

Regulamin zajęć

Aktywny Senior z OSiR Bytom „Gimnastyka z elementami Pilates”

Niniejszy Regulamin zawiera informacje o projekcie i określa zasady rekrutacji i uczestnictwa w projekcie. Każdy uczestnik zajęć zobowiązany jest do jego przestrzegania.

I. Informacje ogólne

1. Organizator: Ośrodek Sportu i Rekreacji w Bytomiu, ulica Parkowa 1.
2. Projekt „Aktywny Senior z OSiR Bytom” jest realizowany w formie gimnastyki z elementami pilates.
3. Udział w treningach jest płatny.
4. Zajęcia będą odbywać się z zachowaniem obowiązujących zasad i norm bezpieczeństwa.
5. Organizator zastrzega sobie możliwość odwołania zajęć i nieutworzenia grupy, w przypadku małej liczby zainteresowanych lub z przyczyn niezależnych od Organizatora.

II. Cele projektu

1. Aktywizacja seniorów, mieszkających na terenie Gminy Bytom,
2. Popularyzacja gimnastyki ogólnorozwojowej mającej na celu poprawę kondycji fizycznej.
3. Propagowanie zdrowego stylu życia i aktywnego spędzania czasu wolnego.

III. Uczestnicy projektu

1. Uczestnikami zajęć mogą być osoby od 55. roku życia, zamieszkałe na terenie Gminy Bytom.
2. Grupa ćwiczeniowa może liczyć maksymalnie 30 osób.
3. Nabór uczestników prowadzony będzie od **9 sierpnia 2025 r.** do osiągnięcia wymaganej liczby uczestników tj. **30 osób**. Rekrutacja jest prowadzona z uwzględnieniem równych szans, z zapewnieniem równego dostępu obu płci.
4. Zajęcia rozpoczynają się **6 września 2025 r.**
5. Zgłoszenie chęci uczestnictwa możliwe jest poprzez wypełnienie karty zgłoszeniowej i osobistą wizytę w siedzibie OSiR, ul. Parkowa 1, Bytom.
6. Zajęcia odbywać się raz w tygodniu i trwają **45 - 60 minut**, z wykorzystaniem infrastruktury zlokalizowanej w obiekcie OSiR Bytom - Lodowisko im. Braci Nikodemowiczów, przy ul. Pułaskiego 71 (sala gimnastyczna, boisko sportowe).
7. Szczegółowy harmonogram zajęć ustalony przez realizatora zajęć będzie podany do wiadomości uczestników.

IV. Warunki uczestnictwa

1. Warunkiem uczestnictwa w zajęciach jest akceptacja niniejszego regulaminu, wypełnienie karty zgłoszeniowej oraz brak przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w aktywności fizycznej.
2. Udział w zajęciach wymaga zakupu karnetu – w rozliczeniu 4 miesięcznym. (1 kwartał)
3. W przypadku wolnych miejsc (maksymalnie 30 uczestników) istnieje możliwość zakupu **biletu jednorazowego w cenie 5 zł** – bezpośrednio w dniu zajęć.
4. Zajęcia prowadzone będą przez osoby posiadające odpowiednie kwalifikacje i uprawnienia.
5. Uczestnicy zobowiązani są do:
 - a) udziału w zajęciach w odpowiednim stroju sportowym, w tym zmiennym obuwiu;

- b) powiadomienia instruktora w przypadku rezygnacji z udziału w trakcie cyklu zajęć;
 - c) informowania o stanie zdrowia i ewentualnych przeciwwskazaniach do ćwiczeń;
 - d) przestrzegania przepisów porządkowych obowiązujących na terenie obiektu oraz stosowania się do poleceń instruktora.
6. Instruktor zobowiązany jest do:
- a) przedstawienia zasad bezpieczeństwa przed każdorazowym rozpoczęciem zajęć;
 - b) udzielania wsparcia uczestnikom w sprawach związanych z realizacją projektu.

V. Opłaty

1. Zajęcia są rozliczane z góry:
 - a) co 4 miesiące w roku 2025 r. (wrzesień, październik, listopad, grudzień);
 - b) od roku 2026 – co 3 miesiące (kwartał).
2. Wysokość opłaty ustalana jest indywidualnie przez organizatora i podawana przed rozpoczęciem każdego okresu rozliczeniowego.
3. W ramach karnetu uczestnik otrzymuje 1 zajęcia gratis – np. 12 zajęć płatnych + 1 gratis w danym okresie rozliczeniowym.
4. Płatności dokonuje się z góry, najpóźniej przed rozpoczęciem pierwszych zajęć danego okresu rozliczeniowego.
5. Brak opłaty przed pierwszymi zajęciami danego okresu rozliczeniowego równoznaczne jest z rezygnacją z uczestnictwa w projekcie.

VI. Nieobecności

1. Nieobecność na zajęciach nie uprawnia do zwrotu kosztów, ani przeniesienia opłaty na kolejny kwartał.
2. W wyjątkowych przypadkach (np. choroba potwierdzona zaświadczeniem lekarskim) możliwe jest indywidualne rozpatrzenie sprawy.

VII. Przetwarzanie danych osobowych – RODO

1. Organizator/ realizator będą przechowywać dane osobowe w sposób zgodny z obowiązującymi przepisami.
2. Klauzula informacyjna dotycząca przetwarzania danych osobowych stanowi załącznik do Regulaminu.

VIII. Pozostałe postanowienia

1. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za wypadki zaistniałe na zajęciach wynikające ze złego stanu zdrowia, samopoczucia czy też będące wynikiem niestosowania się do poleceń i uwag instruktora oraz nieprzestrzegania obowiązującego regulaminu.
2. Wszelkie uwagi dotyczące zajęć należy kierować bezpośrednio do instruktora.
3. Realizacja zajęć odbywać się będzie z zachowaniem wszelkich zasad bezpieczeństwa i w reżimie sanitarnym zgodnie z wytycznymi Głównego Inspektora Sanitarnego, Ministra Zdrowia, Ministra Edukacji i rozporządzenia Rady Ministrów w sprawie ustanowienia określonych ograniczeń nakazów i zakazów w związku z wystąpieniem stanu epidemii.
4. Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany niniejszego Regulaminu.
5. Wszelkie zmiany Regulaminu i informacje dotyczące realizacji projektu będą przekazywane uczestnikom osobiście lub za pośrednictwem strony internetowej Organizatora zajęć.
6. Wszelkie kwestie sporne nie ujęte w niniejszym regulaminie rozstrzyga Organizator zajęć.

KARTA ZGŁOSZENIOWA W PROJEKCIE
Aktywny Senior z OSiR Bytom - „Gimnastyka z elementami Pilates”

Imię i nazwisko uczestnika

Adres zamieszkania

Rok urodzenia.....

Nr telefonu – do kontaktu

Deklaruję udział w projekcie: **Aktywny Senior z OSiR Bytom - „Gimnastyka z elementami Pilates”**.

Potwierdzam zapoznanie się z Regulaminem zajęć **Aktywny Senior z OSiR Bytom - „Gimnastyka z elementami Pilates”**

.....

(podpis uczestnika)

ZGODA NA PRZETWARZANIE DANYCH ORAZ WIZERUNKU

Na podstawie art. 6 ust. 1 lit. a Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE oświadczam, że:

☐ Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych* zawartych w karcie zgłoszenia w związku z udziałem w projekcie pn. „**Aktywny Senior z OSiR Bytom – Gimnastyka z elementami Pilates”**.

☐ Wyrażam zgodę na nieodpłatne, wielokrotne rozpowszechnienie mojego wizerunku * poprzez publikacje zdjęć i umieszczenie ich w celach promocyjnych na stronach internetowych oraz portalach społecznościowych Ośrodka Sportu i Rekreacji w Bytomiu, a także w materiałach drukowanych np. plakatach, broszurach, ulotkach, czy też na łamach prasy lokalnej, ogólnokrajowej. Jednocześnie oświadczam, że zdjęcia i materiały wideo wykonane podczas uczestnictwa w konkursie nie naruszają dóbr osobistych mojego dziecka. Wizerunek może być przetwarzany w różnych formach - elektronicznych, papierowych, kadrowania i kompozycji.

.....

(podpis rodzica/prawnego opiekuna)

*prawidłowe zaznaczyć

Klauzula informacyjna dotycząca przetwarzania danych osobowych

Zgodnie z art. 13 ust. 1 i 2 Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 roku w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (dalej RODO), obowiązującego od 25 maja 2018 r., informuję, iż:

1. Administratorem Pani/Pana danych osobowych jest Ośrodek Sportu i Rekreacji w Bytomiu, ul. Parkowa 1, 41-902 Bytom. Kontakt z administratorem jest możliwy za pomocą adresu mailowego: sekretariat@osir.bytom.pl.
2. Inspektorem Ochrony Danych Osobowych w Ośrodku Sportu i Rekreacji jest Aleksandra Cnota-Mikołajec, aleksandra@eduodo.pl.
3. Dane osobowe przetwarzane będą na podstawie wyrażonej zgody zgodnie z art. 6 ust. 1 lit. a RODO w celach promocyjnych, kontaktowych oraz uczestnictwa w organizowanym konkursie.
4. Odbiorcami danych osobowych mogą być:
 - a) organy władzy publicznej oraz podmioty wykonujące zadania publiczne lub działające na zlecenie organów władzy publicznej, w zakresie i w celach, które wynikają z przepisów powszechnie obowiązującego prawa,
 - b) podmioty realizujące zadania administratora, takie jak: operator pocztowy, bank, dostawca oprogramowania dziedzinowego, firmy obsługujące stronę internetową administratora,
 - c) prasa, portale społecznościowe i instytucje współpracujące z administratorem.
5. Administrator nie przekazuje danych osobowych do państwa trzeciego lub organizacji międzynarodowej.
6. Dane przetwarzane będą na czas trwania realizacji określonego celu lub do czasu wycofania zgody z wniesieniem o usunięcie danych osobowych. W przypadkach, w których wymagają tego przepisy ustawy z dnia 14 lipca 1983 r. o narodowym zasobie archiwalnym i archiwach - przez czas określony w tych przepisach.
7. Ma Pani/Pan prawo żądania od Administratora:
 - a) dostępu do swoich danych oraz otrzymania ich pierwszej kopii,
 - b) do sprostowania (poprawiania) swoich danych,
 - c) do usunięcia oraz ograniczenia przetwarzania danych na podstawie art. 17 RODO oraz art. 18 RODO,
 - d) do wniesienia sprzeciwu wobec przetwarzania danych jedynie na zasadach opisanych w art. 21 RODO,
 - e) do przenoszenia danych zgodnie z art. 20 RODO,
 - f) prawo do cofnięcia zgody w dowolnym momencie. Wycofanie zgody nie wpływa na zgodność z prawem przetwarzania, którego dokonano na podstawie zgody przed jej wycofaniem.
8. W celu skorzystania oraz uzyskania informacji dotyczących praw określonych powyżej (lit. a-f) należy skontaktować się z Administratorem lub z Inspektorem Ochrony Danych.
9. Ma Pani/Pan prawo wniesienia skargi do organu nadzorczego (Urząd Ochrony Danych Osobowych, ul. Stawki 2, 00-193 Warszawa), gdy uzna Pani/Pan, że przetwarzanie Pani/Pana danych osobowych narusza przepisy ustawy o ochronie danych osobowych, a od 25 maja 2018 r. Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 roku w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE,
10. Zgoda jest dobrowolna.
11. Państwa dane mogą być przetwarzane w sposób zautomatyzowany i nie będą profilowane.