**CHWILA DLA KOBIET 04.04.2025 r**

**REGULAMIN**

1. CEL IMPREZY

* Propagowanie zdrowego stylu życia.
* Rozpowszechnianie sportu i rekreacji wśród mieszkańców.

1. ORGANIZATOR

Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Jastrzębiu-Zdroju.

1. TERMIN I MIEJSCE

* Chwila dla Kobiet odbędzie się w dniu 04.04.2025 r.
* Hala Widowiskowo – Sportowa Aleja Jana Pawła II 6, 44-335 Jastrzębie-Zdrój

1. PROGRAM IMPREZY

16.30 – 17.00 Weryfikacja uczestniczek – woda dla każdej uczestniczki

17.00 – 17.45 DANCE AEROBIC z Magdą

18.00 – 18.45 Zdrowy Kręgosłup z Dagą

19.00 – 19.45 Pilates z Dagą

Konsultacje dietetyczne i kosmetyczne

1. WARUNKI UCZESTNICTWA
2. Każda osoba biorąca udział w wydarzeniu zobowiązana jest do uważnego zapoznania się z niniejszym regulaminem i zaakceptowania go. Zakup biletu jest jednoznaczny z akceptacją regulaminu.
3. W wydarzeniu mogą uczestniczyć osoby od 13 lat (2010 i starsi).
4. W przypadku osób niepełnoletnich wymagana jest pisemna zgoda rodzica/opiekuna prawnego – ZGODA RODZICA 2025 (do pobrania), zaś wpis na listę uczestników jest równoznaczny z oświadczeniem, że dziecko jest zdrowe i nie ma żadnych przeciwskazań do udziału w zajęciach fitness.
5. Uczestnicy imprezy mogą skorzystać z szatni, Organizator nie odpowiada za rzeczy pozostawione w szatni.
6. Uczestnik oświadcza, iż posiada wiedzę o istniejącym ryzyku oraz skutkach przystąpienia do ćwiczeń:

* Bez odpowiedniej rozgrzewki i ćwiczeń rozciągających,
* Wbrew przeciwwskazaniom zdrowotnym lub zaleceniom lekarza jak również wykonywaniu ćwiczeń w sposób niewłaściwy, wbrew zaleceniom instruktora.
* Uczestnik oświadcza, że brak jest przeciwskazań do udziału w zajęciach fitness.
* Uczestnicy biorą udział w imprezie na własną odpowiedzialność, w związku z czym Organizatorzy nie odpowiadają za ewentualne szkody na zdrowiu i życiu uczestników.
* Wymagany strój sportowy oraz buty zmienne u każdego uczestnika.

1. ZGŁOSZENIA I OPŁATY
2. Organizator ustala limit 150 uczestników.
3. Organizator ustala bilet wstępu – 10 zł.
4. Zgłoszenia należy dokonać poprzez panel elektroniczny dostępny na stronie: [www.mosir.jastrzebie.pl](http://www.mosir.jastrzebie.pl)
5. Zgłoszenia internetowe będą przyjmowane do wyczerpania limitu, zgłoszeniem do imprezy uważa się ZGŁOSZENIE OPŁACONE.
6. Zgłoszenie w dniu imprezy 04.04.2025 r jest możliwy, jeżeli limit uczestników nie został wyczerpany – Hala Widowiskowo-Sportowa al. Jana Pawła II 6.
7. Zgłoszenia osób niepełnoletnich dokonuje rodzic/opiekun prawny podając swoje dane oraz osoby niepełnoletniej.
8. W zgłoszeniu należy podać: imię i nazwisko, data urodzenia, numer telefonu.
9. Zgłoszenie uważa się za kompletne, jeżeli zostaną spełnione następujące warunki:

* Wypełniony formularz zgłoszeniowy.
* Zostanie zaksięgowana wpłata.

1. Opłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi.
2. Poprzez dokonanie rejestracji, uczestnik potwierdza, że zapoznał się z Regulaminem imprezy i zobowiązuje się do jego przestrzegania oraz wyraża zgodę na przetwarzanie swoich danych osobowych na zasadach określonych w niniejszym Regulaminie oraz klauzuli informacyjnej RODO dla uczestników imprez.
3. Organizator informuje, iż dane osobowe zgłoszonych uczestników w postaci imienia i nazwiska oraz miejscowości podlegają upublicznieniu na stronie internetowej organizatora. Upublicznienie służy weryfikacji, czy uczestnik się zakwalifikował.
4. Osoby, które nie wyrażają zgody na upublicznienie swoich danych osobowych proszone są o poinformowanie o tym Organizatora.
5. Kontakt tel. 32 471-94-50 wew. 24 i 32, e-mail [organizacja@mosir.jastrzebie.pl](mailto:organizacja@mosir.jastrzebie.pl)
6. OCHRONA DANYCH OSOBOWYCH

Klauzula o ochronie danych osobowych oraz utrwalenia i upublicznienia wizerunku jest dostępna na stronie organizatora: <https://www.mosir.jastrzebie.pl/rodo/klauzula-informacyjna/>

Każdy uczestnik zobowiązany jest z zapoznaniem się z klauzulą informacyjną dotyczącą danych osobowych promujących sport i rekreację, a także współzawodnictwo oraz Miasto Jastrzębie-Zdrój.

1. POSTANOWIENIA KOŃCOWE
2. Organizator zastrzega sobie prawo do odwołania imprezy bez podania przyczyny.
3. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za sprzęt elektroniczny, rzeczy wartościowe pozostawione w szatni oraz na hali podczas zajęć.
4. Treść regulaminu imprezy CHWILA DLA KOBIET zostaje podana do wiadomości uczestników poprzez zamieszczenie na stronie internetowej Organizatora oraz udostępniona w miejscu prowadzenia zajęć.