

REGULAMIN

„LATO DLA AKTYWNYCH 2025”

Bezpłatne regularne zajęcia/szkolenia dla dzieci i dorosłych

I. Organizator:

Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Mikołowie.

Tel. kontaktowy: 533 756 068 lub 32 779 76 03 wew. 23

e-mail: imprezy@mosir.mikolow.eu

II. Cel:

- Popularyzacja sportu i rekreacji w Mikołowie,
- Promocja obiektów sportowych w Mikołowie,
- Organizacja wolnego czasu dzieci, młodzieży i dorosłych podczas wakacji letnich.

III. Termin i miejsce:

BEZPŁATNE ZAJĘCIA I SZKOLENIA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY:

➤ Zabawy rowerowe – szkolenie techniki oraz jazda w terenie:

Miejsce: Plac Harcerski

Poniedziałek - godz. 17:00 – 18:00

Środa - godz. 17:00 – 18:00

*21 i 23 lipca zajęcia nie odbędą się

➤ Szkolenia w ramach akcji „Extreme City”: rolki, deskorolka i hulajnoga (nauka jazdy i trików):

Miejsce: Skatepark przy ul. Grażyńskiego

Środa:

- godz. 16:00 – 17:00 - grupa początkująca
- godz. 17:00 – 19:00 - grupa zaawansowana

➤ „Wyrólujmy nudę” – nauka jazdy na rolkach dla dzieci i młodzieży:

Miejsce: Plac Harcerski

Czwartek - zajęcia będą się odbywały **od 17 lipca do 28 sierpnia 2025 r.**

- godz. 10:00 – 11:00 – grupa dla początkujących
- godz. 11:00 – 12:00 – grupa dla zaawansowanych

➤ **Letnia sekcja Badmintonu:**

Miejsce: Orlik przy ul. Katowickiej

Piątek - godz. 17:00 – 18:00

BEZPŁATNE ZAJĘCIA I SZKOLENIA DLA DOROSŁYCH I SENIORÓW:

➤ **Aerobik na basenie** (w cenie biletu wstępu na basen)

Miejsce: Kryta Pływalnia „Aqua Plant” Mikołów, ul. Konstytucji 3 Maja 22

Poniedziałek – 7, 14 lipca oraz 4, 11, 18, 25 sierpnia

godz. 10:00 – 11:00

➤ **Joga i Pilates na trawie:**

Miejsce: Plac Harcerski (w razie niepogody zajęcia będą odbywały się w Hali sportowej MOSiR Mikołów przy ul. Bandurskiego 1A– sala lustrzana)

Wtorek - godz. 17:00 – 18:00

➤ **Zajęcia w ramach akcji „Fit Active” – *zadbaj o kręgosłup i dobrą kondycję:***

Miejsce: Hala sportowa MOSiR Mikołów (sala gimnastyczna)

Środa - 2, 9, 16 lipca oraz 6, 13, 20 sierpnia br.

– godz. 16:30 – 17:30

➤ **Zajęcia w ramach akcji „Fit Senior” – *gimnastyka ogólnokondycyjna***

Miejsce: Hala Sportowa MOSiR Mikołów, ul. Bandurskiego 1A

Środa: 2, 9, 16 lipca oraz 6, 13, 20 sierpnia:

– godz. 15:45 – 16:45

Piątek: 4, 11, 18 lipca oraz 8, 22 sierpnia:

– godz. 10:00 – 11:00

➤ **Szkolenia w ramach akcji „Extreme City”: rolki, deskorolka i hulajnoga - (nauka jazdy i trików)**

Miejsce: Skatepark przy ul. Grażyńskiego

Środa – godz. 18:00 – 19:00 – grupa początkująca/zaawansowana dorośli

➤ **Nordic Walking – szkolenie techniki z instruktorem Polskiego Stowarzyszenia NW**

Miejsce: Plac Harcerski

Piątek – 18 lipca, 22 sierpnia – godz. 17:00 - 19:00

Sobota – 19 lipca, 23 sierpnia – godz. – 9:00 - 11:00

TURNIEJE WAKACYJNE:

➤ Turniej „Dzikich Drużyn” w piłce nożnej

Data: **5 lipca 2025** (sobota)

Godzina: 10:00

Miejsce: Orlik przy ul. Katowickiej

Uczestnicy: Drużyny amatorskie

Zapisy zgodnie z odrębnym regulaminem

➤ V Mistrzostwa Mikołowa w siatkówce plażowej

- Data: **24 sierpnia 2025** (niedziela)

- Godzina: 9:00

- Miejsce: Kąpielisko miejskie na terenie OR „Planty”

Uczestnicy: Drużyny amatorskie/mieszane

Zapisy zgodnie z odrębnym regulaminem

IV. Warunki uczestnictwa w bezpłatnych zajęciach/szkoleniach:

- Wszystkich uczestników akcji zobowiązuje się do przestrzegania regulaminów obowiązujących na terenie obiektów i bezwzględnego podporządkowania się wszystkim ustaleniom w nich zawartym.
- Osoby niepełnoletnie biorące udział w wydarzeniach muszą posiadać oświadczenie udziału w akcji podpisane przez prawnego opiekuna.
- Uczestnicy oświadczają o braku przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w akcji.
- **Osoby niepełnoletnie do lat 12 muszą być pod opieką rodzica lub opiekuna podczas trwania akcji.**
- **Osoby niepełnoletnie, które ukończyły 13 lat mogą brać samodzielny udział w zajęciach, pod warunkiem dostarczenia podpisanej zgody oraz oświadczenia rodzica/opiekuna prawnego.**
- Organizator nie ponosi 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.
- W przypadku zajęć odbywających się na terenie Hali sportowej MOSiR Mikołów uczestnicy zobligowani są do posiadania obuwia zmiennego.
- Każdy uczestnik (w przypadku osób niepełnoletnich Opiekun) 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 wydarzeniu.

- Każdy uczestnik przyjmuje do wiadomości, że wyniki oraz zdjęcia i filmy z wydarzenia 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 sprostowania, 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 akcji przysługuje prawo do złożenia skargi do organu nadzorczego.
- Dane kontaktowe do inspektora ochrony danych: mosir@mosir.mikolow.eu
- **W czasie trwania akcji Organizatorzy wymagają będą od dzieci, aby:**
 - zachowywały się kulturalnie,
 - opiekowały się i pomagały młodszym,
 - zwracały się do siebie uprzejmie i kulturalnie,
 - szanowały cudze i własne rzeczy,
- Złe, problemowe zachowanie się dziecka skutkować może wykluczeniem z akcji.
- **WARUNKIEM UCZESTNICTWA JEST WYPEŁNIENIE OŚWIADCZENIA UDZIAŁU – dostępne u prowadzącego zajęcia.**

www.mosir.mikolow.eu

[WWW.FACEBOOK.COM/MiejskiOsrodekSportuiRekreacjiwMikolowie](https://www.facebook.com/MiejskiOsrodekSportuiRekreacjiwMikolowie)

Data.....

**OŚWIADCZENIE UDZIAŁU W AKCJI
LATO DLA AKTYWNYCH
W OKRESIE 01.07.2025 r. – 31.08.2025 r.**

Imię i nazwisko	Data urodzenia

1. Oświadczam, iż zobowiązuje się do przestrzegania regulaminu akcji oraz regulaminów obowiązujących na terenie obiektu i bezwzględnego podporządkowania się wszystkim ustaleniom w nim zawartym.
2. Wyrażam zgodę na udział dziecka w akcji organizowanej w dniach 01.07.2025 r. – 31.08.2025 r. przez Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Mikołowie.
3. Oświadczam o: braku przeciwwskazań zdrowotnych moich/braku przeciwwskazań zdrowotnych mojego dziecka do udziału w akcji.
4. Organizator nie ponosi odpowiedzialności z 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/akcję. Podanie danych jest dobrowolne, ale niezbędne do wzięcia udziału w wydarzeniu.
6. Podpis uczestnika lub w przypadku niepełnoletnich prawnego opiekuna.

.....
podpis uczestnika

.....
podpis prawnego opiekuna

Data.....

**OŚWIADCZENIE UDZIAŁU W AKCJI
LATO DLA AKTYWNYCH
W OKRESIE 01.07.2025 r. – 31.08.2025 r.**

Imię i nazwisko	Data urodzenia

1. Oświadczam, iż zobowiązuje się do przestrzegania regulaminu akcji oraz regulaminów obowiązujących na terenie obiektu i bezwzględnego podporządkowania się wszystkim ustaleniom w nim zawartym.
2. Wyrażam zgodę na udział dziecka w akcji organizowanej w dniach 01.07.2025 r. – 31.08.2025 r. przez Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Mikołowie.
3. Oświadczam o: braku przeciwwskazań zdrowotnych moich/braku przeciwwskazań zdrowotnych mojego dziecka do udziału w akcji.
4. Organizator nie ponosi odpowiedzialności z 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/akcję. Podanie danych jest dobrowolne, ale niezbędne do wzięcia udziału w wydarzeniu.
6. Podpis uczestnika lub w przypadku niepełnoletnich prawnego opiekuna.

.....
podpis uczestnika

.....
podpis prawnego opiekuna

Lato dla aktywnych
01 LIPCA – 31 SIERPNIA 2025 r.
ZGODA NA SAMODZIELNY UDZIAŁ DZIECKA W IMPREZIE

Wyrażam zgodę na samodzielny udział mojego dziecka
..... w zajęciach w ramach akcji „Lato dla
aktywnych”, która jest organizowana przez Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Mikołowie w
okresie od 1 lipca do 31 sierpnia 2025 r.

Oświadczam, że moje dziecko
.....
ukończyło 13 lat: (ur.).

1. Oświadczam, iż moje dziecko zobowiązuje się do przestrzegania regulaminu akcji oraz regulaminów obowiązujących na terenie obiektu i bezwzględnego podporządkowania się wszystkim ustaleniom w nim zawartym.
2. Wyrażam zgodę na udział dziecka w akcji organizowanej w okresie od 01.07.2025 r. do 31.08.2025 r. przez Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Mikołowie.
3. Oświadczam o: braku przeciwwskazań zdrowotnych mojego dziecka do udziału w imprezie.
4. Oświadczam, iż zrozumiałem/am oraz akceptuję fakt, że Organizator nie ponosi odpowiedzialności z tytułu następstw nieszczęśliwych wypadków oraz za rzeczy pozostawione na obiekcie.
5. Wyrażam zgodę na przetwarzanie danych osobowych, w tym wizerunku, przez Organizatora (MOSiR
6. w Mikołowie) w celach związanych z udziałem w ww. wydarzeniach oraz podaniem wyników do ogólnej wiadomości, jak również w celach promocyjnych i dokumentujących imprezę.

.....
Podpis rodzica/opiekuna prawnego