

## Regulamin

Ogólnorozwojowe warsztaty samoobrony z elementami sztuki walki!

Bądź bezpieczny na wakacjach!

### I. ORGANIZATOR:

Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Żorach.

### II. CEL:

Nabywanie wiedzy umożliwiającej działanie w sytuacji kryzysowej.

Zwiększenie poczucia własnego bezpieczeństwa oraz najbliższych osób, zwiększenie pewności siebie.

Zapoznanie się z wiedzą, w zakresie prawa dotyczącego obrony własnej.

Efektywne zagospodarowanie swojego, wolnego czasu.

### III. TERMIN, MIEJSCE ZAJĘĆ:

Termin zajęć:

8.07.2024 - godz. 17.00 – 19.00

9,10,11,12.07.2024 - w godz.17.00 – 18.30

Hala sportowa ul. Folwarska 10.

### IV. ZGŁOSZENIA:

Zgłoszenia na bezpłatne zajęcia będą przyjmowane codziennie w kasie hali sportowej do dnia 8.07.2024 lub do wyczerpania limitu miejsc.

Weryfikacja uczestników - 15 minut przed każdym rozpoczęciem zajęć w Hali sportowej, ul. Folwarska 10 w sekretariat zawodów.

Ustala się limit 40 osób w każdym dniu.

## V. WARUNKI UCZESTNICTWA:

Dla osoby pełnoletniej:

złożenie w kasie hali sportowej oraz w dniu zajęć wypełnionego pisemnego formularza – oświadczenia uczestnika (załącznik nr 1).

Oświadczenie zawiera:

- imię i nazwisko uczestnika,
- zgodę na udział w zajęciach,
- oświadczenie uczestnika potwierdzające: zapoznanie się z regulaminem zajęć i akceptację jego treści, brak przeciwwskazań do udziału w zajęciach, informację o przetwarzaniu danych osobowych oraz rozpowszechnienie wizerunku dla potrzeb związanych z organizacją i promocją imprezy,

Obowiązują tylko druki oświadczeń udostępnione przez Organizatorów będące do pobrania na stronie internetowej [www.mosir.zory.pl](http://www.mosir.zory.pl) lub na miejscu przed zajęciami.

Każdy uczestnik powinien zapoznać się z Klauzulą Informacyjną zawartą w punkcie IX do niniejszego regulaminu.

## VI. SPOSÓB ORGANIZACJI ZAJĘĆ:

Profilaktyczne, bezpłatne zajęcia z praktyki i teorii, z podstaw samoobrony - zajęcia dla osób 18+ prowadzone będą przez wykwalifikowanego instruktora.

## VII. ZAGADNIENIA PROWADZONE NA ZAJĘCIACH:

Teoria i podstawy samoobrony,

Postawa w sytuacji zagrożenia,

Nauka poruszania się w walce,

Nauka dystansu w walce,

Nauka kopnięć,

Nauka uderzeń,

Nauka podstawowych dźwigni i rzutów,

Obrona przed kopnięciami i uderzeniami,

Obrona przed duszeniem.

#### VIII. SPRAWY ORGANIZACYJNO-PORZĄDKOWE

Wszystkie osoby, które znajdują się na terenie zajęć zobowiązane są do zachowania się

w sposób nie zagrażający bezpieczeństwu innych osób obecnych na zajęciach, a w szczególności przestrzegać postanowień Regulaminu oraz stosować się do zaleceń instruktora i przedstawicieli Organizatorów, mających na celu zapewnienie im bezpieczeństwa i porządku.

Uczestnik zajęć jest zobowiązany do szanowania mienia innych uczestników, sprzętu, wszelkich innych urządzeń i instalacji technicznych oraz mienia, stanowiącego własność Organizatorów.

Uczestnik ponosi pełną odpowiedzialność prawną za szkody wyrządzone innym użytkownikom zajęć oraz szkody materialne na terenie obiektu i w jego obrębie.

#### SPOSÓB PRZEPROWADZANIA I UTRWALANIA PRZEBIEGU IMPREZY:

Organizator utrwała przebieg imprezy za pomocą urządzeń rejestrujących obraz i dźwięk.

Materiały zgromadzone podczas utrwalania imprezy mogą stanowić dowody w postępowaniu.

Materiały dźwiękowe, zdjęcia oraz nagrania umieszczane będą na portalu społecznościowym oraz na stronie internetowej organizatora, a także w mediach lokalnych.

Materiały dźwiękowe, zdjęcia, nagrania przetwarzane będą w celach promocyjnych i kulturalnych.

Wizerunek osób przebywających na terenie imprezy rozpowszechniany będzie na zasadach opisanych w art. 81 ust. 2 Prawa Autorskiego i nie wymaga zgody uczestnika.

Wchodząc na teren imprezy, osoby wyrażają zgodę na przetwarzanie swojego wizerunku w rozumieniu przepisów Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (ogólne rozporządzenie o ochronie danych), w celach promocyjnych.

## X. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

Organizatorzy zastrzegają sobie możliwość wprowadzenia ograniczeń w sposobie przeprowadzenia zajęć. Ewentualne odwołanie lub przesunięcie terminu zajęć nie skutkuje powstaniem po stronie Uczestników jakichkolwiek roszczeń z tego tytułu, w tym w szczególności odszkodowawczych (np. w zakresie kosztów transportu, noclegu itp.).

Organizatorzy zastrzegają sobie prawo do zmian w regulaminie, o których zobowiązują się poinformować wszystkich uczestników przed rozpoczęciem zajęć poprzez komunikaty na stronie Organizatora.

Prawo interpretacji niniejszego regulaminu przysługuje jedynie Organizatorowi.

Na czas trwania zajęć organizatorzy zapewniają opiekę medyczną (pielęgniarka).

Organizatorzy nie ubezpieczają uczestników od NNW. Ubezpieczenie pozostaje w gestii uczestniczących osób.

Organizatorzy nie ponoszą odpowiedzialności za rzeczy pozostawione, zagubione podczas trwania zajęć.

Każdy uczestnik zajęć ma obowiązek posiadania obuwia zmiennego i stroju sportowego.

## XI. KLAUZULA INFORMACYJNA DOT. UCZESTNICTWA

Zgodnie z art. 13 ust. 1 i 2 Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 roku w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (dalej RODO), obowiązującego od 25 maja 2018 r., informujemy, iż:

1. Administratorami Pani/Pana danych osobowych jest Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji

w Żorach, ul. Wolności 36a, 44-240 Żory. Kontakt z administratorem jest możliwy także za pomocą poczty elektronicznej (e-mail): [mosir@mosir.zory.pl](mailto:mosir@mosir.zory.pl).

2. W Miejskim Ośrodku Sportu i Rekreacji w Żorach jest wyznaczona osoba nadzorująca przestrzeganie zasad ochrony danych - Aleksandra Cnota-Mikołajec. Kontakt z Inspektorem Ochrony Danych Osobowych jest możliwy za pomocą adresów mailowych: [aleksandra@eduodo.pl](mailto:aleksandra@eduodo.pl) lub [iod@eduodo.pl](mailto:iod@eduodo.pl)

3. Pani/Pana dane osobowe przetwarzane będą na podstawie wyrażonej zgody, zgodnie

z art. 6 ust. 1 lit. a ogólnego rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady UE o ochronie danych osobowych z dnia 27 kwietnia 2016 r. w celach promocyjnych oraz uczestnictwa w imprezach organizowanych przez Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Żorach.

4. Odbiorcami Pani/Pana danych osobowych mogą być:

a) organy władzy publicznej oraz podmioty wykonujące zadania publiczne lub działające na zlecenie organów władzy publicznej,

w zakresie i w celach, które wynikają z przepisów powszechnie obowiązującego prawa,

b) inne podmioty, które na podstawie stosownych umów podpisanych z administratorami przetwarzają jego dane osobowe,

c) podmioty realizujące zadania Administratora Danych Osobowych, takie jak: operator pocztowy, bank, dostawca oprogramowania dziedzinowego.

5. Pani/Pana dane osobowe przechowywane będą przez okres niezbędny do realizacji celów określonych w pkt. 3 lecz nie krócej niż przez okres wskazany w przepisach o archiwizacji lub innych przepisach prawa.

6. Ma Pani/Pan prawo żądania od Administratora:

a) dostępu do swoich danych oraz otrzymania ich pierwszej kopii,

b) do sprostowania (poprawiania) swoich danych,

c) do usunięcia oraz ograniczenia przetwarzania danych, na podstawie art. 17 oraz art. 18 RODO,

d) do wniesienia sprzeciwu wobec przetwarzania danych, na zasadach opisanych w art. 21 RODO,

e) do przenoszenia danych,

f) prawo do wniesienia skargi do organu nadzorczego,

g) do cofnięcia zgody w dowolnym momencie , przy czym jej wycofanie nie wpływa na zgodność z prawem przetwarzania, którego dokonano na podstawie zgody przed jej cofnięciem.

W celu skorzystania oraz uzyskania informacji dotyczących praw określonych powyżej (lit. a-g) należy skontaktować się z Administratorami lub z Inspektorem Danych Osobowych.

7. Ma Pani/Pan prawo wniesienia skargi do organu nadzorczego (Urząd Ochrony Danych Osobowych, ul. Stawki 2, 00-193 Warszawa), gdy uzna Pani/Pan, że przetwarzanie Pani/Pana danych osobowych narusza przepisy ustawy o ochronie danych osobowych, a od 25 maja 2018 r. Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE.
8. Podanie przez Panią/Pana danych osobowych jest niezbędne do wzięcia udziału w imprezach organizowanych przez Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Żorach.
9. Pani/Pana dane nie będą przetwarzane w sposób zautomatyzowany i nie będą profilowane.
10. Pani/Pana dane osobowe nie będą przekazywane do państwa trzeciego lub organizacji międzynarodowej.

Organizator: Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Żorach