

REGULAMIN ZAJĘĆ KONDYCYJNO-FREEDIVINGOWYCH

1. Basenowe zajęcia kondycyjno-freedivingowe organizowane są przez firmę Sklep Nurkowy NAUTICA Krzysztof Puzia, Agnieszka Puzia z siedzibą w Krakowie na ul. Toruńskiej 5
2. Prowadzącym zajęcia jest instruktor Krzysztof Puzia oraz kadra nurkowa Nautici
3. Termin zajęć: czwartek w godzinach 20.00 – 20.45
4. Zajęcia odbywają się na basenie TS Wisła w Krakowie ul. Reymonta 22
5. W czasie zajęć wykorzystywany jest specjalistyczny sprzęt nurkowy i pływacki, którego właścicielem jest Nautica oraz TS Wisła
6. Uczestnicy zajęć powinni posiadać własny sprzęt ABC oraz inny sprzęt pływacki i nurkowy wymagany do realizacji ćwiczeń i wynikający z regulaminu pływalni.
7. Cena zajęć wynosi 200 zł za pakiet 10 wejść.
8. W zajęciach mogą brać udział osoby posiadające certyfikat nurkowy bądź będące w trakcie kursów nurkowych. Dopuszcza się również inne osoby chcące poprawić swoje umiejętności pływackie bądź nurkowania na zatrzymanym oddechu.
9. Wszyscy uczestnicy zajęć muszą posiadać odpowiednie zaświadczenie lekarskie lub podpisać Oświadczenie Zdrowotne (poniżej).
10. Maksymalna ilość osób biorących udział w zajęciach nie może przekraczać norm wynikających z Regulaminu Basenu
11. Uczestnicy zajęć zobowiązani są do wysłuchania i dokładnego wykonania poleceń prowadzącego zajęcia. Szczególnie należy zwrócić uwagę na ćwiczenia wykonywane na zatrzymanym oddechu, w czasie których zawsze musi być zapewniona właściwa asekuracja ze strony partnera. Obowiązkiem Uczestnika jest zadbanie o odpowiedniego partnera i adekwatny do wykonywanego ćwiczenia sposób asekuracji.
12. Zabrania się wykonywania ćwiczeń na własną rękę bez wiedzy lub też niezgodnie z wcześniejszym omówieniem prowadzącego.
13. Prowadzący zajęcia ani też firma Nautica nie ponosi odpowiedzialności za zniszczenie bądź zgubienie prywatnego sprzętu i innego mienia Uczestnika, pozostawionego na terenie basenu i obiektów TS Wisła.
14. Uczestnicy zajęć zobowiązani są do zaznajomienia się i respektowania Regulaminu Basenu TS Wisła oraz poleceń pracowników basenu.

OŚWIADCZENIE ZDROWOTNE

obowiązujące na zajęciach kondycyjno-freedivingowych organizowanych przez Sklep Nurkowy NAUTICA KRZYSZTOF PUZIA

1. Zgodnie z Rozporządzeniem Ministra Edukacji Narodowej z dnia 12 września 2001 r. (Dz.U. Nr 101 poz.1095 par.2.1 pkt 6) Uczestnik zobowiązany jest do podpisania oświadczenia o zdolności do ćwiczeń ogólnorozwojowych i poprawy sprawności fizycznej oraz braku przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w basenowych zajęciach rekreacyjnych i sportowych o charakterze aerobowym i pływania na zatrzymanym oddechu.
2. W przypadku jakichkolwiek wątpliwości dotyczących sprawności fizycznej lub zdolności zdrowotnych do wykonywania ćwiczeń fizycznych, Uczestnik powinien zasięgnąć niezależnej porady medycznej przed przystąpieniem do ćwiczeń objętych ofertą, ze szczególnym zaznaczeniem, osób po niedawnych kontuzjach, zabiegach, operacjach czy innych stanach zdrowotnych, mogących mieć wpływ na ograniczenia lub przeciwwskazania do podjęcia jakichkolwiek ćwiczeń fizycznych.
3. Uczestnik nie może korzystać z usług i produktów na szkoleniu w trakcie infekcji, choroby zakaźnej lub dolegliwości, które mogą mieć wpływ na inne osoby
4. W przypadku uzasadnionych wątpliwości, co do stanu zdrowia Uczestnika, personel ma prawo nie wyrazić zgody na wstęp na zajęcia .
5. Uczestnik ma obowiązek posiadać ważne ubezpieczenie zdrowotne lub kopię RMUA (jeżeli uczestnik podlega pod ubezpieczenie opiekunów prawnych).
6. Personel prowadzący zajęcia nie posiada wykształcenia medycznego, uprawniającego do oceny stanu zdrowia i nie ponosi odpowiedzialności za utajenie przez Uczestnika złego samopoczucia lub choroby.
7. Uczestnik ma obowiązek dostosować poziom obciążenia i rodzaj ćwiczeń adekwatnie do swoich możliwości zdrowotnych i sprawności fizycznej, dlatego Organizator nie ponosi odpowiedzialności za pogorszenie stanu zdrowia wywołanego nadmiernym obciążeniem, a Uczestnik nie będzie sobie rościł praw wobec Organizatora i jego pracowników.
8. Jeżeli stan zdrowia Uczestnika zajęć ulegnie pogorszeniu na skutek kontuzji, choroby lub innych przyczyn mających wpływ na możliwości w podejmowaniu aktywności ruchowej, Uczestnik ma obowiązek zgłosić ten fakt instruktorom i trenerom przed rozpoczęciem ćwiczeń i zasięgnąć konsultacji co do zakresu ćwiczeń, a ta odbędzie się wyłącznie na podstawie wskazań lekarza pierwszego kontaktu w najbliższym ośrodku pomocy medycznej.

Oświadczam własnoręcznym podpisem, że nie posiadam przeciwwskazań zdrowotnych do wykonywania ćwiczeń fizycznych i uczestniczenia w wybranych przez siebie ćwiczeniach fizycznych oraz uczestniczę w nich na własną odpowiedzialność. W razie poniesionych uszkodzeń ciała lub kontuzji nie będę rościł sobie praw względem Organizatora i osób prowadzących zajęcia. Poświadczam jednocześnie, że zapoznałem się z Regulaminem Treningów i będę go przestrzegał(a).

KRAKÓW dn. _____

Podpis