



Ministerstwo
Sportu i Turystyki



MiG Zagórz

Regulamin naboru i zajęć z Aerobiku

w ramach realizowanego Programu „Aktywność dla każdego – pływanie, siatkówka czy aerobik -
wybierz sam”

1. Organizatorem zajęć jest STOWARZYSZENIA „Nasza Przyszłość – Tarnawa”.
2. Planuje się utworzenie i zrealizowanie w roku 2016, 30 zajęć 1 raz w tygodniu po 1 godzinie zegarowej dla 2-ch grup wiekowych: Grupa I – 40+ licząca 20 osób i Grupa II 30+ licząca 30 osób zajęć z aerobiku i fitnessu.
3. Ogranicza się nabór wiekowo i w pierwszej kolejności przyjmowani będą równolegle do 2-ch grup:
 - mieszkańcy z obszaru naboru zarówno kobiety jak i mężczyźni,
 - do Grupy I osoby 40+ i starsze oraz do Grupy II 30+,
 - w następnej kolejności osoby poniżej progu 40+ do Grupy I i poniżej progu 30+,
 - młodzież gimnazjalna i starsi,
 - mieszkańcy pozostałych miejscowości Gminy Zagórz
4. Kurs obejmować będzie naukę podstawowych kroków i ćwiczeń wg opracowanego w tym celu Programu.
5. Nabór do obu Grupy rozpocznie się od dnia ogłoszenia wyników tj. 15.01.2016r. do 29.02.2016r. Możliwe będą korekty naboru w trakcie trwania projektu w przypadkach losowych lub rezygnacji z udziału uczestnika.
6. Ustala się dzień i godziny treningów na: wtorek w godzinach: 18.00 do 19.00 Grupa I i 19.15 do 20.15 Grupa II.
7. Terminy rozpoczęcia spotkań z podaniem ilości w poszczególnych miesiącach: marzec - 4, kwiecień - 4, maj - 5, czerwiec - 4, wrzesień - 4, październik - 4, listopad - 4, grudzień - 1. Razem 30 terminów.
8. Zajęcia z aerobiku realizowane będą na Sali gimnastycznej Gimnazjum w Tarnawie Dolnej.
9. Nie przewiduje się możliwości odrobienie nieobecności na zajęciach.
10. Zajęcia trwać będą jednorazowo 1 godzinę zegarową dla każdej grupy.
11. Instruktor przejmuje odpowiedzialność za kursanta po wejściu na salę gimnastyczną do momentu wyjścia z sali po zakończonych zajęciach.
12. Zapisanie się na kurs zobowiązuje uczestnika do zapoznania się oraz przestrzegania regulaminu zajęć i wewnętrznego regulaminu Sali gimnastycznej.
13. Uczestnicy zajęć zobowiązani są do regularnego uczestnictwa i do punktualnego przybycia na miejsce na 5 minut przed ich rozpoczęciem.
14. Uczestnicy zobowiązani są do posiadania w czasie zajęć stroju i obuwia sportowego.
15. Za rzeczy pozostawione w szatni, organizator nie ponosi odpowiedzialności.
16. Osoby uczęszczające na zajęcia deklarują, że są ubezpieczone, zdrowe i nie posiadają żadnych przeciwwskazań do uprawiania aerobiku.
17. W przypadku nie wypełnienia wymogów regulaminu organizator może odmówić przyjęcia uczestników na zajęcia.
18. W przypadku przewidywanej nieobecności na zajęciach uczestnik zajęć ma obowiązek odpowiednio wcześniej zgłosić swoją absencję opiekunowi zajęć lub organizatorowi.
19. Zajęcia prowadzone są pod nadzorem instruktora, wyznaczonego przez wnioskodawcę.
20. Uczestnictwo w zajęciach świadczy o zapoznaniu się i akceptacji niniejszego regulaminu.
21. Skargi i uwagi proszę kierować do koordynatora programu z ramienia wnioskodawcy na nr tel. Janusz Krajnik 692 695 648 lub e-mailem: januszkrajnik@op.pl.