

Regulamin cyklicznych zajęć Pilates oraz Pilates dla Seniora w Gdyni w 2018 roku

1. CELE ZAJĘĆ

- popularyzacja i upowszechnienie pilatesu, aktywizacja społeczeństwa w zakresie aktywności ruchowej,
- promocja miasta Gdyni

2. ORGANIZATOR

- Gdyńskie Centrum Sportu działające w imieniu Gminy Miasta Gdyni, ul. Olimpijska 5/9, 81-538 Gdynia, www.gdyniasport.pl

3. TERMIN I MIEJSCE ZAJĘĆ

- Zajęcia pilates odbywać się będą w każdy poniedziałek począwszy od 08.01.2018, zbiórka następować będzie o godzinie 18.00 oraz 19:00 w Gdyni w Hali Fitness GCS, ul. Olimpijska 5/9, zajęcia trwać będą do 60 minut,
- Zajęcia pilates dla seniora odbywać się będą w każdą Środę, począwszy od 03.01.2018, zbiórka następować będzie o godzinie 11.30 w Gdyni w Hali Fitness GCS, ul. Olimpijska 5/9, zajęcia trwać będą do 60 minut,

4. INNE POSTANOWIENIA

- warunkiem uczestnictwa w zajęciach jest akceptacja wszystkich punktów poniższego regulaminu,
- zajęcia są bezpłatne,
- w zajęciach mogą wziąć udział wszyscy chętni, niemający przeciwwskazań do uprawiania dyscyplin sportowych o charakterze wytrzymałościowym,
- uczestnicy biorący udział w zajęciach zobowiązani są do przestrzegania poleceń instruktora,
- uczestnicy biorą udział w zajęciach na własną odpowiedzialność,
- instruktor nie ponosi odpowiedzialności za pogorszenie się stanu zdrowia zainteresowanych poprzez zbyt nadmierne wykonywanie ćwiczeń niezgodnych z indywidualnymi możliwościami psychoruchowymi oraz sprzecznymi z zaleceniami instruktora,

- organizator nie ponosi konsekwencji w związku z nieprawidłowym wykonywaniem ćwiczeń,
- uczestnicy zobligowani są do przestrzegania podstawowych zasad bezpieczeństwa oraz kultury osobistej,
- matę do ćwiczeń należy zapewnić we własnym zakresie,
- uczestników obowiązuje strój sportowy oraz obuwie sportowe z jasną podeszwą,
- uczestnictwo w zajęciach pod wpływem alkoholu, leków oraz innych środków obniżających sprawność psychoruchową jest kategorięcznie zabronione,
- organizator nie odpowiada za rzeczy pozostawione w szatni,
- uczestnictwo w zajęciach jest równoznaczne z wyrażeniem zgody na wykorzystywanie przez Organizatora zdjęć i materiałów wideo z wizerunkiem uczestników zajęć, wykonanych podczas zajęć z udziałem uczestników, do własnych działań marketingowych i promocyjnych,
- ostateczna interpretacja regulaminu należy do Organizatora zajęć.