

REGULAMIN PILATES

1. **Organizator:** Gmina Cieszyn, Rynek 1, 43 – 400 Cieszyn, tel. (33) 4794 200.
2. **Koordynator:** Wydział Sportu Urzędu Miejskiego w Cieszynie, ul. Kochanowskiego 14, 43 – 400 Cieszyn, tel. (33) 4794 392.
3. **Miejsce:** Studio Świadomego Ruchu, ul. Stawowa 6, 43 – 400 Cieszyn.
4. **Termin:** zajęcia odbywać się będą w każdy poniedziałek i środę w godzinach 9:00 – 10:00, za wyjątkiem dni świątecznych i przypadków losowych takich jak m.in.: brak możliwości skorzystania z miejsca przeprowadzania zajęć z przyczyn technicznych, choroba lub inna niedyspozycja prowadzącego itp. Pierwsze zajęcia odbędą się 11.03.2026 r.
5. **Grupa docelowa:** osoby, które ukończyły 55 lat i starsze.
6. **Limit uczestników:** 17 osób.
7. **Specyfika:** zajęcia ogólnousprawniające, niemające charakteru leczniczego ani rehabilitacyjnego.
8. **Cele:**
 - 1) neutralizacja stresu i przeciążenia fizycznego,
 - 2) regeneracja sił fizycznych i psychicznych,
 - 3) kształtowanie ciała i osobowości.
8. **Prowadzący:** Monika Sokalska.
9. **Odpłatność:** zajęcia są bezpłatne.
10. **Zasady uczestnictwa:**
 - 1) w zajęciach mogą brać udział osoby, które ukończyły 55 lat i starsze,
 - 2) podpisanie listy uczestnictwa jest równoznaczne:
 - a) z wyrażeniem zgody na udział w zajęciach,
 - b) z akceptacją regulaminu,
 - c) z oświadczeniem o braku przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w zajęciach.
 - 3) koordynator ma prawo kontrolować zajęcia pod względem merytorycznym,
 - 4) uczestnik zabezpiecza w własnym zakresie strój, obuwie zmienne, ręcznik, matę i wodę do picia,
 - 5) uczestnicy pozostawiają okrycia wierzchnie w szatni,
 - 6) w sali gimnastycznej obowiązuje obuwie zmienne,
 - 7) uczestnicy zajęć zobowiązani są przestrzegać poleceń prowadzącego,
 - 8) uczestnicy opuszczają salę gimnastyczną po zakończeniu zajęć bez zbędnej zwłoki,
 - 9) uczestnicy są zobowiązani do utrzymania czystości i porządku w sali gimnastycznej oraz w szatniach i toaletach,
 - 10) osoby niszczące sprzęt lub urządzenia ponoszą odpowiedzialność materialną za wyrządzone szkody,
 - 11) organizator nie ponosi odpowiedzialności za przedmioty wartościowe pozostawione w szatni i w sali.
11. **Zasady ochrony danych osobowych:**
 - 1) administratorem w rozumieniu ogólnego rozporządzenia o ochronie danych (RODO) uczestników zajęć pilates jest Burmistrz Miasta Cieszyna, Rynek 1, 43-400 Cieszyn,
 - 2) przetwarzanie danych osobowych oraz utrwalenie i wykorzystanie wizerunku w związku z organizacją zajęć pilates, będzie odbywać się na podstawie wyrażonej przez uczestnika zgody, stanowiącej załącznik nr 1 do niniejszego Regulaminu,
 - 3) szczegółowe informacje o zasadach przetwarzania danych osobowych zawarte są w klauzuli informacyjnej, stanowiącej załącznik nr 2 do niniejszego Regulaminu.
12. **Przeciwwskazania do udziału:**
 - 1) osoby chore oraz z przeciwwskazaniami zdrowotnymi,
 - 2) osoby pod wpływem alkoholu i środków psychoaktywnych, odurzających,
 - 3) osoby z chorobami zakaźnymi górnych dróg oddechowych, skóry, z ranami otwartymi, innymi chorobami,
 - 4) osoby mocno rozgrzane, po obfitym posiłku.

Sokalska M.

NACZELNIK
Wydziału Sportu
Paulina Ligocka-Andrzejewska

**Zgoda
na przetwarzanie danych osobowych i wykorzystanie wizerunku**

Ja, niżej podpisany/a

.....
(imię i nazwisko)

Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych w zakresie imię i nazwisko, wizerunek przez Administratora danych– Burmistrza Miasta Cieszyna, ul. Rynek 1, 43 – 400 Cieszyn, w celu udziału w zajęciach pilates w tym w celach promocyjnych, dokumentacyjnych oraz komunikacyjnych. Wyrażenie zgody jest dobrowolne i mogę ją w dowolnym momencie wycofać z tym, że wycofanie zgody nie będzie miało wpływu na zgodność z prawem przetwarzania na podstawie zgody przed jej wycofaniem. Zasady przetwarzania danych zostały określone w klauzuli informacyjnej stanowiącej załącznik do Regulaminu zajęć pilates.

.....
(data, podpis)

KLAUZULA INFORMACYJNA
w sprawie przetwarzania danych osobowych

Zgodnie z art. 13 ust. 1 i 2 Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (ogólne rozporządzenia o ochronie danych) (Dz. Urz. UE L 119 z 4.05.2016, str.1), zwanego dalej rozporządzeniem 2016/679 informujemy, Panią/Pana że:

1. Administratorem Pani/Pana danych osobowych jest Burmistrz Miasta Cieszyna, Rynek 1, 43 – 400 Cieszyn, e – mail: urząd@um.cieszyn.pl;
2. Dane kontaktowe inspektora ochrony danych: Urząd Miejski w Cieszynie, Rynek 1, 43 – 400 Cieszyn, e – mail: iod@um.cieszyn.pl;
3. Pani/Pana dane osobowe przetwarzane będą w celu organizacji zajęć pilates na podstawie art. 6 ust. 1 lit. a; rozporządzenia 2016/679 – osoba, której dane dotyczą wyraziła zgodę na przetwarzanie swoich danych osobowych w jednym lub większej liczbie określonych celów;
4. Odbiorcą Pani/Pana danych osobowych będą osoby zainteresowane aktywnością fizyczną seniorów, prowadzący zajęcia pilates. Ponadto mogą być one ujawnione podmiotom, z którymi Burmistrz Miasta Cieszyna zawarł umowę na świadczenie usług serwisowych dla systemów informatycznych wykorzystywanych przy ich przetwarzaniu.
5. Pani/Pana dane osobowe będą przechowywane przez okres niezbędny do realizacji celu przetwarzania a następnie przez okres ustalony zgodnie z:
 - 1) ustawą z dnia 14 lipca 1983 r. o narodowym zasobie archiwalnym i archiwach,
 - 2) Rozporządzeniem Prezesa Rady Ministrów z dnia 18 stycznia 2011 r. w sprawie instrukcji kancelaryjnej, jednolitych rzeczowych wykazów akt oraz instrukcji w sprawie organizacji i zakresu działania archiwów zakładowych.
6. Posiada Pani/Pan prawo do:
 - 1) dostępu do treści swoich danych osobowych,
 - 2) sprostowania swoich danych osobowych,
 - 3) usunięcia danych osobowych,
 - 4) ograniczenia przetwarzania danych osobowych,
 - 5) cofnięcia zgody w dowolnym momencie bez wpływu na zgodność z prawem przetwarzania, którego dokonano na podstawie zgody przed jej cofnięciem,
 - 6) wniesienia skargi do Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych, gdy uzna Pani/Pan, iż przetwarzanie danych osobowych dotyczących Pani/Pana danych narusza przepisy rozporządzenia 2016/679;
7. Podanie przez Panią/Pana danych osobowych jest dobrowolne, jednak bez ich podania nie będzie możliwy udział w zajęciach;
8. Pani/Pana dane osobowe nie będą wykorzystywane do zautomatyzowanego podejmowania decyzji, w tym profilowania, o którym mowa w art. 22 ust. 1 i 4 rozporządzenia 2016/679.