

IMIĘ I NAZWISKO: ..... DATA.....

TEL./MAIL: ...../.....

## **REGULAMIN ZAJĘĆ KRAV MAGA STOWARZYSZENIE KRAV MAGA POLSKA**

### **I. Postanowienia ogólne:**

1. Organizatorem zajęć jest firma „**TRENEJRO**” **ŁUKASZ SZOSZOREK NIP 7661788282** wpisana do rejestru CEIDG z siedzibą w Poznaniu przy ul. Witolda Pileckiego 8/8, 60-461 Poznań.
2. Regulamin obowiązuje wszystkich uczestników zajęć Krav Maga.
3. Uczestnikami zajęć w rozumieniu niniejszego regulaminu są wszyscy biorący udział w treningach Krav Maga: instruktor, uczniowie, adepci, studenci ww. systemu bez względu na to czy dana osoba jest stowarzyszona w Stowarzyszeniu Krav Maga Polska (SKMP) czy nie.

### **II. Warunki przyjęcia na treningi:**

1. Kandydat zgłasza chęć udziału w zajęciach Krav Maga organizowanych przez **firmę „TRENEJRO” ŁUKASZ SZOSZOREK** organizatorowi zajęć lub prowadzącemu zajęcia.
2. Po zgłoszeniu chęci udziału w zajęciach Kandydat/ka zostaje wpisany/a na listę uczestników zajęć.
3. Kandydat/ka zostaje poinformowany/a przez prowadzącego zajęcia zwanego Instrukтором o warunkach organizacyjno-finansowych oraz o rodzaju i charakterze treningów/zajęć Krav Maga.
4. Na pierwszych zajęciach kandydat/ka zostaje poinformowany/a przez Instruktora o organizacji treningów/zajęć oraz o prawach i obowiązkach uczestnika/uczestniczki treningów. Zostaje szczegółowo zapoznany/na z obowiązującymi regułami i zasadami organizacyjnymi, szkoleniowymi i dyscyplinarnymi obowiązującymi na treningach/zajęciach Krav Maga. Ponadto otrzymuje do wypełnienia deklarację członkowską Stowarzyszenia Krav Maga Polska.

### **III. Warunki uczestnictwa w treningach i członkostwa w Stowarzyszeniu Krav Maga Polska**

1. Kandydat przekazuje deklarację członkowską Stowarzyszenia Krav Maga Polska, zwaną dalej deklaracją, Instruktorowi prowadzącemu treningi/zajęcia.
2. Deklaracja musi być czytelnie wypełniona oraz podpisana przez kandydata/kę.
3. Jeśli kandydat/ka jest niepełnoletni/a, deklarację musi podpisać jeden z jego/jej rodziców lub opiekunów prawnych.
4. Kandydat/ka wpłaca składkę członkowską na konto Stowarzyszenia Krav Maga Polska raz w roku (składka członkowska obowiązuje od września do września kolejnego roku kalendarzowego) w wysokości określonej przez SKMP.
5. Kandydat/ka może zostać skreślony/a z listy uczestników zajęć w przypadku jej/jego:
  - skazania za przestępstwo,
  - popełnienia przestępstwa,
  - wykorzystania poznanych technik poza salą treningową w innych okolicznościach niż samoobrona,
  - złamania regulaminu i kodeksu moralnego SKMP.
6. Uczestnik/czka treningów/zajęć nie jest ubezpieczony/a od następstw nieszczęśliwych wypadków przez organizatora - **firmę „TRENEJRO” ŁUKASZ SZOSZOREK**. Każdy uczestnik/a zajęć powinien/na posiadać we własnym zakresie ubezpieczenie od NNW, wynikające ze specyfiki samoobrony, sportu i zajęć Krav Maga.
7. Uczestnik/a zajęć jest zobowiązany do uiszczenia opłaty miesięcznej za udział w treningach do **10-tego** danego miesiąca, w wysokości określonej przez **firmę „TRENEJRO” ŁUKASZ SZOSZOREK**.
8. Uczestnik/a nieprzestrzegający terminu płatności ponosi karę finansową wysokości **20 zł**.
9. Uczestnik/a zajęć oświadcza, że jego/jej stan zdrowia umożliwia udział w zajęciach typu Krav Maga, samoobrony i sportowych oraz nie ukrywa żadnych chorób przewlekłych, zakaźnych, wenerycznych, którymi mógłby działać na szkodę swoją i pozostałych uczestników zajęć oraz zobowiązuje się do niezwłocznego powiadomienia Instruktora w razie pojawienia się w/w chorób.
10. Noszenie w czasie treningu przez uczestników zajęć wszelkich **ozdób oraz biżuterii**, w tym: pierścionków, obrączek, zegarków, kolczyków, łańcuszków oraz innych przedmiotów potencjalnie zagrożających bezpieczeństwu jest **zabronione**, a za ich uszkodzenie/kradzież nie ponoszą odpowiedzialności: organizator **firma „TRENEJRO” ŁUKASZ SZOSZOREK**, instruktor ani współwiczający (partner/ka).
11. W trakcie zajęć **zabrania się**: żucia gumy oraz picia napojów alkoholowych, palenia papierosów, zażywania środków odurzających oraz innego typu substancji mogących szkodzić zdrowiu. W przypadku

stwierdzenia przez instruktora, że uczestnik zajęć nie stosuje się do wytycznych niniejszego regulaminu instruktor może wyprosić taką osobę z zajęć.

12. Instruktor może nie dopuścić do udziału w zajęciach lub nakazać ich opuszczenie uczestnikowi, jeżeli podejrzewa, że znajduje się pod wpływem alkoholu lub innych środków odurzających.

#### IV. Strój treningowy i ochraniacze:

1. Uczestnik treningów zobowiązany jest do posiadania czystego i schludnego stroju sportowego (spodnie dresowe, podkoszulek bawełniany lub strój Krav Maga), obuwia sportowego miękkiego, ochraniacza na krocze, ochraniacza na szczękę, ochraniacza na gołeń (piszczel), rękawic. Osoby posiadające stopnie szkoleniowe (pasy) Krav Maga noszą obowiązkowo pas zgodny z nadanym stopniem. W trakcie zajęć prowadzonych na macie uczestnik/a treningów/zajęć ćwiczy na boso lub w obuwiu sportowym przeznaczonym do ćwiczeń na macie.

#### V. Warunki udziału w ćwiczeniach z partnerem i walce sparingowej:

1. Uczestnik/a treningów/zajęć musi być świadomy/a ryzyka wynikającego z udziału w ćwiczeniach z partnerem/ką lub kontaktowych walkach sparingowych. Powinien znać reguły, zasady i przepisy odnoszące się do tych ćwiczeń oraz walki sparingowej, zwanej dalej **sparingiem**.
2. Każdy uczestnik/a zobowiązany/a jest do znajomości i przestrzegania zasad bezpieczeństwa podczas ćwiczeń z partnerem.
3. Uczestnik/ka podejmujący decyzję o udziale w ćwiczeniach z partnerem/ką lub w sparingu ponosi pełne ryzyko poniesienia urazu. W przypadku wystąpienia kontuzji wskutek naruszenia postanowień tego Regulaminu lub umyślnego, przypadkowego, normalnego, nieprawidłowego zastosowania danej techniki przez siebie lub partnera/ki uczestnik/a w pełni zrzeka się ewentualnych roszczeń wobec organizatora **firmę „TRENJRO” ŁUKASZ SZOSZOREK**, instruktora prowadzącego zajęcia oraz współćwiczących.
4. Każdy uczestnik/a zajęć/treningu ma obowiązek założyć komplet ochraniaczy na polecenie trenera lub Instruktora.
5. W przypadku braku kompletu osobistych ochraniaczy lub sprzętu do ćwiczeń, uczestnik/a jest zobowiązany zgłosić ten fakt trenerowi lub Instruktorowi.
6. Za rozmiar ochraniaczy, ich stan techniczny i czystość pełną odpowiedzialnością ponosi użytkownik/czka.
7. Podczas treningów w grupach uczestnik/a może, w dowolnym momencie, przerwać ćwiczenie z partnerem/ką lub sparing.
8. W przypadku wystąpienia urazu, kontuzji lub złego samopoczucia, uczestnik/ka zajęć/treningu **powinien/na niezwłocznie** poinformować o tym fakcie trenera lub Instruktora, którzy mają obowiązek udzielić mu pierwszej pomocy przedmedycznej.
9. W przypadku odczuwania po treningu bolesnych dolegliwości, uczestnik/a powinien/a pilnie zgłosić się do lekarza oraz poinformować o tym fakcie Instruktora.
10. Podpisanie niniejszego regulaminu wiąże się z przyjęciem określonych zasad.

#### Oświadczam, że zapoznałam/em się z regulaminem

.....  
(data i podpis)

#### Oświadczenie

Oświadczam, że wyrażamy zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych zawartych w regulaminie na udział w zajęciach rekreacyjno-sportowych, dla potrzeb niezbędnych do realizacji procesu rekrutacji (zgodnie z ustawą z dnia 29 sierpnia 1997 r. o ochronie danych osobowych) oraz zgodnie z art. 12 Rozporządzenia 2016/679 (RODO) oraz art. 24 ust. 1 pkt 1-4 ustawy o ochronie danych osobowych.

.....  
(data i podpis)