

Regulamin - zajęcia sportowe zorganizowane

1. Zajęcia sportowe zorganizowane są przeprowadzane przez Freebody Grzegorz Wichrzycki z siedzibą w Polsce, 55-330 Wróblowice, ul. Bolesława Chrobrego 10/2, NIP 6492247748.

2. Zajęcia sportowe zorganizowane są przygotowywane i w całości przeprowadzane przez Grzegorza Wichrzyckiego, właściciela Freebody Grzegorz Wichrzycki, trenera personalnego, instruktora ćwiczeń siłowych, instruktora odnowy biologicznej, mgr Wychowania Fizycznego.

3. Podstawowe wymagania korzystania z zajęć sportowych zorganizowanych:

- Zapisanie się na zajęcia telefonicznie pod numer telefonu 730 336 030 oraz wybranie terminu zajęć sportowych (Freebody Grzegorz Wichrzycki zastrzega sobie prawo do nie przyjęcia na dany termin zajęć sportowych z powodu zajętego terminu oraz do zmiany terminu zajęć sportowych i powiadomienie osoby zapisanej na zajęcia telefonicznie).
- Podpisanie zaświadczenia udziału w zajęciach sportowych zorganizowanych jako forma aktywności fizycznej wpływającej na wypracowanie lub poprawienie kondycji fizycznej i psychicznej
- Poświadczenie o braku przeciwwskazań do udziału w zajęciach sportowych oraz przestrzeganie zasad dotyczących zwalczania i zapobiegania się wirusa COVID na terenie Rzeczypospolitej Polski. Brak objawów COVID (tj.gorączka, brak smaku i węchu, kaszel, trudności z oddychaniem, złe samopoczucie fizyczne jak i psychiczne, bolesności mięśniowe i inne objawy występujące przy COVID i innych chorobach zakaźnych). Osoby przebywające na kwarantannie ze względu na COVID nie mogą brać udziału w zorganizowanych zajęciach sportowych. Osoby z pozytywnym wynikiem testu na wirus SARS-CoV-2 nie mogą brać udziału w zorganizowanych zajęciach sportowych do momentu zakończenia kwarantanny i uzyskaniu ujemnego wyniku test na SARS-CoV-2. Osoba mająca kontakt z osobą zakażoną wirusem SARS-CoV-2 nie może brać udziału w zorganizowanych zajęciach sportowych.
- Zapoznanie się i zaakceptowanie regulaminu zajęć sportowych zorganizowanych

Brak jednego z powyższych wymagań skutkuje nie uczestniczeniem w zajęciach sportowych zorganizowanych.

4. Zajęcia są przeprowadzane na obiekcie wskazanym przez Freebody Grzegorz Wichrzycki ze szczególnym uwzględnieniem działań przeciwepidemicznych stosowanych w zwalczaniu i zapobieganiu rozprzestrzenianiu się wirusa COVID-19 na terenie Rzeczypospolitej Polski.

5. Każdy uczestnik zajęć sportowych zorganizowanych zaraz po wejściu na obiekt powinien:

- wejść na teren obiektu w maseczce ochronnej lub z zasłoniętym nosem oraz ustami do momentu wejścia do szatni
- zdezynfekować ręce płynem dezynfekującym (min. 60% alkoholu) zaraz po wejściu na obiekt
- po zajęciach sportowych umyć ręce wodą z mydłem i przy opuszczeniu szatni założyć maseczkę ochronną lub zakryć usta i nos, aż do opuszczenia obiektu
- zapoznać się z prawidłowym zakładaniem maseczki (<https://www.gov.pl/web/gis/jak-prawidlowo-nalozyc-i-zdjac-maseczke>) oraz dezynfekcją rąk (<https://www.gov.pl/web/gis/jak-skutecznie-dezynfekowac-rece>)

6. Zajęcia sportowe zorganizowane są przeprowadzane w trybie indywidualnym (trener - osoba uprawiająca sport lub trener i 2 osoby uprawiające sport).

7. Zasady, które są przestrzegane w trakcie zajęć sportowych są określone w aktualnym rozporządzeniu w sprawie ustanowienia określonych ograniczeń, nakazów i zakazów w związku z

wystąpieniem stanu epidemii określonym w Dzienniku Ustaw Rzeczypospolitej Polskiej (<https://dziennikustaw.gov.pl/>)

8. Czas trwania zajęć sportowych zorganizowanych to 60 minut. Między kolejnymi zajęciami ustanowiona jest przerwa 15 minutowa, jako czas na dezynfekcję sprzętu do ćwiczeń, unikanie kontaktu poprzednich, jak i kolejnych osób uczestniczących w zajęciach zorganizowanych.

9. Freebody Grzegorz Wichrzycki w trakcie zajęć sportowych zorganizowanych zaświadcza, że dopilnuje wszystkich procedur mających na zapobieganiu i zwalczaniu wirusa COVID-19

10. Freebody Grzegorz Wichrzycki nie ponosi odpowiedzialności za jakiegokolwiek urazy, kontuzje, choroby i traumy powstałe podczas korzystania z zajęć sportowych zorganizowanych, jak i będące wynikiem zajęć sportowych zorganizowanych.

11. Koszt zajęć zorganizowanych sportowych ponosi osoba uprawiająca sport (uczestnik zajęć sportowych zorganizowanych). Płatność dokonywana jest gotówką lub na numer konta podany przez Freebody Grzegorz Wichrzycki.

12. Podczas zajęć sportowych zorganizowanych, uczestnik zajęć sportowych zorganizowanych zobligowany jest do wykonywania poleceń tylko i wyłącznie trenera personalnego Freebody Grzegorz Wichrzycki.

13. Uczestnik zajęć sportowych zorganizowanych jest zobligowany do poinformowania Freebody Grzegorz Wichrzycki o urazie, traumie, chorobie lub złego stanu fizycznego lub psychicznego podczas zajęć sportowych zorganizowanych lub występowania ich wskutek zajęć sportowych zorganizowanych..

14. Uczestnik zajęć sportowych zorganizowanych jest zobligowany do natychmiastowego zaprzestania wykonywania ćwiczeń w trakcie zajęć sportowych kiedy poczuje się źle, dozna urazu lub bóleści i natychmiastowego poinformowania trenera personalnego Freebody Grzegorz Wichrzycki o całym wydarzeniu.

15. Uczestnik zajęć sportowych zorganizowanych bierze całą odpowiedzialność na siebie za udział w zajęciach sportowych zorganizowanych, za udział w sesjach treningowych, wydarzeniach sportowych oraz w całym procesie treningowym. Klient nie został zmuszony do wzięcia udziału w zajęciach sportowych zorganizowanych..

16. Uczestnik zajęć sportowych zorganizowanych ma lub jest powyżej 18 roku życia (dorosły i niezależny).

17. Regulamin dostępny jest i aktualizowany na stronie www.freebody-online.pl/silownia.