświadczenia o stanie zdrowia i braku przeciwwskazań oraz oświadczenia o wyrażeniu zgody na przetwarzanie wizerunku przez KOSiR -**wypełnione i podpisane przez rodzica/opiekuna prawnego (załącznik nr 2).

Wypełnione oświadczenia można składać u Instruktora prowadzącego lub w Hali Sportowo Widowiskowej w Kobierzycach przy ulicy Dębowej 20.

8. **Zapisy**

Zapisy na weekend biegowy bezpośrednio u Instruktora (tel. **663-628-790**) lub w Hali Sportowo Widowiskowej w Kobierzycach pod nr tel. **71 715 12 00** w godzinach 8:00 – 22:00.

Wszyscy uczestnicy przyjmują do wiadomości, że udział w zajęciach wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwość odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych.

9. Postanowienia końcowe

- Organizator ma prawo do interpretacji i zmian regulaminu Weekendu Biegowego.
- Na zajęciach na Hali Sportowo – Widowiskowej obowiązywać będzie obuwie halowe.
- Do zajęć nie zostaną dopuszczone osoby pod wpływem alkoholu i środków odurzających.
- Uczestnicy zajęć zobowiązani są do wykonywania poleceń organizatora i prowadzących zajęcia.
- Organizator nie odpowiada za urazy i wypadki w trakcie zajęć.
- W razie wypadków uczestnicy zajęć zobowiązani są do poinformowania organizatora lub prowadzącego o zdarzeniu.
- Organizator nie przewiduje limit miejsc dla uczestników zajęć.
- Organizator nie odpowiada za rzeczy zaginione i uszkodzone w trakcie Weekendu Biegowego.

10. Kontakt:

Cyprian Łoposzko – 663-628-790 / **Hala Sportowo-Widowiskowa KOSiR**- 71 715 12 00

Załącznik nr 1 (dorośli)

Oświadczenie o zdolności do udziału
w Warsztatach Biegowych z Kobierzyckim Ośrodkiem Sportu i Rekreacji

Niniejszym oświadczam,

.....

(imię i nazwisko, miejscowość)

że jestem zdolny(a) do udziału w organizowanych zajęciach sportowych w Kobierzycach lub wioskach sąsiadujących pt. **Warsztaty Biegowe** nie mam przeciwwskazań zdrowotnych do uczestnictwa w zajęciach sportowych. Oświadczam, że zapoznałem/-am się z zapisami regulaminu i je akceptuję. Wyrażam zgodę na czynny udział w w/w imprezie i ponoszę za siebie pełną odpowiedzialność.
Wyrażam zgodę na przetwarzanie danych osobowych dla potrzeb KOSiR (zgodnie z Ustawą z dn. 29.08.1997r. o Ochronie Danych Osobowych (tj. z 25 listopada 2015 r. Dz. U. z 2015 r., poz. 2135 z późn. zm.), a także wyrażam zgodę na nieodpłatne utrwalenie i rozpowszechnianie mojego wizerunku w formie fotografii analogowej i cyfrowej w celach promocyjnych KOSiR. Przeniesienie niniejszego zezwolenia na osobę trzecią powiązaną z KOSiR nie wymaga mojej uprzedniej zgody na taką czynność.

.....

(data, czytelny podpis)

Załącznik nr 2 (młodzież do lat 18)

Oświadczenie o zdolności do udziału
w Warsztatach Biegowych z Kobierzyckim Ośrodkiem Sportu i Rekreacji

Niniejszym jako przedstawiciel ustawowy – rodzic * / opiekun prawny* nieletniego/-j

.....

(imię i nazwisko dziecka, miejsce zamieszkania)

oświadczam, że jest on(a) zdolny(a) do udziału w organizowanych zajęciach sportowych w Kobierzycach lub wioskach sąsiadujących pt. **Warsztaty Biegowe** oraz, że dziecko nie ma przeciwwskazań do uczestnictwa w zajęciach sportowych. Oświadczam, że zapoznałem/-am się z zapisami regulaminu i je akceptuję. Wyrażam zgodę na czynny udział mojego dziecka w w/w imprezie i ponoszę za nie pełną odpowiedzialność.

Wyrażam zgodę na przetwarzanie danych osobowych mojego dziecka dla potrzeb KOSiR (zgodnie z Ustawą z dn. 29.08.1997r. o Ochronie Danych Osobowych (tj. z 25 listopada 2015 r. Dz. U. z 2015 r., poz. 2135 z późn. zm.), a także wyrażam zgodę na nieodpłatne utrwalenie i rozpowszechnianie jego wizerunku w formie fotografii analogowej i cyfrowej w celach promocyjnych KOSiR. Przeniesienie niniejszego zezwolenia na osobę trzecią powiązaną z KOSiR nie wymaga mojej uprzedniej zgody na taką czynność.

.....

(data, czytelny podpis rodzic /opiekuna prawnego)

*niepotrzebne skreślić