



REGULAMIN UCZESTNICTWA W ZAJĘCIACH PROGRAMU „SENIOR – STARSZY, SPRAWNIEJSZY”



prowadzonych przez
**Towarzystwo Krzewienia Kultury Fizycznej
„CHOMICZÓWKA”**

Program „Senior – starszy, sprawniejszy”

jest współfinansowany ze środków Dzielnicy Bielany m. st. Warszawy

1. Organizatorem zajęć w ramach programu „Senior - starszy, sprawniejszy” jest Towarzystwo Krzewienia Kultury Fizycznej „CHOMICZÓWKA”.
2. Każdego uczestnika programu „Senior - starszy, sprawniejszy” obowiązuje regulamin sali sportowej/ pływalni oraz niniejszy regulamin.
3. Uczestnikami programu są osoby, które ukończyły 55 lat i posiadają legitymację emeryta lub rencisty oraz złożą wypełnione dokumenty :
 - Zgoda na przetwarzanie danych osobowych.
 - Deklaracja przystąpienia do umowy ubezpieczenia.
 - Oświadczenie o braku przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w zajęciach rekreacyjnych.
4. Druk dostępny w sekretariacie TKKF „Chomiczówka”, u organizatorów zajęć lub do pobrania ze strony www.tkkfchomiczowka.waw.pl Zajęcia odbywają się z podziałem na grupy w wymiarze:

w sali sportowej 2 razy w tygodniu po 1 godz na pływalni 2 razy w tygodniu po 30 min
5. Zajęcia prowadzone są przez wykwalifikowanych instruktorów - specjalistów kinezygerontoprofilaktyki, rehabilitacji ruchowej, aqua fitness.
6. Instruktor jest zobowiązany do prowadzenia dziennika zajęć wraz z rejestrem uczestników w grupach.
7. Instruktor jest zobowiązany do zorganizowania zajęć dostosowanych do indywidualnych potrzeb i możliwości uczestników oraz zapewnienia wszelkiej pomocy ćwiczącym.
8. TKKF Chomiczówka zastrzega sobie prawo do zmiany instruktora w czasie trwania programu.
9. Nieobecność na zajęciach powyżej trzech razy powoduje skreślenie z listy uczestników programu.

10. Formuła zajęć nie przewiduje możliwości korzystania z obiektów sportowych w sposób dowolny (np. wolne pływanie, jacuzzi, korzystanie z urządzeń rekreacyjnych) oraz bez nadzoru instruktora.
11. Zapisy prowadzone są w sekretariacie TKKF „Chomiczówka” oraz przez organizatorów w poszczególnych punktach zajęć. Niedopuszczalne jest zapisywanie się do więcej niż 1 grupy.
12. Zajęcia prowadzone są zgodnie z niniejszym regulaminem i harmonogramem, dostępnym w sekretariacie TKKF „Chomiczówka”, u organizatorów zajęć oraz na stronie internetowej www.tkkfchomiczowka.waw.pl
13. Maksymalna liczba uczestników zajęć w grupie wynosi 15 osób na pływalni i 25 osób w sali sportowej.
14. W razie wolnych miejsc w dniu i godzinie zajęć jest możliwość dołączenia do ćwiczących osób z listy oczekujących w taki sposób, aby grupa nie przekroczyła 15-osobowego składu na pływalni i 25-osobowego podczas zajęć w sali.
15. Spóźnienie się na zajęcia może skutkować brakiem możliwości skorzystania z zajęć w związku z wejściem osoby z listy oczekujących.
16. Jednostkowy czas trwania zajęć na pływalni wynosi 30 min., a na sali sportowej 60 min.
17. Wszystkie osoby znajdujące się na terenie pływalni zobowiązane są do wypełniania poleceń instruktora i ratownika, na sali sportowej – instruktora rekreacji.
18. Uczestnicy zajęć zobowiązani są do informowania o planowanych nieobecnościach w celu umożliwienia korzystania z zajęć innym osobom.
19. Organizator zastrzega sobie prawo do odwołania zajęć z przyczyn niezależnych.
20. W przypadku niespełnienia wymogów regulaminu organizator może odmówić przyjęcia osoby na zajęcia.
21. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za zaginione lub zniszczone mienie uczestników.
22. Organizator ubezpiecza uczestników zajęć od następstw nieszczęśliwych wypadków.
23. Program zaplanowany jest na rok 2019