



## REGULAMIN

**uczestnictwa w zajęciach z gimnastyki podstawowej poziom 0, rozciągania podstawowego poziom 0 oraz rozciąganie podstawowego poziom 1 organizowanych przez Gimnastyka Warszawska sp z o.o NIP 113-304-80-58, Wandy 8/41, 03-949 Warszawa**

### I. POSTANOWIENIA OGÓLNE

1. Definicje terminów użytych w Regulaminie:
  - a) Opiekun - rodzic lub inna osoba będąca prawnym opiekunem dziecka;
  - b) Opłata – opłata za uczestnictwo w zajęciach;
  - c) Organizator - „ Gimnastyka Warszawska sp z o.o”  
NIP 113-304-80-58, Wandy 8/41, 03-949 Warszawa
  - d) Prowadzący – wykwalifikowany instruktor prowadzący Zajęcia;
  - e) Regulamin – niniejszy regulamin uczestnictwa w Zajęciach;
  - f) Uczestnik – osoba dorosła bądź osoba małoletnia zgłoszona przez Opiekuna, biorąca udział w Zajęciach;
  - g) Zajęcia - zajęcia sportowe gimnastyki podstawowej poziom 0, zajęć rozciąganie podstawowe poziom 0, rozciąganie podstawowe poziom 1 oraz inne organizowane przez Organizatora;
2. Regulamin określa formę, tryb, warunki oraz zasady prowadzenia przez Organizatora Zajęć dla Uczestników.
3. Organizatorem Zajęć jest „Gimnastyka Warszawska sp z o.o”.
4. Celem Zajęć jest popularyzowanie aktywności: gimnastyki sportowej, akrobatyki sportowej, automasażu, rolowania, rozciągania, automobilizacji kultury fizycznej, promowanie aktywnego i zdrowego spędzania wolnego czasu, wzmocnienie ciała, a także integrowanie młodzieży oraz dorosłych poprzez ww. sporty i aktywności.
5. **Zajęcia skierowane są wyłącznie do osób nie uprawiających zawodowo gimnastyki oraz nie są instruktorami kalisteniki, rozciągania, street workout, gimnastyki i akrobatyki sportowej.**
6. Uczestnictwo w Zajęciach jest równoznaczne z akceptacją Regulaminu. Każdy Uczestnik zobowiązuje się do jego przestrzegania.

### II. WARUNKI UCZESTNICTWA W ZAJĘCIACH

1. W Zajęciach mogą uczestniczyć jedynie osoby, które nie posiadają przeciwwskazań do wykonywania ćwiczeń i aktywności wymagających wysiłku fizycznego. Uczestnictwo w Zajęciach jest równoznaczne z oświadczeniem, iż Uczestnik przeszedł pomyślnie wszelkie badania wytrzymałościowe, w tym przede wszystkim EKG serca w spoczynku oraz EKG wysiłkowe, ECHO serca oraz miał wykonane odpowiednie badania krwi (w tym przede wszystkim morfologię), a także został przebadany przez ortopedę.

2. **Uczestnikami mogą być jedynie osoby, które nie uprawiają zawodowo gimnastyki, bądź nie są instruktorami tej dyscypliny oraz nie są instruktorami rozciągania. Uczestnictwo w Zajęciach tych osób jest możliwe jedynie za zgodą Organizatora.** Uczestnik oświadcza, iż przyjmuje do wiadomości fakt, że wszelkie informacje, techniki, demonstracje, know-how, ćwiczenia i inne tego typu czynności prezentowane w trakcie Zajęć stanowią przedmioty praw autorskich i/lub praw własności przemysłowych przysługujących Panu Pawłowi Wierzchoniowi. Uczestnik oświadcza, iż nie wykorzysta powyższych w jakimkolwiek celu bez wyraźnej pisemnej zgody Pana Pawła Wierzchonia, w tym przede wszystkim w celach komercyjnych, przez co strony rozumieją przede wszystkim prowadzenia szkoleń i/lub zajęć o tematyce zbliżonej do Zajęć. Uczestnik oświadcza, iż jest świadomy ewentualnej odpowiedzialności prawnej za nieprzestrzeżenie powyższego zobowiązania
3. Warunkiem uczestnictwa w Zajęciach jest posiadanie **WAŻNEGO UBEZPIECZENIA NWW** obejmującego swym zakresem uprawianie wybranego w ramach Zajęć sportu. Zakres ubezpieczenia winien obejmować wszelkie nieszczęśliwe wypadki narażające życie i zdrowie, następstwa kontuzji sportowych, koszty leczenia oraz ratownictwa i ubezpieczenie od odpowiedzialności cywilnej za szkody wyrządzone na osobach i mieniu powstałe w trakcie zajęć sportowych. Przez wzgląd na powyższe, Uczestnik zobowiązuje się nie dochodzić jakichkolwiek roszczeń związanych z w/w sytuacjami od Prowadzącego, Organizatora ani żadnej innej osoby trzeciej z wyłączeniem danego ubezpieczyciela.
4. Uczestnicy zobowiązani są do terminowego uiszczania Opłat z tytułu uczestnictwa w Zajęciach. Opłata obejmuje wynagrodzenie Prowadzącego i Organizatora. Część Opłaty przeznaczona jest także na amortyzację i zakup sprzętu sportowego.
5. Uczestnicy, którzy nie ukończyli 18 roku życia są zobowiązani przekazać Organizatorowi udzieloną przez Opiekuna zgodę na uczestnictwo w Zajęciach. Zgoda może być przekazana osobiście, za pośrednictwem Instruktora, bądź emailem (adres: [kontakt@gimnastykawawa.pl](mailto:kontakt@gimnastykawawa.pl)). W przypadku wątpliwości Organizatora co do autentyczności oświadczenia Opiekuna o wyrażeniu zgody na uczestnictwo, Organizator może zażądać złożenia tego oświadczenia osobiście w obecności Instruktora. **Do zgody powinien być dołączony Regulamin z adnotacją, że Opiekun zapoznał się z regulaminem i akceptuje jego treść.**
6. Organizator może według swojego uznania i ze względów bezpieczeństwa dla Uczestników, ograniczyć liczbę osób biorących udział w Zajęciach.

### III. OPŁATY ZA UCZESTNICTWO

1. Każdy Uczestnik zobowiązany jest do uiszczenia Opłat z tytułu uczestnictwa w Zajęciach. Zaksięgowanie wpłaty na rachunku Organizatora lub pokwitowanie przyjęcia gotówki/płatności kartą warunkuje skuteczne nabycie karnetu.

2. Opłatę można uiścić w formie:

a) jednorazowej Opłaty za udział w Zajęciach;

b) karnetu:

1. Uprawniającego do czterokrotnego udziału w Zajęciach na wyznaczony wcześniej termin przy rejestracji w ciągu 4 tygodni od dnia rozpoczęcia karnetu;
2. Uprawniającego do ośmiokrotnego udziału w Zajęciach przy zapisach w ciągu 4 tygodni od dnia rozpoczęcia;
3. Uprawniającego do dwunastokrotnego udziału w Zajęciach w ciągu 12 tygodni od dnia rozpoczęcia karnetu
4. Uprawniającego do dwudziestoczkrotnego udziału w Zajęciach w ciągu 12 tygodni od dnia rozpoczęcia karnetu
5. Wraz z uiszczeniem Opłaty Uczestnik deklaruje grupę lub grupy zajęciowe. Uiszczenie opłaty za karnet jest równoznaczne z rejestracją miejsca w grupie lub grupach treningowych.

6. Szczegółowa informacja o Opłacie oraz jej wysokości jest publikowana jest przez Organizatora na portalu Facebook w dedykowanych wydarzeniach bądź/i na fanpage Organizatora, a także na stronie internetowej [www.gimnastykawawa.pl](http://www.gimnastykawawa.pl)

#### IV. ZASADY DOTYCZĄCE ODWOŁYWANIA UCZESTNICTWA W ZAJĘCIACH

1. Uczestnik, który z dowolnych przyczyn nie może uczestniczyć w Zajęciach w swojej grupie, uprawniony jest do uczestnictwa w Zajęciach w innej grupie zajęciowej w trakcie obowiązywania opłaconego przez niego karnetu (o ile są w niej wolne miejsca) – tzw. prawo do odrobienia nieobecności. Warunkiem skorzystania z tego prawa jest poinformowanie Organizatora mailowo na adres: [kontakt@gimnastykawawa.pl](mailto:kontakt@gimnastykawawa.pl) w trakcie obowiązywania jego karnetu o chęci odrobienia nieobecności.
2. Uczestnik, który nie może uczestniczyć w ostatnich Zajęciach w ramach opłaconego przez siebie karnetu, uprawniony jest do odrobienia nieobecności, pod warunkiem przedłużenia karnetu na kolejny miesiąc. Opcja nie przechodzi na kolejne miesiące, można odrobić zajęcia w kolejnym karnecie tylko raz, inaczej zajęcia przepadają.
3. Osoba, której skończył się karnet i nie przedłużyła jego ważności jest automatycznie skreślana z listy Uczestników i pozbawiona miejsca w wybranej przez siebie grupie na rzecz kolejnej chętnej osoby.
4. Organizator wyklucza możliwość bezpłatnego przedłużenia karnetu z jakichkolwiek przyczyn (np. niemożliwość uczestnictwa w zajęciach z powodu kontuzji, choroby, wyjazdu). Odrobienie nieobecności na Zajęciach jest dopuszczalne jedynie na zasadach wskazanych w pkt. 1 i 2 powyżej. Szczególne wypadki mogą zostać rozpatrzone odrębnie przez Organizatora po uprzedzeniu go wcześniej drogą mailową/telefoniczną. Celem rozwiania wątpliwości Organizator oświadcza, że jego obowiązkiem jest pozostawanie w gotowości do świadczenia usług, a nie fakt skorzystania z niej przez Uczestnika
5. Wszelkie deklaracje związane z przyjściem na zajęcia w przyszłości, z powrotem na zajęcia z powodu wyjazdu lub/i przerwy od zajęcia Organizator wymaga opłaty za karnet z góry liczony od terminu powrotu, aby móc w ten sposób zarezerwować miejsce na daną grupę treningową.

#### V. ZASADY PRZEDŁUŻANIA KARNETU I DALSZEGO UCZESTNICTWA W ZAJĘCIACH

1. Uczestnik jest **ZOBOWIĄZANY** do określenia się w dniu kończącego się karnetu (ostatni trening), tuż po skończonych zajęciach czy będzie kontynuował dalszą współpracę i poinformowaniu o tym Prowadzącego zajęcia.
2. Uczestnik po zadeklarowaniu dalszego uczestnictwa w zajęciach powinien dokonać stosownej **opłaty** za karnet.
3. Uczestnik może zmienić termin chodzenia lub datę rozpoczęcia karnetu na wybrane przez siebie zajęcia w nowym rozdaniu Karnetowym.
4. Uczestnik, który po zajęciach o których mowa w ust. 1 powyżej nie zadeklaruje przedłużenia karnetu bądź braku przedłużenia karnetu będzie postrzegany jako osoba, która wyraziła wolę przedłużenia karnetu o kolejny miesiąc. Powyższe będzie jednak uwarunkowane opłaceniem karnetu w terminie 7 dni od dnia otrzymania wiadomości e-mail z przypomnieniem o płatności. Brak wpłaty kwoty w powyższym terminie spowoduje automatyczne wykreślenie Uczestnika z Zajęć.

## VI. ZASADY OBOWIĄZUJĄCE PODCZAS ZAJĘĆ

1. Uczestnicy zobowiązani są do noszenia podczas Zajęć czystego, wygodnego stroju sportowego i do zdjęcia obuwia. Obuwie należy zmienić w szatni, przed wejściem na salę. Zajęcia gimnastyki podstawowej poziom 0, rozciągania podstawowego poziom 0, oraz rozciągania podstawowego poziom 1 wymagają uczestnictwa bez obuwia lub wykorzystania specjalnego obuwia gimnastycznego.
2. Podczas Zajęć obowiązuje bezwzględny zakaz:
  - a) wnoszenia, spożywania, używania i pozostawiania pod wpływem napojów alkoholowych, narkotyków oraz innych środków odurzających;
  - b) palenia tytoniu oraz korzystania z elektronicznych papierosów;
  - c) handlu i akwizycji oraz naklejania i pozostawiania reklam oraz ulotek;
  - d) fotografowania i filmowania bez zgody Organizatora;
  - e) wprowadzania zwierząt;
  - f) wnoszenia niebezpiecznych narzędzi, broni, materiałów pirotechnicznych, łatwopalnych oraz wybuchowych;
  - g) noszenia biżuterii i innych ozdób.
3. Każdego Uczestnika obowiązuje punktualność. Na Zajęcia należy stawiać się 10 minut przed godziną rozpoczęcia. W przypadku spóźnienia powodującego jakiekolwiek zaburzenie porządku Zajęć, Prowadzący ma prawo odmówić Uczestnikowi udziału w Zajęciach.
4. Oddalanie się od miejsca prowadzenia Zajęć bez zgody Prowadzącego pochytywane jest jako samowolne opuszczenie Zajęć bez prawa do powrotu. Zwalnia to Prowadzącego z jakiegokolwiek odpowiedzialności za Uczestnika
5. W czasie Zajęć Uczestnik ma obowiązek podporządkować się poleceniom wydawanym przez Prowadzącego, w szczególności co do sposobu wykonywania ćwiczeń i zadań. Jeżeli ćwiczenie przekracza możliwości fizycznego Uczestnika, ma on obowiązek zgłosić ten fakt Prowadzącemu. Uczestnik ma także prawo odmówić wykonania ćwiczeń wskazanych przez Prowadzącego, uznając je za niebezpieczne dla swego stanu zdrowia.
6. W razie niewłaściwego zachowania Uczestnika, w tym zachowania zagrażającego, zdrowiu, życiu, bezpieczeństwu swojemu i/lub innych Uczestników bądź zachowania dezorganizującego i utrudniającego prowadzenie Zajęć w grupie, Prowadzący ma prawo do wyciągnięcia wobec Uczestnika konsekwencji, włącznie z wykluczeniem z wykonywania wybranych przez Prowadzącego ćwiczeń i zakazem uczestnictwa w danych Zajęciach. Jeśli usunięcie Uczestnika nastąpiło z jego winy, nie przysługuje mu zwrot kosztów (w tym Opłaty) za uczestnictwo w Zajęciach.
7. Każdy Uczestnik ma **OBOWIĄZEK ZGŁOSIĆ** wcześniej przebyte choroby lub kontuzje, które uniemożliwiają mu swobodne wykonywanie ćwiczeń. Obowiązkiem Uczestnika jest informowanie Prowadzącego przed przystąpieniem do wykonywania zadanych ćwiczeń o każdorazowej niedyspozycji, urazie, złym samopoczuciu, pogorszonym stanie zdrowia i innych ograniczeniach uniemożliwiających wykonanie ćwiczeń. W braku poinformowania o powyższych okolicznościach Prowadzącego, Organizator **NIE PONOSI ODPOWIEDZIALNOŚCI** za skutki doznania urazu bądź kontuzji.
8. Opiekunowie zobowiązują się do podania bieżących informacji o stanie zdrowia dziecka oraz o jego przeciwwskazaniach do wykonywania ćwiczeń. Stawienie się dziecka na Zajęciach jest równoznaczne z potwierdzeniem braku przeciwwskazań u dziecka do uprawiania sportu.
9. Uczestnicy biorą udział w Zajęciach na własne ryzyko i odpowiedzialność. Instruktorzy oraz Organizator nie ponoszą odpowiedzialności za ewentualne negatywne następstwa dla zdrowia wynikające z uczestnictwa w należycie prowadzonych Zajęciach oraz następstw nieszczęśliwych wypadków powstałych u Uczestników w trakcie Zajęć lub po Zajęciach albo na skutek Zajęć prowadzonych zgodnie ze sztuką.

## VII. ODPOWIEDZIALNOŚĆ ZA MIENIE

1. Uczestników obowiązuje dbałość o dobry stan urządzeń, udostępnianego sprzętu sportowego oraz miejsca treningowego.
2. Uczestnicy są zobowiązani do utrzymywania porządku w szatniach i na sali sportowej oraz do sprzątnięcia po sobie.
3. Uczestnik ponosi odpowiedzialność za wszelkie szkody powstałe z jego winy. W przypadku szkód wyrządzonych przez osoby małoletnie, odpowiedzialność ponosi Opiekun.
4. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy cenne i wartościowe przyniesione przez Uczestników na Zajęcia, w tym za przedmioty pozostawione w szatni. Organizator zaleca zabieranie rzeczy wartościowych ze sobą na salę i pozostawienie ich w widocznym, bezpiecznym miejscu.

## VIII. ZGODA NA WYKORZYSTANIE WIZERUNKU

1. Uczestnik poprzez akceptację niniejszego Regulaminu WYRAŻA ZGODĘ na rozpowszechnianie przez Organizatora w celach marketingowych, zdjęć i filmów wykonanych podczas Zajęć i obejmujących wizerunek Uczestnika.
2. Zgoda o której mowa w zdaniu poprzedzającym ma charakter nieodpłatny i obejmuje w szczególności rozpowszechnianie zdjęć i filmów poprzez ich publikację w następujących kanałach: - [www.gimnastykawawa.pl](http://www.gimnastykawawa.pl)
  - [www.instagram.com/trenergimnastyki](https://www.instagram.com/trenergimnastyki)
  - [www.facebook.com/trenergimnastyki](https://www.facebook.com/trenergimnastyki)
  - [www.instagram.com/gimnastyka\\_warszawa](https://www.instagram.com/gimnastyka_warszawa)
  - <https://www.facebook.com/gimnastykawarszawa>
3. Zgoda obejmuje także akceptację na wykorzystanie wizerunku we wszelkich materiałach reklamowych Organizatora w tym szczególności w witrynach internetowych lub ulotkach reklamowych firmy Organizatora.
4. Uczestnik może w każdym czasie wystąpić do Organizatora o zaprzestanie publikacji materiałów z własnym wizerunkiem. Organizator dołoży wszelkich starań, aby taka prośba została jak najszybciej spełniona.

## IX. PRZETWARZANIE DANYCH OSOBOWYCH

1. Administratorem danych osobowych Uczestnika jest Paweł Wierzchoń, prowadzący działalność gospodarczą pod firmą Gimnastyka Warszawska sp. z o.o, Wandy 8/41, 03-949 Warszawa. Z administratorem danych można skontaktować się poprzez adres e-mail: [p.wierzchon@gimnastykawawa.pl](mailto:p.wierzchon@gimnastykawawa.pl).
2. Administrator przetwarza następujące dane osobowe:
  - a) Podstawowe dane identyfikacyjne Uczestnika (imię i nazwisko, numer telefonu, adres email)
  - b) pseudonim Uczestnika na portalach społecznościowych
  - c) dane dotyczące zdrowia Uczestnika
  - d) wizerunek Uczestnika
3. Dane osobowe Uczestników przetwarzane są w celu:
  - a) zapewnienia możliwości udziału w zajęciach sportowych (sporządzenia i sprawdzenia listy obecności, potwierdzenie uczestnictwa w Zajęciach oraz dokonania rozliczeń finansowych z Uczestnikami Zajęć)
  - b) przekazywania Uczestnikom wszelkich istotnych informacji związanych z Zajęciami
  - c) informowania Uczestników o innych wydarzeniach sportowych organizowanych lub promowanych przez Organizatora (prelekcjach, szkoleniach, dodatkowych treningach).

4. Podstawy prawne przetwarzania danych osobowych Uczestnika przez Organizatora to:
- a) niezbędność przetwarzania ze względu na konieczność wykonania umowy z Uczestnikiem,
  - b) prawnie uzasadniony interes polegający na bezpośrednim marketingu usług i produktów własnych Organizatora,
  - c) niezbędność do wypełnienia obowiązku prawnego ciążącego na administratorze.
5. Odbiorcami danych osobowych Uczestników (wizerunku oraz danych identyfikacyjnych na portalach społecznościowych – imię/imiona i nazwisko, ew. pseudonim) są inni użytkownicy tych portali. Regulamin zaakceptowany przez Uczestnika przewiduje możliwość udostępniania zdjęć z Zajęć we wskazanych na wstępie grupach w portalach społecznościowych w celach marketingowych, promocji gimnastyki jako formy sportu oraz integracji społeczności gimnastycznej. Dane osobowe Uczestnika mogą zostać również udostępnione na podstawie odrębnych przepisów prawa powszechnie obowiązującego (np. na żądanie sądu lub Policji). Dane osobowe nie są przekazywane poza teren Europejskiego Obszaru Gospodarczego.
6. Dane osobowe będą przetwarzane w celu zapewnienia możliwości udziału w Zajęciach i przekazywania Uczestnikom wszelkich istotnych informacji związanych z Zajęciami - do czasu wygaśnięcia roszczeń wynikających z umowy zawartej z Organizatorem przez Uczestnika. Dane osobowe przetwarzane w celu informowania Uczestników o innych wydarzeniach sportowych organizowanych przez Organizatora lub z udziałem Organizatora - nie dłużej niż do czasu odwołania zgody /wniesienia sprzeciwu przez Uczestnika.
7. Uczestnikowi przysługują następujące uprawnienia realizowane przez kontakt z Organizatorem:
- a) prawo dostępu do treści danych osobowych Uczestnika przez żądanie udostępnienia lub przesłania kopii kompletu danych osobowych Uczestnika przetwarzanych przez Organizatora oraz informacji o przetwarzaniu danych;
  - b) prawo żądania sprostowania danych osobowych Uczestnika;
  - c) przez wskazanie nieprawidłowych danych osobowych, które dotyczą Uczestnika i żądanie ich poprawienia lub aktualizacji;
  - d) prawo żądania usunięcia danych osobowych Uczestnika; Organizator ma prawo odmówić usunięcia danych w wypadkach określonych przez prawo;
  - e) prawo żądania ograniczenia przetwarzania danych osobowych (art. 18 RODO) przez wskazanie, które dane powinny zostać ograniczone w zakresie przetwarzania
  - f) prawo wniesienia sprzeciwu wobec przetwarzania danych osobowych Uczestnika - z przyczyn związanych ze szczególną sytuacją Uczestnika; przetwarzanych na podstawie prawnie uzasadnionego interesu administratora, z przyczyn związanych z Twoją szczególną sytuacją, - w dowolnym momencie – dla celów marketingu bezpośredniego;
  - g) prawo wniesienia skargi do organu nadzorczego, w szczególności w państwie członkowskim zwykłego pobytu Uczestnika, miejsca pracy Uczestnika lub miejsca popełnienia domniemanego naruszenia.
  - h) w przypadku uznania, że przetwarzanie Twoich danych osobowych narusza przepisy RODO prawo dostępu do jego danych oraz prawo żądania ich sprostowania, ich usunięcia lub ograniczenia ich przetwarzania.
  - i) Uczestnikom przysługuje prawo wniesienia skargi do organu nadzorczego zajmującego się ochroną danych osobowych w państwie członkowskim zwykłego pobytu Uczestnika, miejsca pracy lub miejsca popełnienia domniemanego naruszenia. Na terenie Polski:  
Prezes Urzędu Ochrony Danych Osobowych (PUODO)  
Adres: Stawki 2, 00-193 Warszawa Telefon: 22 860 70 86.
8. Podanie danych osobowych jest dobrowolne, ale warunkuje możliwość udziału w Zajęciach.

## **X. POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

1. Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany Regulaminu.
2. Organizator każdorazowo poinformuje uczestników o zmianie Regulaminu przez zamieszczenie jego nowej wersji na stronie: <https://www.facebook.com/gimnastykawarszawa> i udostępnienie kopii nowej treści Regulaminu.
3. W sprawach nieunormowanych w Regulaminie zastosowanie mają przepisy powszechnie obowiązującego prawa.
4. Uznanie za nieważne któregokolwiek z postanowień niniejszego Regulaminu nie wpływa na ważność pozostałych postanowień.
5. Niniejszy Regulamin obowiązuje od dnia 02 lip 2023 r.

**Pozdrawiamy**  
**Firma Gimnastyka Warszawska sp. z o.o**

---