



# **GIMNASTYKA OGÓLNOKONDYCYJNA W RAMACH AKCJI FIT SENIOR I FIT ACTIVE**



- Urząd Miasta w Mikołowie
- Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Mikołowie

## **I. Cel akcji:**

- Poprawa sprawności i kondycji osób starszych i pracujących
- Poprawa stanu psychofizycznego i samopoczucia oraz nabranie pewności siebie
- Organizacja wolnego czasu

## **II. Termin i miejsce:**

**Hala Sportowa MOSiR w Mikołowie, ul. Bandurskiego 1 A**

Akcja trwa od 11.01.2023 r. – 31.12.2023 r.

- **Środa w godz. 15:30–16:30 (1/3 Hali Sportowej) – FIT SENIOR**
- **Środa w godz. 17:00 – 18:00 (1/3 Hali Sportowej) – FIT ACTIVE**
- **Piątek w godz. 10:00 – 11:00 (Sala lustrzana) – FIT SENIOR**
- **Piątek w godz. 11:00 – 12:00 (Sala lustrzana) – FIT SENIOR**
- **Piątek w godz. 12:15 – 13:15 (Sala lustrzana) – FIT SENIOR**

udział w zajęciach jest bezpłatny, warunkiem uczestnictwa jest wypełnienie oświadczenia

## **III. Regulamin zajęć prowadzonych w ramach akcji:**

- wszystkich uczestników zajęć zobowiązuje się do przestrzegania regulaminów obowiązujących na terenie obiektu i bezwzględnego podporządkowania się wszystkim ustaleniom w nich zawartym.
- uczestnicy zajęć są zobowiązani do stosowania poleceń prowadzących zajęcia, a w szczególności:
  - a) poruszania się na terenie obiektu tylko po wyznaczonych ciągach komunikacyjnych,
  - b) przestrzegania zakazu powodowania sytuacji zagrażających własnemu bezpieczeństwu, innych osób korzystających z obiektu lub mogących spowodować nieszczęśliwy wypadek,
  - c) sygnalizowanie opiekunowi grupy wszystkich sytuacji, mogących doprowadzić do wypadku, w tym własnego złego samopoczucia,
  - d) zgłoszenia opiekunowi grupy każdego przypadku skaleczenia lub urazu doznanego w trakcie trwania zajęć,
- wszystkie osoby przebywające na terenie obiektu mają obowiązek podporządkowania się poleceniom instruktora i pracowników obsługi.
- osobom biorącym udziału w zajęciach mogą przebywać tylko w miejscach wyznaczonych
- obowiązują limity osób na zajęciach: na 1/3 Hali Sportowej – 50 miejsc, na sali lustrzanej – 30 miejsc.

**Uczestnicy muszą posiadać strój sportowy oraz obuwie zmienne.**

#### **IV. Warunki uczestnictwa:**

- Wszystkich uczestników akcji zobowiązuje się do przestrzegania regulaminów obowiązujących naterenie obiektui bezwzględnegopodporządkowaniasięwszystkim ustaleniom w nim zawartym.
- Uczestnicy oświadczają o braku przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w akcji.
- Organizator nieponosi odpowiedzialności z tytułu ubezpieczeń zdrowotnych i następstw nieszczęśliwych wypadków, a także rzeczy pozostawionych w obiekcie sportowym.
- Zgłoszenie do udziału w akcji jest równoznaczne z akceptacją regulaminu.
- Organizator zastrzega sobie prawo do zmian w regulaminie.
- Organizator zaleca dodatkowe ubezpieczenie się od NNW.
- Każdy uczestnik biorący udział w akcji organizowanej przez MOSiR w Mikołowie wyraża zgodę na przetwarzanie danych osobowych, w tym wizerunku, przez Organizatora (MOSiR w Mikołowie) w celach związanych z udziałem w ww. wydarzeniach oraz podaniem wyników do ogólnej wiadomości, jak również w celach promocyjnych i dokumentujących akcję.

Podanie danych jest dobrowolne, ale niezbędne do wzięcia udziału w akcji.

- Każdy uczestnik przyjmuje do wiadomości, że wyniki oraz zdjęcia i filmy z akcji mogą zostać opublikowane na stronie i mediach społecznościowych MOSiR w Mikołowie, jak również w innych mediach.
- Informujemy, że Administratorem danych osobowych jest Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Mikołowie z siedzibą przy ul. Konstytucji 3 Maja 31, 43 - 190 Mikołów.
- Każdy uczestnik posiada prawo żądania dostępu do danych osobowych, ich prostowania, usunięcia lub ograniczenia przetwarzania oraz prawo do wniesienia sprzeciwu wobec przetwarzania, a także prawo do przenoszenia danych. Ponadto, każdemu uczestnikowi przysługuje prawo do cofnięcia wyrażonej zgody w dowolnym momencie, co nie wpływa na zgodność z prawem przetwarzania, którego dokonano na podstawie zgody przed jej cofnięciem. Dodatkowo, osobom biorącym udział w imprezie przysługuje prawo do złożenia skargi do organu nadzorczego.
- Dane kontaktowe do inspektora ochrony danych: [mosir@mosir.mikolow.eu](mailto:mosir@mosir.mikolow.eu)
- Każdy uczestnik akcji, w trakcie trwania zajęć, przez czas obowiązywania na terenie Rzeczypospolitej Polskiej stanu epidemii lub zagrożenia epidemicznego wprowadzonego aktami prawnymi odpowiednich organów państwowych, jest zobowiązany do:
  - a) stosowania wszelkich zasad i reguł dotyczących uwarunkowań sanitarnych, w szczególności dotyczących dezynfekcji pomieszczeń i sprzętu, posiadania środków sanitarnych oraz stosowania środków ochrony osobistej,
  - b) dostarczenia obowiązującego w MOSiR oświadczenia związanego z pandemią, oświadczenia muszą zostać wypełnione przez wszystkie osoby uczestniczące w zajęciach w Hali Sportowej MOSiR,
  - c) powyższe obowiązki wynikają z obowiązujących w danym czasie uwarunkowań prawnych, jak i z powinności przestrzegania regulaminu w sprawie szczególnych zasad korzystania z Hali Sportowej MOSiR w Mikołowie, wprowadzonym Zarządzeniem Dyrektora MOSiR nr 12/2020 z dnia 21 sierpnia 2020 roku.

**WARUNKIEM UCZESTNICTWA JEST WYPEŁNIENIE OŚWIADCZENIA UDZIAŁU W AKCJI**

Data.....

**OŚWIADCZENIE UDZIAŁU W AKCJI**  
**FIT Senior lub FIT Active**  
**W OKRESIE 11.01.2023 r. – 31.12.2023 r.**

Imię i nazwisko	Data urodzenia

1. Oświadczam, iż zobowiązuję się do przestrzegania regulaminów obowiązujących na terenie obiektu i bezwzględnego podporządkowania się wszystkim ustaleniom w nim zawartym.
2. Oświadczam, że akceptuję regulamin akcji wraz ze wszystkimi postanowieniami
3. Oświadczam o: braku przeciwwskazań zdrowotnych.
4. Organizator nie ponosi odpowiedzialności tytułu następstw nieszczęśliwych wypadków oraz za rzeczy pozostawione na obiekcie.
5. Wyrażam zgodę na przetwarzanie danych osobowych, w tym wizerunku, przez Organizatora (MOSiR w Mikołowie) w celach związanych z udziałem w ww. wydarzeniach oraz podaniem wyników do ogólnej wiadomości, jak również w celach promocyjnych i dokumentujących imprezę. Podanie danych jest dobrowolne, ale niezbędne do wzięcia udziału w wydarzeniu.

.....  
podpis uczestnika



Data.....

**OŚWIADCZENIE UDZIAŁU W AKCJI**  
**FIT Senior lub FIT Active**  
**W OKRESIE 11.01.2023 r. – 31.12.2023 r.**

Imię i nazwisko	Data urodzenia

1. Oświadczam, iż zobowiązuję się do przestrzegania regulaminów obowiązujących na terenie obiektu i bezwzględnego podporządkowania się wszystkim ustaleniom w nim zawartym.
2. Oświadczam, że akceptuję regulamin akcji wraz ze wszystkimi postanowieniami
3. Oświadczam o: braku przeciwwskazań zdrowotnych.
4. Organizator nie ponosi odpowiedzialności tytułu następstw nieszczęśliwych wypadków oraz za rzeczy pozostawione na obiekcie.
5. Wyrażam zgodę na przetwarzanie danych osobowych, w tym wizerunku, przez Organizatora (MOSiR w Mikołowie) w celach związanych z udziałem w ww. wydarzeniach oraz podaniem wyników do ogólnej wiadomości, jak również w celach promocyjnych i dokumentujących imprezę. Podanie danych jest dobrowolne, ale niezbędne do wzięcia udziału w wydarzeniu.

.....  
podpis uczestnika