

# PILATES NA GRABÓWKU 2017

## 1. CELE ZAJĘĆ

- popularyzacja i upowszechnianie rekreacji ruchowej - Pilates,
- aktywizacja dzieci Grabówka i okolic w zakresie aktywności fizycznej,
- promocja zdrowego stylu życia,
- integracja lokalnych środowisk dzielnicowych

## 2. ORGANIZATOR

- Gdyńskie Stowarzyszenie „FAMILIA”
- Janina Wasylka Radna z Grabówka – pomysłodawca i koordynator zadania

## 3. TERMIN I MIEJSCE ZAJĘĆ

- piątek od 10.03.2017 w godz. 16.30 do 18.00
- Gdynia Grabówek, ilość miejsc ograniczona

## 4. INNE POSTANOWIENIA

- warunkiem uczestnictwa w zajęciach jest akceptacja Regulaminu Uczestnika,
- zajęcia są bezpłatne,
- projekt skierowany jest do dzieci z Grabówka i okolic w wieku od 9 do 16 lat
- uczestnik nie może posiadać przeciwwskazań do uprawiania rekreacji o charakterze wytrzymałościowym (zgoda lekarza pierwszego kontaktu)
- uczestnik podczas zajęć przestrzega poleceń instruktora i organizatorów,
- uczestnicy biorą udział w zajęciach na własną odpowiedzialność,
- instruktor i organizatorzy nie ponoszą odpowiedzialności za pogorszenie się stanu zdrowia zainteresowanych poprzez zbyt nadmierne wykonywanie ćwiczeń niezgodnych z indywidualnymi możliwościami psychoruchowymi,
- organizatorzy nie ponoszą konsekwencji prawnych i finansowych w związku z nieprawidłowym wykonywaniem ćwiczeń,
- uczestnicy zobligowani są do przestrzegania podstawowych zasad bezpieczeństwa oraz kultury osobistej,
- matę do ćwiczeń zapewnia uczestnik,
- uczestników obowiązuje strój sportowy oraz obuwie na zmianę,
- dzieci biorą udział w zajęciach na odpowiedzialność prawnego opiekuna,
- uczestnictwo w zajęciach jest równoznaczne z wyrażeniem zgody na wykorzystywanie przez organizatorów zdjęć i materiałów wideo z wizerunkiem dzieci do działań marketingowych i promocyjnych oraz na portalach społecznościowych,
- uczestnika rekreacji przyprowadza i odbiera prawny opiekun,
- prawny opiekun może przebywać podczas zajęć, jednak obowiązuje go zmiana obuwia i wykonywanie poleceń instruktora i organizatorów zajęć,
- prosimy o zabranie dla dziecka wody do picia oraz małej przekąski ☺,
- niewykluczone, że będzie potrzebny ręcznik i koszulka na zmianę,
- z szatni chłopcy i dziewczynki korzystają z oddzielnych pomieszczeń.

Ze sportowym pozdrowieniem