

## **Regulamin wydarzenia „Wielki Trening Seniorów Szczecin 2025”**

### **§1. Postanowienia ogólne**

1. Wydarzenie „Wielki Trening Seniorów na Świeżym Powietrzu” (dalej: Wydarzenie) organizowane jest przez Towarzystwo Wspierania Inicjatyw Kulturalno-Społecznych TWIKS
2. Regulamin określa zasady uczestnictwa, organizacji oraz odpowiedzialności związane z wydarzeniem.
3. Wydarzenie ma charakter rekreacyjny i edukacyjny – promuje aktywność fizyczną wśród seniorów w bezpieczny i przyjazny sposób.

### **§2. Termin i miejsce wydarzenia**

1. Wydarzenie odbędzie się dnia 13 września 2025 roku w godzinach 10-14, na Boisku ul. Witkiewicza 69 w Szczecinie
2. Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany terminu lub miejsca wydarzenia w przypadku złych warunków atmosferycznych lub innych nieprzewidzianych okoliczności.

### **§3. Warunki uczestnictwa**

1. Uczestnikiem Wydarzenia może być każda osoba w wieku 55+, która:
  - a) zapoznała się z niniejszym regulaminem,
  - b) zaakceptowała jego postanowienia,
  - c) wypełniła formularz zgłoszeniowy lub zapisała się telefonicznie/mailowo/online
2. Udział w wydarzeniu jest **bezpłatny**.
3. Wskazane jest posiadanie wygodnego stroju sportowego i obuwia dostosowanego do aktywności fizycznej w terenie.
4. Uczestnik bierze udział w treningu na własną odpowiedzialność i oświadcza, że jego stan zdrowia pozwala na udział w lekkiej aktywności fizycznej.

### **§4. Zasady przebiegu wydarzenia**

1. W programie przewidziane są m.in.: rozgrzewka, ćwiczenia ruchowe dostosowane do możliwości seniorów, elementy gimnastyki i relaksacji.
2. W czasie wydarzenia obecni będą instruktorzy i wolontariusze wspierający uczestników.
3. Organizator zapewnia dostęp do wody pitnej oraz miejsc odpoczynku.

4. Zabrania się uczestnictwa pod wpływem alkoholu, środków odurzających lub leków zaburzających koordynację ruchową.

#### **§5. Bezpieczeństwo i odpowiedzialność**

1. Organizator dąży do wszelkich starań, by zapewnić bezpieczeństwo uczestnikom wydarzenia.
2. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za ewentualne urazy powstałe w wyniku nieprzestrzegania zaleceń prowadzących trening.
3. Uczestnicy zobowiązani są do stosowania się do poleceń organizatorów, prowadzących oraz służb porządkowych.
4. W przypadku złego samopoczucia uczestnik zobowiązany jest natychmiast zgłosić to obsłudze wydarzenia.

#### **§6. Dane osobowe i zgoda na publikację wizerunku**

1. Uczestnik wyraża zgodę na przetwarzanie danych osobowych w celach organizacyjnych wydarzenia zgodnie z obowiązującymi przepisami (RODO).
2. Organizator zastrzega sobie prawo do wykonywania zdjęć podczas wydarzenia i publikowania ich w materiałach promujących działalność Organizatora (strona internetowa, media społecznościowe, broszury), chyba że uczestnik zgłosi sprzeciw przed rozpoczęciem wydarzenia.

#### **§7. Postanowienia końcowe**

1. Regulamin dostępny jest na stronie internetowej organizatora oraz w miejscu wydarzenia.
2. Wszelkie sprawy nieuregulowane w niniejszym regulaminie rozstrzyga Organizator.
3. Przystąpienie do wydarzenia jest jednoznaczne z akceptacją niniejszego regulaminu.