

REGULAMIN ZAJĘĆ SPORTOWYCH

organizowanych przez UKS Parkour Gdynia

- I. Postanowienia ogólne
- II. Treningi na sali sportowej
- III. Trening w przestrzeni miejskiej
- IV. Wyjazdy zorganizowane (zawody, wyjścia klubowe, wyjazdy na obiekty sportowe)
- V. Warsztaty – regulamin strefy parkour
- VI. Postanowienia końcowe

I. Postanowienia Ogólne

1. Uczestnictwo w treningach oznacza akceptację wszystkich postanowień niniejszego regulaminu.
2. Osoba regularnie trenująca w klubie ma obowiązek podpisania zgody na udział w treningach, organizowanych przez UKS Parkour Gdynia.
3. W treningach UKS parkour Gdynia mogą uczestniczyć osoby od 4 do 75 roku życia.
4. Uczestnik zajęć zobowiązany jest do:
 - kulturalnego i zgodnego z wewnętrznym regulaminem zachowania na terenie obiektu,
 - koleżeńskiego zachowania wobec innych Uczestników zajęć,
 - bezwzględnego wykonywania poleceń trenera, dotyczących organizacji zajęć.
5. Wszelkie przerwy możliwe są wyłącznie na polecenie trenera bądź za jego zgodą.
6. Nie ćwiczymy nowych i trudnych elementów bez obecności trenera.
7. O każdym wypadku, kontuzji, skaleczeniu czy nagłym pogorszeniu się samopoczucia należy natychmiast powiadomić instruktora prowadzącego zajęcia.
8. W treningach mogą uczestniczyć wyłącznie osoby, których stan zdrowia pozwala na bezpieczne uprawianie parkour, freerunningu i sportów pokrewnych. Uczestnicy biorą udział w zajęciach na własną odpowiedzialność. Każdy z uczestników treningu może wykonywać tylko te ćwiczenia, które uważa za możliwe do wykonania przy uwzględnieniu swojej sprawności fizycznej oraz zobowiązany jest zaniechać konkretnego ćwiczenia, jeżeli uzna, iż jego wykonanie może sprawić mu trudność albo wiąże się z ryzykiem odniesienia przez niego kontuzji. Uczestnicy treningu odpowiedzialni są za dołożenie wszelkich starań, by uniknąć urazów swoich oraz innych Uczestników.
9. Do obowiązków instruktora prowadzącego zajęcia należy:
 - otwarcie i zakończenie spotkania,
 - zademonstrowanie i wytłumaczenie poszczególnych ćwiczeń,
 - zapewnienie wszelkich starań, by uniknąć upadku bądź kontuzji Uczestników,
 - wezwanie natychmiastowej pomocy medycznej w przypadku zaistnienia takiej potrzeby,
 - obejrzenie miejsca treningu w przypadku treningu w terenie lub w nowej lokalizacji.

10. Osoby biorące udział we wszelkich zajęciach UKS Parkour Gdynia zgadzają się na upublicznienie wizerunku oraz przetwarzanie ewentualnych danych osobowych. Dokładna Polityka ochrony danych osobowych UKS Parkour Gdynia jest dostępna do wglądu.
11. Rodzice/opiekunowie prawni zobowiązani są do zapewnienia bezpieczeństwa dziecku po zakończeniu treningu.

II. Trening na sali

1. Uczestnik zajęć stawia się na treningu 10 minut przed jego rozpoczęciem i bierze czynny udział w rozkładaniu sprzętu oraz chowaniu go po zakończonych zajęciach, jeśli jest taka potrzeba.
2. Uczestnikom zabrania się wchodzenia na salę lub samowolnego korzystania ze sprzętu bez wcześniejszej zgody trenera.
3. Uczestnicy przystępują do zajęć, przydzieleni do odpowiednich grup wiekowych oraz grup zaawansowania: "Juniorki", "Podstawowa", "Średnia "Zaawansowani", "Wiecznie Młodzi".
4. Każdy Uczestnik musi posiadać wygodny strój sportowy na zmianę. W przypadku treningów na sali sportowej w zależności od rodzaju treningu i jej nawierzchni używamy obuwia sportowego, trenujemy na boso lub w skarpetkach antypoślizgowych.
5. Rodzice/opiekunowie prawni nie wchodzą na wydzieloną przestrzeń treningową w czasie zajęć.

III. Trening w przestrzeni miejskiej

1. Uczestnicy oraz rodzice/opiekunowie prawni mają obowiązek zapoznania się z ogólnym planem wyjścia.
2. Zbiórka przed treningiem oraz jego zakończenie odbywają się we wcześniej wyznaczonych miejscach oraz godzinach.
3. Trening dozwolony jest tylko w obecności i za zgodą któregoś z instruktorów prowadzących. Trening rozpoczyna się dopiero w chwili, gdy wybrane miejsce zostanie obejrzone w celu zapewnienia bezpieczeństwa Uczestnikom i trenerzy zgodzą się na rozpoczęcie.
4. Wszystkie uszkodzenia oraz rzeczy utrudniające trening (ruchome kamienie, barierki, śliska nawierzchnia itp.) należy natychmiast zgłaszać instruktorowi prowadzącemu zajęcia.
5. Podczas treningu staramy się sprawdzać stan miejsca oraz uważać na innych Uczestników w celu zapewnienia bezpieczeństwa sobie oraz innym.
6. Żaden Uczestnik nie oddala się od grupy zarówno w trakcie marszu, jak i podczas treningów/przerw w wyznaczonym miejscu treningu. Oddalenie się Uczestnika może mieć miejsce tylko za zgodą opiekuna/trenera, w jego obecności oraz po poinformowaniu reszty grupy.
7. Każdy Uczestnik musi posiadać: wygodny strój sportowy, czapkę (szczególnie w przypadku upałów), dokument upoważniający do przejazdów komunikacją miejską ZKM, zapas wody.

8. Zalecany wiek Uczestnictwa w treningach miejskich to 12 lat. W przypadku młodszych osób zalecana jest obecność rodzica/opiekuna na treningu.

IV. Wyjazdy organizowane (zawody, wyjścia klubowe, wyjazdy na obiekty sportowe)

1. Uczestnicy oraz rodzice/opiekunowie prawni mają obowiązek zapoznania się z ogólnym planem wyjścia.
2. Zbiórka przed treningiem oraz jego zakończenie odbywają się we wcześniej wyznaczonych miejscach oraz godzinach.
3. Żaden uczestnik nie oddala się od grupy. Oddalenie się Uczestnika może mieć miejsce tylko za zgodą opiekuna/trenera, w jego obecności oraz po poinformowaniu reszty grupy.
4. Każdy Uczestnik musi być wyposażony w odpowiedni strój do wyjazdu (zależny od pogody), w razie potrzeby strój sportowy na zmianę, zapas wody, dokument identyfikacyjny (np. legitymacja szkolna), dokument upoważniający do przejazdów komunikacją miejską (w przypadku, gdy klub nie zapewnia kosztów podróży) itp.
5. Zalecany wiek Uczestnictwa w wyjazdach organizowanych przez UKS Parkour Gdynia to 8 lat. W przypadku młodszych osób zalecana jest obecność rodzica/opiekuna prawnego podczas wyjazdu.
6. Rodzice/opiekunowie prawni zobowiązani są do zapewnienia bezpieczeństwa dziecku po zakończeniu treningu.

V. Warsztaty – Regulamin strefy parkour

1. Obowiązuje zakaz wchodzenia na strefę parkour w trakcie rozkładania, składania bądź przemieszczania sprzętu.
2. Aby Uczestnicy mogli korzystać ze strefy parkour, na jej terenie musi znajdować się co najmniej jeden trener odpowiedzialny i pilnujący porządku na strefie.
3. W przypadku otwartej strefy parkour Uczestnicy wchodzą na jej teren na własną odpowiedzialność. Osoby niepełnoletnie mogą korzystać ze strefy tylko w obecności oraz za zgodą rodzica/opiekuna prawnego.
4. W przypadku zamkniętej strefy parkour bądź trwania bloku warsztatów, do strefy mają dostęp tylko osoby już wybrane/zapisane, znajdujące się na strefie. Zabrania się dołączania ludzi z zewnątrz w trakcie trwania warsztatów na strefie.
5. Zabrania się przenoszenia sprzętu w strefie bez zgody osoby odpowiedzialnej za strefę.
6. Zabrania się wnoszenia innych sprzętów oraz niebezpiecznych przedmiotów (rowery, hulajnogi, piłki, butelki szklane itp.) na teren strefy.
7. Osoby biorące udział w warsztatach bądź trenujące na strefie parkour zgadzają się na upublicznienie wizerunku oraz przetwarzanie ewentualnych danych osobowych. Dokładna Polityka ochrony danych osobowych UKS Parkour Gdynia jest dostępna do wglądu.

VI. Postanowienia końcowe

1. Klub nie odpowiada za pozostawione na treningu mienie oraz powstałe z winy Uczestników uszkodzenia mienia.
2. W czasie trwania treningów/wyjazdów obowiązuje całkowity zakaz palenia papierosów, spożywania alkoholu oraz stosowania przemocy wobec innych Uczestników.
3. Zabrania się noszenia niebezpiecznych przedmiotów, np. opakowań szklanych.
4. W przypadku naruszenia lub lekceważenia regulaminu Uczestnik może być ukarany natychmiastowym wydaleniem z treningu wraz z zakazem wstępu na kolejne treningi.
5. Rodzice/opiekunowie prawni mają prawo wystąpić do Zarządu UKS Parkour Gdynia o wytłumaczenie spraw spornych i niejasnych.
6. Interpretacja regulaminu przysługuje Zarządowi UKS Parkour Gdynia .
7. W sprawach nie objętych regulaminem decyduje Zarząd UKS Parkour Gdynia.