

**Regulamin KURSU SAMOOBORNĄ DLA KOBIEŁ organizowanego  
Miejskim Ośrodkiem Sportu i Rekreacji w Łaziskach Górnych  
w terminie 29.10 – 17.12.2022 r.**

**1. Cel**

Celem KURSU SAMOOBORNĄ DLA KOBIEŁ jest nauka właściwych reakcji oraz stosowania technik samoobrony w sytuacjach i miejscach zagrożenia bezpieczeństwa osobistego.

**2. Organizator**

Organizatorem KURSU SAMOOBORNĄ DLA KOBIEŁ jest Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Łaziskach Górnych.

**3. Termin i miejsce kursu**

- a) KURS SAMOOBORNĄ DLA KOBIEŁ odbywa się w terminie 29.10 – 17.12.2022 r. w sali niebieskiej hali widowiskowo-sportowej Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Łaziskach Górnych, przy ul. Ogrodowej 50.
- b) KURS SAMOOBORNĄ DLA KOBIEŁ składa się z 8 spotkań 90-minutowych, które odbywają się w soboty, w godz. 15.30–17.00.

**4. Warunki uczestnictwa**

- a) W kursie może uczestniczyć każda kobieta, która ukończyła 16 lat (w przypadku osoby niepełnoletniej wymagana jest pisemna zgoda rodzica lub opiekuna), nieposiadająca przeciwwskazań do udziału w kursie ze względu na stan zdrowia (wymagane oświadczenie o stanie zdrowia).
- b) Liczba miejsc jest ograniczona (min. 20, max. 35 osób). Zapisy na kurs przyjmowane są telefonicznie: tel. 32 22 11 138 lub mailowo: [marketing@mosir.laziska.pl](mailto:marketing@mosir.laziska.pl).
- c) Obowiązuje jednorazowe wpisowe za cały kurs, które wynosi 50 zł i jest płatne gotówką lub kartą w kasie bowlingu ul. Ogrodowa 50.

**5. Zasady organizacji**

- a) Zajęcia są prowadzone przez doświadczonych instruktorów, we współpracy z KS Ronin oraz Komisariatem Policji w Łaziskach Górnych.
- b) Uczestnicy kursu wykonują ćwiczenia w stroju i obuwiu sportowym, które muszą zapewnić sobie we własnym zakresie.
- c) W trakcie kursu uczestnicy wykonują wyłącznie ćwiczenia wskazane przez instruktora i pod jego bezpośrednim nadzorem. Naruszenie tego obowiązku uzasadnia pozbawienie uczestnika możliwości dalszego udziału w kursie.
- d) Przebywając podczas kursu w hali MOSiR-u w Łaziskach Górnych, korzystając z jej wyposażenia, uczestnicy muszą stosować się do obowiązującego regulaminu obiektu, przepisów bhp oraz instrukcji i poleceń wydawanych przez instruktora.
- e) W trakcie kursu zabrania się używania jakichkolwiek przedmiotów niezaprobowanych do ćwiczeń przez instruktora i używania wyposażenia hali sportowej niezgodnie z przeznaczeniem.
- f) W przypadku wystąpienia jakichkolwiek symptomów kontuzji, stanu zagrożenia zdrowia czy innego rodzaju problemów, obowiązkiem uczestnika jest natychmiastowe zawiadomienie instruktora.

- g) Każdy uczestnik podpisuje oświadczenie, że nie ma przeciwwskazań zdrowotnych do uczestnictwa w kursie oraz, że bierze udział w zajęciach na własną odpowiedzialność.
- h) Osoby niepełnoletnie posiadają pisemną zgodę na udział w zajęciach.
- i) Organizator nie ubezpiecza uczestników kursu od następstw nieszczęśliwych wypadków.
- j) Organizator nie ponosi odpowiedzialności za ewentualne wypadki powstałe podczas kursu.

## **6. Ochrona danych osobowych**

- a) Administratorem danych osobowych uczestników KURSU SAMOOBRONY DLA KOBIET jest Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Łaziskach Górnych, ul. Ogrodowa 50, 43-170 Łaziska Górne; NIP: 6351791846, REGON: 241049933 zgodnie z art. 13 ogólnego rozporządzenia o ochronie danych osobowych z dnia 27 kwietnia 2016 r. (Dz. Urz. UE L119 z 04.05.2016). Kontakt z Inspektorem Ochrony Danych – [iod@mosir.laziska.pl](mailto:iod@mosir.laziska.pl). Pełna informacja dotycząca przetwarzania danych osobowych znajduje się na <https://mosir.laziska.pl/rodo/>.
- b) Zgodnie z art.6 ust.1 lit. a ogólnego rozporządzenia o ochronie danych osobowych z dnia 27 kwietnia 2016 r. każdy uczestnik KURSU SAMOOBRONY DLA KOBIET wyraża zgodę na przetwarzanie swoich danych osobowych, wizerunkowych do celów kontaktowych oraz budowania pozytywnego wizerunku Administratora w przestrzeni publicznej i w mediach.

## **7. Postanowienia końcowe**

- a) Udział w KURSIE SAMOOBRONY DLA KOBIET jest jednoznaczny z akceptacją niniejszego regulaminu.
- b) Informacje bieżące dotyczące KURSU SAMOOBRONY DLA KOBIET będą podawane przez organizatorów.
- c) Organizatorzy zastrzegają sobie prawo do jednostronnej zmiany postanowień niniejszego regulaminu, o czym poinformują uczestników.
- d) W sprawach, których niniejszy regulamin nie obejmuje, wszelkie wiążące decyzje będą podejmowane przez Organizatorów.

OŚWIADCZENIE O BRAKU PRZECIWWSKAZAŃ ZDROWOTNYCH DO UCZESTNICTWA  
W KURSIE SAMOOBRONY DLA KOBIET ORGANIZOWANYM  
przez Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Łaziskach Górnych

Nazwisko i imię uczestnika zajęć:

.....

Data urodzenia: .....

Oświadczam, że

1. Nie istnieją żadne przeciwwskazania zdrowotne do uczestniczenia przeze mnie w KURSIE SAMOOBORNY DLA KOBIET organizowanym w Miejskim Ośrodku Sportu i Rekreacji w Łaziskach Górnych, ul. Ogrodowa 50 w terminie 29.10 – 17.12.2022 r.
2. Jestem dobrego stanu zdrowia i nie stwierdzono u mnie choroby uniemożliwiającej mi wykonywanie ćwiczeń w ramach kursu.
3. Uczestnicząc w kursie zobowiązuję się do dostosowania intensywności i rodzaju ćwiczeń do swojego stanu zdrowia, samopoczucia i kondycji fizycznej.
4. W kursie uczestniczę na własną odpowiedzialność, a w razie poniesienia jakiegokolwiek uszczerbku na zdrowiu podczas kursu, spowodowanym nie przestrzeganiem zaleceń wydawanych przez instruktora nadzorującego kurs, nie będę wnosila żadnych roszczeń i dochodziła odszkodowania od MOSiR Łaziska Górne.
5. Zapoznałem się z Regulaminem KURSU SAMOOBRONY DLA KOBIET organizowanego Miejskim Ośrodku Sportu i Rekreacji w Łaziskach Górnych.

.....

DATA i CZYTELNY podpis uczestnika zajęć

ZGODA RODZICA LUB OPIEKUNA PRAWNEGO NA UDZIAŁ DZIECKA W KURSIE  
SAMOOBRONY DLA KOBIET ORGANIZOWANYM  
przez Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Łaziskach Górnych

Wyrażam zgodę na uczestnictwo mojego dziecka

.....  
W KURSIE SAMOOBRONY DLA KOBIET ORGANIZOWANYM przez Miejski Ośrodek Sportu  
i Rekreacji w Łaziskach Górnych w terminie 29.10 – 17.12.2022 r.

Oświadczam, że

1. Nie istnieją żadne przeciwwskazania zdrowotne do uczestniczenia MOJEGO DZIECKA w KURSIE SAMOOBRONY DLA KOBIET organizowanym w Miejskim Ośrodku Sportu i Rekreacji w Łaziskach Górnych, ul. Ogrodowa 50 w terminie 29.10–17.12.2022 r.
2. W kursie dziecko uczestniczy na moją odpowiedzialność, a w razie poniesienia jakiegokolwiek uszczerbku na zdrowiu podczas kursu, spowodowanym nie przestrzeganiem zaleceń wydawanych przez instruktora nadzorującego zajęcia, nie będę wносиła/wnosił żadnych roszczeń i dochodziła/dochodził odszkodowania od MOSiR Łaziska Górne.

.....  
DATA i CZYTELNY podpis rodzica lub opiekuna