

REGULAMIN UCZESTNICTWA W ZAJĘCIACH AQUA AEROBIK



I. ZASADY OGÓLNE:

1. Niniejszy regulamin określa zasady uczestnictwa w zajęciach Aqua Aerobik odbywających się na pływalni Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Olecku.
2. Każdy z uczestników zajęć Aqua Aerobik zobowiązany jest do zapoznania się z regulaminem przed rozpoczęciem zajęć. Tym samym uczestnictwo w zajęciach Aqua Aerobik jest równoznaczne z akceptacją regulaminu.
3. Uczestnik biorąc udział w zajęciach Aqua Aerobik potwierdza tym samym, iż jest świadomy swojego stanu zdrowia i nie ma żadnych przeciwwskazań lekarskich do uczestnictwa w zajęciach Aqua Aerobik.
4. W przypadku osób niepełnoletnich uczestnictwo w zajęciach Aqua Aerobik możliwe jest od 16. roku życia, przy czym wymagana jest pisemna zgoda prawnego opiekuna.
5. Uczestnictwo w zajęciach odbywa się na własną odpowiedzialność każdego uczestnika.
6. W razie złego samopoczucia lub jakichkolwiek problemów zdrowotnych podczas zajęć Aqua Aerobik należy natychmiast zaprzestać uczestniczenia w zajęciach oraz niezwłocznie poinformować o tym instruktora prowadzącego zajęcia lub ratowników.
7. Uczestnicy zajęć zobowiązani są stosować się do poleceń instruktora prowadzącego zajęcia oraz zobowiązują się dbać o porządek i o sprzęt.
8. Instruktor prowadzący zajęcia oraz Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Olecku nie odpowiadają za szkody i ewentualne kontuzje wynikające z niedostosowania się do poleceń i wskazówek instruktora, nieprzestrzegania regulaminów, a także stanu zdrowia uczestnika.
9. Organizator oraz instruktor prowadzący zajęcia nie bierze odpowiedzialności za ewentualne pogorszenie się stanu zdrowia uczestnika, będące następstwem jego udziału w prowadzonych zajęciach.
10. Ze względów bezpieczeństwa zabrania się żucia gumy, posiadania biżuterii (kolczyków, zegarków, pierścionków, bransolet itp.) podczas zajęć.
11. Zabronione jest uczestnictwo w zajęciach Aqua Aerobik osobom pod wpływem alkoholu, środków odurzających oraz innych środków powodujących obniżenie sprawności psychofizycznej.
12. Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Olecku zastrzega sobie prawo do odwołania zajęć bez podania przyczyny, bez powstania roszczeń z tego tytułu ze strony jego Klientów.
13. Uczestnicy zajęć wyrażają zgodę do używania swojego wizerunku do celów marketingowych (filmy, zdjęcia). Jeżeli klient nie wyraża zgody na umieszczenie swoich zdjęć proszony jest o złożenie pisemnego oświadczenia.

14. Każdy uczestnik Aqua Aerobiku powinien zapoznać się z przeciwwskazaniami do treningu w wodzie.

II. PRZECIWWSKAZANIA DO UCZESTNICTWA W ZAJĘCIACH AQUA AEROBIK:

1. Choroby układu krążenia np.: niewydolność krążenia, migotanie przedsionków, wady serca wrodzone, zakrzepowe zapalenie żył, zapalenia wsierdza, osierdza, ostre i podostre zapalenie mięśnia serca itp.

2. Choroby układu oddechowego np.: zapalenie oskrzeli, zapalenie płuc, rozedma płuc, dychawica oskrzelowa (astma) z częstymi napadami duszności, zawał płuc i inne.

3. Choroby przewodu pokarmowego np.: wrzód żołądka i dwunastnicy, ostry nieżyt żołądka, ostre zapalenie jelit, wirusowe zapalenie wątroby, zapalenie pęcherzyka i dróg żółciowych.

4. Choroby układu dokrewnego np.: nadczynność tarczycy, cukrzyca z powikłaniami, niedoczynność kory nadnerczy.

5. Choroby laryngologiczne np.: uszkodzenie małżowiny i przewodu słuchowego zewnętrznego, ostre zapalenie ucha wewnętrznego, choroby narządu przedsionkowego (błędniaka), ostry i przewlekły nieżyt nosa i jam bocznych nosa, zapalenie migdałków podniebiennych, rozlane zapalenie przewodu słuchowego zewnętrznego.

6. Przeciwwskazania okulistyczne np.: ostre i przewlekłe zapalenie spojówek, zapalenie woreczka łzowego, zapalenie twardówki, odwarstwienie siatkówki, krwotok do ciała szklistego.

7. Przeciwwskazania chirurgiczne: ostre zapalne stany narządów jamy brzusznej, stany zapalne skóry, tkanki podskórnej, mięśni, czyraki, ropne zakażenia.

8. Choroby ginekologiczne np.: stany zapalne narządu rodnego, mięśniaki macicy z krwawieniami, ciąża.

9. Inne, jak np.: stany zagrażające udarem mózgu, ostre i przewlekłe zapalenie nerek, choroby reumatyczne w stanie zaostrzenia, choroby krwi o przebiegu ostrym i postępującym, wszelkie choroby przebiegające z podwyższoną temperaturą ciała.

Regulamin Uczestnictwa w zajęciach Aqua Aerobik jest uzupełnieniem podstawowego Regulaminu pływalni Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Olecku.