

REGULAMIN UCZESTNICTWA W ZAJĘCIACH **„Zdrowy kręgosłup dla Seniorów”** **organizowanych przez Powiatowe Centrum Kultury w Strzelcach Opolskich**

1. Organizatorem zajęć pn.: „Zdrowy kręgosłup dla Seniorów” jest Powiatowe Centrum Kultury w Strzelcach Opolskich z siedzibą przy ul. Dworcowej 23, 47-100 Strzelce Opolskie (zwane dalej PCK).
2. Miejszem realizacji zajęć jest Sala widowiskowa w budynku Powiatowego Centrum Kultury w Strzelcach Opolskich.
3. Warunkiem uczestnictwa w zajęciach pn. „Zdrowy kręgosłup dla Seniorów” jest akceptacja wszystkich punktów poniższego regulaminu.
4. W ramach cyklu obywać się będą zajęcia, celem których jest aktywizacja seniorów mieszkających w powiecie strzeleckim i promocja wśród nich zdrowego trybu życia poprzez wspólne ćwiczenia fizyczne oraz spędzanie wolnego czasu poza domem.
5. Zajęcia odbywać się będą raz w tygodniu w środy od godz. 8.45 do 9.45.
6. Uczestnikami projektu mogą być osoby, które ukończyły 50 rok życia z terenu powiatu strzeleckiego.
7. Przed przystąpieniem do pierwszych zajęć uczestnik ma obowiązek wypełnić i podpisać druk oświadczenia stanowiący Załącznik nr 1 do niniejszego Regulaminu oraz zaakceptować niniejszy regulamin.
8. Udział w zajęciach jest bezpłatny.
9. Uczestnik zajęć ma obowiązek wpisać swoje imię i nazwisko na listę obecności przed rozpoczęciem zajęć.
10. Organizator ma prawo odwołać zajęcia lub zmienić termin zajęć jednorazowo lub na stałe, gdy wymagają tego zmiany organizacyjne, o czym poinformuje (poprzez wysłanie wiadomości tekstowej sms, e-mailem, osobiście lub telefonicznie) osoby zgłoszone na dane zajęcia.
11. Przed wejściem na salę obowiązuje zmiana obuwia na przeznaczone do ćwiczeń (innego niż przyszło się do PCK - nawet w ciepłych porach roku). Osoby w niezmiennym obuwiu nie będą mogły brać udziału w zajęciach.
12. Podczas zajęć z użyciem mat uczestnicy zobowiązani są posiadać ręcznik, który należy położyć na macie w celu zachowania higieny.
13. W trakcie zajęć na sali mogą przebywać tylko i wyłącznie osoby, które uczestniczą w danych zajęciach (nie dotyczy pracowników PCK).
14. O opuszczenie zajęć mogą zostać poproszone osoby, które nie zastosują się do niniejszego regulaminu, będą pod wpływem alkoholu lub innych niedozwolonych środków odurzających, ich zachowanie będzie przeszkadzało innym uczestnikom lub będzie zagrażało bezpieczeństwu osób i wyposażeniu sali. Osoby uczęszczające na zajęcia zobowiązują się do poszanowania praw i godności pracowników i uczestników zajęć pn.: „Zdrowy kręgosłup dla Seniorów”.
15. Z miejsca realizacji zajęć będą usuwane osoby, które swoim zachowaniem zakłócają porządek publiczny lub zachowują się niezgodnie z regulaminem zajęć.
16. Organizator nie odpowiada za wartościowe przedmioty pozostawione przez uczestników zajęć na terenie obiektu.
17. Osoby przebywające w miejscu realizacji zajęć mają obowiązek stosowania się do zaleceń organizatorów i pracowników służb porządkowych, mających na celu zapewnienie bezpieczeństwa i porządku, zachowywania się w sposób niezagrażający bezpieczeństwu innych uczestników, a w szczególności przestrzegania postanowień niniejszego regulaminu.

18. Zapisując się na zajęcia uczestnik jest świadom własnego stanu zdrowia oraz kondycji fizycznej. Zapisanie się na dane zajęcia jest równoznaczne z deklaracją braku przeciwwskazań zdrowotnych do uczestnictwa w tego typu zajęciach.
19. Wszyscy biorący udział w zajęciach powinni być ubezpieczeni we własnym zakresie od następstw nieszczęśliwych wypadków. Osoby biorące udział w zajęciach uczestniczą we wszystkich elementach zajęć na własną odpowiedzialność.
20. W razie zauważenia jakichkolwiek nieprawidłowości prosimy o niezwłoczne poinformowanie prowadzącego lub organizatora.
21. W sprawach nieujętych niniejszym regulaminem decyzja należy do organizatora zajęć.
 - 1) Interpretacja regulaminu przysługuje organizatorowi;
 - 2) Informacja o sposobie udostępniania w/w regulaminu uczestnikom imprezy - w/w regulamin dostępny będzie w Powiatowym Centrum Kultury w Strzelcach Opolskich w Dziale Promocji.

ORGANIZATOR