





## REGULAMIN ZAJĘĆ AIKIDO AIKIKAI CZĘSTOCHOWA AIKIDO DOJO

Polskie Stowarzyszenie Aikido

dla osób biorących udział w zajęciach Aikido (dorośli, młodzież) lub zajęciach rekreacyjno-ruchowych z elementami Aikido (dzieci) zwanych dalej Ćwiczącymi (strony 2,3,4)

### § 1 Warunki udziału w zajęciach

1. Do zajęć Aikido mogą przystąpić takie osoby, które przed pierwszymi zajęciami zapoznały się z "Regulaminem zajęć Aikido" złożyły u instruktora prowadzącego wypełnioną *Deklarację Aikido*, opłaciły *Rejestrację* oraz *Karnet zajęć*. W przypadku osób niepełnoletnich w ich imieniu zawsze występują rodzice lub przedstawiciele ustawowi.
2. Dopuszcza się również, że do zajęć Aikido mogą przystąpić osoby na warunkach szczególnych wynikających z odrębnych umów i ustaleń lub innych warunków potwierdzonych przez te osoby pisemnie.
3. Do treningu Aikido mogą zostać dopuszczone osoby zdrowe, które wypełniły "Oświadczenie o stanie zdrowia", nieposiadające urazów i widocznych skaleczeń. Na żądanie instruktora prowadzącego wymagane jest dostarczenie aktualnego zaświadczenia o braku przeciwwskazań do uprawiania Aikido, wydanego przez lekarza posiadającego odpowiednią specjalizację. Odpowiednie zaświadczenie Ćwiczący musi dostarczyć w przeciągu 1 miesiąca od daty rozpoczęcia zajęć (data z Deklaracji Aikido) lub momentu powstania żądania instruktora prowadzącego.
4. Lekarzem posiadającym specjalizację odpowiednią do stwierdzenia stanu zdrowia Ćwiczącego a także potwierdzenia kontuzji i urazów powstałych podczas zajęć Aikido jest lekarz medycyny sportu tj. Poradnia Medycyny Sportowej - Wojewódzki Zakład Opieki Zdrowotnej nad Matką, Dzieckiem i Młodzieżą, Częstochowa ul. Sobieskiego 7A tel. 034/360-61-(32,33,34).
5. Zajęcia Aikido odbywają się w terminach i godzinach podanych w ulotce informacyjnej na sali ćwiczeń oraz dostępnych na stronie internetowej [www.aikido-budo.org](http://www.aikido-budo.org). Zajęcia nie odbywają się w czasie świąt państwowych, dni ustawowo wolnych od pracy, świąt religijnych lub innych wolnych dla administratora obiektu treningowego. Zajęcia, które nie odbyły się z w/w przyczyn przepadają nie podlegają częściowemu lub całkowitemu zwrotowi wpłaconej kwoty opłaty. Dopuszcza się, że zajęcia Aikido, które nie odbyły się z w/w przyczyn mogą zostać odrobione w innym terminie.
6. W wypadku wyjazdu szkoleniowego lub choroby instruktora prowadzącego, termin zajęć lub/i godzina tych zajęć mogą być zmienione lub odwołane. Informacja o tym zostanie podana ustnie na treningu poprzedzającym zmianę (w wypadkach nagłych w postaci ulotki przy wejściu do obiektu). Informacja ta będzie również zamieszczona na internetowej stronie [www.aikido-budo.org](http://www.aikido-budo.org). Zajęcia Aikido, które nie odbyły się z w/w przyczyn zostaną przesunięte na inny termin.
7. W przypadku nieobecności Ćwiczącego w okresie zajęć przez przynajmniej jeden pełny miesiąc przy jednoczesnym braku płatności miesięcznej Ćwiczący jest zawieszany w zajęciach danej grupy.
8. W przypadku zawieszenia Ćwiczącego w zajęciach danej grupy ponowne przystąpienie Ćwiczącego do zajęć jest możliwe po uregulowaniu opłaty *Rejestracja* o ile w danej grupie istnieje odpowiednia liczba wolnych miejsc.
9. Ćwiczący biorący udział w zajęciach zobowiązany jest do posiadania ubezpieczenia NNW obejmującego zajęcia Aikido.
10. Ćwiczący będący osobą niepełnoletnią zobowiązany jest przedstawić zgodę obojga rodziców lub przedstawiciela ustawowego do udziału w zajęciach Aikido.
11. Podczas zajęć Aikido, Ćwiczący wykonują tylko te ćwiczenia i techniki, które zostały zalecone przez prowadzącego zajęcia instruktora.
12. Podczas trwania zajęć Aikido Ćwiczący biorą udział w zajęciach w taki sposób, aby nie narażać siebie oraz osobę / osoby współćwiczące na kontuzję lub inną formę utraty zdrowia.
13. W przypadku nieprzestrzegania postanowień Regulaminu Zajęć Aikido oraz powszechnie przyjętych norm współżycia społecznego Ćwiczący może zostać zawieszony w zajęciach lub usunięty z sekcji.

### § 2 Udział w zajęciach

1. Przystępujący do zajęć Aikido powinni mieć obcięte paznokcie u rąk i nóg a długie włosy powinny być spięte/związane.
2. Do zajęć Aikido Ćwiczący przystępują bez biżuterii, metalowych spinek, zegarków, klipsów, wisiorów, naszyjników, przywieszek oraz makijażu. Ozdoby trwale przymocowane do ciała jak np. kolczyki w uszach, pępku muszą być wyjęte przed przystąpieniem do zajęć.
3. Ćwiczący winni dbać o higienę osobistą i mieć zawsze czysty strój do ćwiczeń.

4. Zajęcia Aikido odbywają się z wykorzystaniem specjalistycznej maty sportowej posiadającej niezbędny atest.
5. Ćwiczący ćwiczą na bosaka, w stroju sportowym do tego przeznaczonym (np. spodnie dresowe, podkoszulka z długimi rękawami, ubranie treningowe), pojedynczo, w grupach lub parach.
6. Zajęcia prowadzone są w zależności od stopnia przygotowania fizycznego ćwiczącego, jego wieku i zaangażowania.
7. Korzystający z sali ćwiczeń przygotowują się do zajęć w pomieszczeniu do tego celu przystosowanym (szatnia).
8. Ćwiczący przechodząc z szatni na salę ćwiczeń, muszą posiadać obuwie zmienne tj. klapki.
9. Ćwiczący stawia się przed salą ćwiczeń przynajmniej 10 minut przed rozpoczęciem zajęć danej grupy treningowej.
10. Przed wejściem na salę ćwiczeń Ćwiczący czekają na wyraźne pozwolenie ustne wejścia na salę wydane przez prowadzącego zajęcia instruktora.
11. Przebywanie na sali ćwiczeń i korzystanie z jej przyrządów jest dozwolone tylko w obecności prowadzącego zajęcia instruktora.
12. Zabronione jest wnoszenie na salę ćwiczeń przedmiotów ostrych, metalowych lub mogących spowodować uszkodzenie zarówno wyposażenia sali ćwiczeń, jak i innych Ćwiczących.
13. Każde wyjście z sali ćwiczeń podczas zajęć musi być bezwzględnie zgłoszone prowadzącemu zajęcia instruktorowi.
14. Ćwiczący nie prowadzą podczas treningu zbędnych rozmów oraz nie używają wulgarnych słów.
15. Ćwiczący korzystający z obiektu zobowiązani są dbać o wygląd i czystość pomieszczeń oraz szanować sprzęt i urządzenia sportowe będące wyposażeniem sali ćwiczeń.
16. Bez zezwolenia właścicieli przedmiotów znajdujących się w sali ćwiczeń zabrania się ich wynoszenia a także wynoszenia innych urządzeń (przedmiotów) stanowiących wyposażenie tejże sali.
17. W wypadku uszkodzenia czy zniszczenia sprzętu sportowego lub innego urządzenia stanowiącego wyposażenie sali ćwiczeń należy niezwłocznie powiadomić o tym prowadzącego zajęcia instruktora lub /oraz właściciela w/w.
18. Za rzeczy wartościowe pozostawione przez ćwiczących w szatni lub na sali ćwiczeń instruktor prowadzący zajęcia nie odpowiada. Klucze od sali ćwiczeń i szatni znajdują się u administratora budynku.
19. Przedmioty wartościowe, telefony komórkowe, klucze, spinki itp. można zostawić na czas trwania treningu na sali ćwiczeń w miejscu do tego przeznaczonym.
20. Zabronione jest przebywanie na sali ćwiczeń osób pozostających pod wpływem alkoholu i środków odurzających.
21. Zabronione jest przebywanie w obrębie obszaru ćwiczeń (mata) osób niebiorących udziału w zajęciach.
22. Zabronione jest przebywanie na sali ćwiczeń osób do tego nieupoważnionych.
23. Organizator zajęć oraz instruktor prowadzący zajęcia nie odpowiada za osoby niepełnoletnie przebywające poza salą ćwiczeń. Osoby niepełnoletnie znajdujące się poza salą ćwiczeń czasowo lub stale, przebywają zawsze pod opieką rodziców/opiekunów ustawowych.
24. Podczas zajęć Aikido, w przypadku wystąpienia kontuzji, urazu lub stanu zagrożenia zdrowia czy innego rodzaju problemów obowiązkiem Ćwiczącego jest natychmiastowe powiadomienie prowadzącego zajęcia instruktora.
25. Dopuszcza się, że uraz lub kontuzję powstałe podczas trwania zajęć Aikido, Ćwiczący lub jego rodzice / przedstawiciele ustawowi mogą zgłosić do 24 godzin od powstania zdarzenia.
26. Zaistniałą kontuzję lub uraz powstały podczas zajęć Aikido potwierdza w postaci pisemnej lekarz medycyny sportu (ust §1 pkt.4). Można w tym celu wykorzystać druk *Zaświadczenie lekarskie*, który jest dostępny na stronie [www.aikido-budo.org](http://www.aikido-budo.org) lub u instruktora prowadzącego zajęcia.
27. Ćwiczący lub jego rodzice / przedstawiciele ustawowi dostarczają odpowiednie zaświadczenie o kontuzji lub urazie powstałym podczas trwania zajęć Aikido w okresie 7 dni od faktu jego zgłoszenia instruktorowi prowadzącemu.
28. Każda choroba Ćwiczącego (inna niż kontuzja powstała podczas treningu Aikido) powodująca jego nieobecność, powinna być zgłoszona drogą elektroniczną / telefonicznie lub osobiście przez Ćwiczącego / rodzica / przedstawiciela ustawowego również w przeciągu 7 dni od ostatniego terminu zajęć Aikido, w których Ćwiczący brał udział.
29. W każdym momencie uczestniczenia Ćwiczącego w zajęciach Aikido w razie wątpliwości co do stanu jego zdrowia, instruktor ma prawo żądać przedstawienia opinii lekarza medycyny sportu (ust §1 pkt.3 i ust §1 pkt.4).
- *ROZPORZĄDZENIE MINISTRA EDUKACJI NARODOWEJ z dnia 12 września 2001 w sprawie szczególnych zasad i warunków prowadzenia działalności w dziedzinie rekreacji ruchowej.*
- *Ustawa o sporcie z dnia 25 czerwca 2010 r. (Dz. U. Nr 127, poz. 857)*
30. Instruktor prowadzący może zawiesić Ćwiczącego w zajęciach Aikido do chwili dostarczenia aktualnego zaświadczenia od lekarza sportowego stwierdzającego dopuszczenie Ćwiczącego do udziału w tych zajęciach.

### § 3 Warunki płatności

1. Zajęcia Aikido są odpłatne i są przeprowadzane zgodnie z ustalonym wcześniej planem zajęć. Płatności są dokonywane w formie opłaty miesięcznej tzw. *Karnet zajęć*.
2. Opłaty za zajęcia Aikido (§ 4 - Opłaty) obowiązują w aktualnym roku szkoleniowym. W tym okresie obowiązuje ciągłość zajęć oraz pobierana jest co miesiąc pełna opłata miesięczna tzw. *Karnet zajęć*, bez względu na ilość treningów wykorzystanych przez Ćwiczącego w danym miesiącu.
3. Każda nieobecność Ćwiczącego na zajęciach jest traktowana jako sytuacja zaistniała z jego winy.
4. Niewykorzystane zajęcia z powodu choroby, spóźnienia, innej nieobecności, nieprzestrzegania przez Ćwiczącego Regulaminu Zajęć lub ustaleń klubowych a także innych przyczyn losowych przepadają i nie są podstawą do zwrotu wpłaconych uprzednio kwot pieniędzy ani też do odrabiania tych zajęć w późniejszym terminie. Możliwość odrabiania takich zajęć może natomiast wynikać z dobrej woli instruktora i wolnych miejsc w danej grupie.
5. Podstawowym dokumentem wpłaty opłaty miesięcznej za zajęcia Aikido jest dla Ćwiczącego druk *Karnet zajęć*.
6. Opłata miesięczna za zajęcia Aikido regulowana jest zawsze przed 1 treningiem rozpoczynającym dany miesiąc kalendarzowy, którego opłata dotyczy ale nie później niż do dnia 5 danego miesiąca kalendarzowego w przypadku zgłoszenia tego faktu instruktorowi prowadzącemu (sms/e-mail/telefon).
7. Dopuszcza się w określonych przypadkach ustalenie innego terminu dokonywania płatności miesięcznych.
8. Wpłata opłaty miesięcznej po terminie płatności, bez poinformowania o tym fakcie instruktora prowadzącego, skutkuje podwyższeniem opłaty miesięcznej o kwotę 20 zł stanowiącą karę umowną.
9. Ćwiczący nieopłacający składek regularnie mogą się spotkać z upomnieniem, a w przypadku znacznych zaległości z odmową udziału w zajęciach do czasu wyjaśnienia sytuacji.

### § 4 Opłaty

	ILOŚĆ TRENINGÓW	MŁODZIEŻ / DOROŚLI	DZIECI	RODZINA
<b>Karnet zajęć I</b> <i>opłata miesięczna przedpłata lub 1 trening w danym miesiącu</i>	2x tydzień	85 zł	85 zł	- 10 zł od opłaty miesięcznej
	1x tydzień	75 zł	75 zł	
<b>Karnet zajęć II</b> <i>wpłata po terminie</i>	2x tydzień	90 zł	90 zł	- 10 zł od opłaty miesięcznej
	1x tydzień	80 zł	80 zł	
<b>Karnet zajęć III</b>	3x tydzień	110 zł		
<b>Treningi jednostkowe (grupa)</b>	1 trening	25 zł		
Rejestracja - opłata roczna <i>(zawiera ubezpieczenie NNW)</i>		30zł		
Treningi indywidualne	Kontakt osobisty			
Polskie Stowarzyszenie Aikido	członkowskie składki roczne, opłaty egzaminacyjne kyu/dan, druki statutowe – według aktualnych opłat PSA			

Zgoda na publikację wizerunku:

Wyrażam (-my) zgodę na publikację wizerunku mojego / mojego dziecka, który może być wykorzystany w postaci filmów i zdjęć w materiałach zamieszczonych na stronie internetowej organizatora zajęć [www.aikido-budo.org](http://www.aikido-budo.org), materiałach promocyjnych oraz propagujących Aikido.

Zastrzeżenie: .....

**Oświadczam, że akceptuję postanowienia powyższego Regulaminem Zajęć Aikido (str. 2,3,4) oraz zobowiązuję się do jego przestrzegania.**

PODPIS (własnoręczny): \_\_\_\_\_

Częstochowa, dnia: \_\_\_\_\_

PODPISY (rodziców/opiekunów – czytelny):

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

SERIA i nr. dowodu osobistego:

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

O naszym KLUBIE dowiedziałem (-am) się z:

internetu  plakatu  ulotki  od osoby ćwiczącej  pokazu  inny .....

#### UWAGI

instruktora prowadzącego: .....