

REGULAMIN GRUPOWYCH TRENINGÓW BIEGOWYCH

organizowanych przez Centrum Popularyzacji Nauki Politechniki Śląskiej

1. Organizatorem Grupowych Treningów Biegowych, zwanych dalej „Treningami” jest Centrum Popularyzacji Nauki PŚ z siedzibą w Gliwicach 44-100, ul. Konarskiego 22B, p. 221a, zwane dalej „Organizatorem”.
2. Celem Treningów jest popularyzacja zdrowego trybu życia i aktywności fizycznych, upowszechnianie wiedzy o korzyściach z uprawiania biegów lub chodźiarstwa w kontekście poprawy stanu zdrowia i kondycji, promocja Politechniki Śląskiej jako jednostki promującej zdrowy tryb życia i zrzeszającej osoby o różnych pasjach, upowszechnianie wiedzy o poprawnym treningu, wymiana doświadczeń biegowych i chodźiarstwa, integracja pracowników, studentów i doktorantów PŚ poprzez wspólne treningi i udział w zawodach.
3. Uczestnikami treningów mogą być pracownicy, studenci, doktoranci Politechniki Śląskiej, a także absolwenci, współpracownicy i sympatycy uczelni. Dzieci i młodzież poniżej 18 lat mogą brać udział w treningu wyłącznie pod opieką pełnoletniego uczestnika/opiekuna prawnego.
4. Termin treningów: treningi odbywają się cyklicznie, raz w tygodniu, w środy, od stycznia do grudnia 2022 roku.
5. Czas rozpoczęcia: godz. 18:15.
6. Czas trwania: 1 do 2 godzin.
7. Miejsce startu: Rektorat Politechniki Śląskiej, Gliwice, ul. Akademicka 2.
8. Treningi odbywają się pod opieką trenera.
9. Termin, czas oraz miejsce startu mogą ulec zmianie.

O każdorazowej zmianie Organizator poinformuję uczestników na portalu Facebook

<https://www.facebook.com/CentrumPopularyzacjiNaukiPolitechnikiSlaskiej/>



10. Zgłoszenie do udziału w treningu pełnoletni uczestnik dokonuje za pomocą elektronicznego formularza zgłoszeniowego dostępnego na stronie:

<https://www.polsl.pl/rjo7-cpn/grupa-biegowo-chodziarska/>

W przypadku pełnoletniego uczestnika treningu, formularz zgłoszeniowy zawiera: imię i nazwisko, telefon kontaktowy, adres mailowy, status uczestnika, rodzaj uprawianego sportu, stopień zaawansowania sportowego, rozmiar koszulki, oświadczenie o zapoznaniu się z informacją o przetwarzaniu danych osobowych przez Organizatora (Informacja RODO), zgodę na przetwarzanie danych osobowych uczestnika treningu przez Organizatora, zgodę na wykorzystywanie przez Organizatora zdjęć lub materiałów wideo z wizerunkiem uczestników zajęć, wykonanych podczas treningów z udziałem uczestników, do własnych działań marketingowych i promocyjnych lub bezpłatną publikację swojego wizerunku z treningów w mediach społecznościowych oraz materiałach promocyjnych Organizatora, oświadczenie posiadania przez uczestnika ubezpieczenia NNW, akceptację Regulaminu Treningów.

W przypadku pełnoletniego uczestnika/opiekuna prawnego, który zgłasza niepełnoletniego uczestnika treningu, formularz zgłoszeniowy zawiera: imię i nazwisko pełnoletniego uczestnika/opiekuna prawnego, telefon kontaktowy, adres mailowy, status pełnoletniego uczestnika, imię i nazwisko niepełnoletniego uczestnika, wiek niepełnoletniego uczestnika, rodzaj uprawianego sportu przez niepełnoletniego uczestnika, stopień zaawansowania sportowego niepełnoletniego uczestnika, rozmiar koszulki, oświadczenie o zapoznaniu się z informacją o przetwarzaniu danych osobowych przez Organizatora (Informacja RODO), zgodę pełnoletniego uczestnika/opiekuna prawnego na przetwarzanie danych osobowych własnych oraz niepełnoletniego uczestnika przez Organizatora, zgodę na wykorzystywanie przez Organizatora zdjęć lub materiałów wideo z wizerunkiem niepełnoletniego uczestnika, wykonanych podczas treningów, do własnych działań marketingowych i promocyjnych lub bezpłatną publikację wizerunku niepełnoletniego uczestnika



z treningów w mediach społecznościowych oraz materiałach promocyjnych Organizatora, oświadczenie posiadania przez niepełnoletniego uczestnika ubezpieczenia NNW, akceptację Regulaminu Treningów.

11. Warunkiem udziału w treningu jest posiadanie przez uczestnika ubezpieczenia NNW, które uczestnik potwierdza w momencie dokonywania zgłoszenia.
12. Uczestnik, który regularnie bierze udział w treningach otrzyma gadzety promocyjne Organizatora:
 - ✓ po 5 treningu,
 - ✓ po 10 treningach,
 - ✓ po 15 treningach.
13. W dniu Treningu uczestnik zobowiązany jest do potwierdzenia swojego udziału w Treningu na liście obecności dostępnej u Organizatora.
14. W treningach mogą uczestniczyć osoby o różnym stopniu zaangażowania i kondycji sportowej.
15. Uczestnik przyjmuje do wiadomości, że udział w treningu wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, oraz możliwość odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych. Udział w zajęciach jest dobrowolny i oznacza, że Uczestnik rozważył i ocenił charakter, zakres i stopień ryzyka wiążącego się z uczestnictwem w treningu i dobrowolnie zdecydował się podjąć to ryzyko, startując w treningu wyłącznie na własną odpowiedzialność.
16. W treningach mogą uczestniczyć osoby, które nie posiadają przeciwwskazań lekarskich do uprawiania biegów oraz innych ćwiczeń.
Organizator zaleca Uczestnikom wykonanie profilaktycznych badań lekarskich mogących potwierdzić brak przeciwwskazań do udziału w treningu. W przypadku wystąpienia niepokojących objawów w trakcie wykonywania ćwiczeń, tj. w szczególności znaczne pogorszenie samopoczucia, bóle kręgosłupa, stawów, mdłości, zawroty głowy i inne – należy przerwać wykonywanie ćwiczeń i zgłosić dolegliwości osobie prowadzącej zajęcia.
17. Podczas trwania zajęć uczestnicy powinni stosować się do zaleceń prowadzącego.
18. Uczestnictwo w zajęciach jest równoznaczne z wyrażeniem zgody na wykorzystywanie przez Organizatora zdjęć lub materiałów wideo z wizerunkiem



uczestników zajęć, wykonanych podczas treningów, do własnych działań marketingowych i promocyjnych lub bezpłatną publikację swojego wizerunku z treningów w mediach społecznościowych oraz materiałach promocyjnych Organizatora.

19. Udział w treningu jest bezpłatny.

20. Udział w zajęciach jest równoznaczny z akceptacją niniejszego regulaminu.

Niniejszy Regulamin dostępny jest pod adresem:

<https://www.polsl.pl/rjo7-cpn/dokumenty-do-pobrania/>