

**Regulamin zajęć gimnastycznych dla seniorów
organizowanych przez Spółdzielnię Mieszkaniową „Lazurowa”**

§1

Ogólne warunki

1. Regulamin określa warunki uczestnictwa członków, właścicieli, współwłaścicieli, współmałżonków członków lokali mieszkalnych znajdujących się w zasobach Spółdzielni Mieszkaniowej „Lazurowa w zajęciach gimnastycznych, organizowanych przez Spółdzielnię Mieszkaniową „Lazurowa” z siedzibą w Warszawie (adres: ul. Rozłogi 8, 01-310 Warszawa), wpisaną do rejestru przedsiębiorców, prowadzonego przez Sąd Rejonowy dla m. st. Warszawy w Warszawie, XIII Wydział Gospodarczy KRS, za numerem: 0000006022, REGON: 006232786, NIP: 5250007106 („**Organizator**”).
2. Zajęcia odbywają się w klubie sportowym „Mini Fit Fight Gym”, ul. Rozłogi 8 w Warszawie.
3. Celem zajęć jest aktywizacja osób starszych, poprawa kondycji. Program nie zastępuje rehabilitacji ani terapii specjalistycznej i ma charakter gimnastyki ogólnorozwojowej mającej na celu poprawę kondycji fizycznej.
4. Uczestnictwo w zajęciach jest możliwe wyłącznie po zapoznaniu się z treścią niniejszego Regulaminu, akceptacji jego postanowień oraz złożeniu wymaganych oświadczeń, o których mowa w §2.

§2

Warunki uczestnictwa

1. W zajęciach mogą uczestniczyć osoby fizyczne, które ukończyły 60 rok życia, posiadające pełną zdolność do czynności prawnych, bez żadnych przeciwwskazań do wykonywania ćwiczeń fizycznych.
2. Przed pierwszymi zajęciami każdy uczestnik zobowiązany jest do podpisania pisemnego oświadczenia, w którym:
 - a) poda dane kontaktowe,
 - b) zaakceptuje warunki niniejszego Regulaminu,



- c) oświadczy, że jego stan zdrowia pozwala na udział w zajęciach gimnastycznych,
 - d) przyjmie odpowiedzialność za ewentualne skutki zdrowotne związane z uczestnictwem,
 - e) wyrazi zgodę na przetwarzanie danych osobowych i wykorzystanie wizerunku zgodnie z §4 i 5.
3. Zdolność fizyczną do uprawiania gimnastyki uczestnicy określają na własną odpowiedzialność.
 4. Proces zapisu osoby (dalej: „**Uczestnik**”) na zajęcia odbywa się poprzez zgłoszenie osobiste, telefoniczne do Sekretariatu Spółdzielni lub na adres mailowy biuro@smlazurowa.pl
 5. Uczestnik przyjmuje do wiadomości, że warunkiem uczestnictwa w zajęciach „Gimnastyka dla seniora” jest podanie danych osobowych: imienia i nazwiska, adresu zamieszkania oraz numeru telefonu, w celach kontaktowych. Wszelkie informacje dot. przetwarzania danych osobowych zawarte są w §5.
 6. Opłata za zajęcia w wysokości ustalonej przez Zarząd Spółdzielni Mieszkaniowej „Lazurowa”, uiszczana jest z góry, najpóźniej dzień przed rozpoczęciem zajęć, w Kasie Spółdzielni lub przelewem na numer rachunku bankowego:

PKO BP: 29 1020 1185 0000 4802 0011 9057 z tytułem przelewu: „Gimnastyka dla seniorów”

Nieopłacenie zajęć skutkuje usunięciem z listy uczestników.
 7. Opłata za zajęcia jest imienna i nie może być przekazywana innej osobie.
 8. Instruktor nie jest upoważniony do pobierania opłat za zajęcia.
 9. Dokonanie formalności, o których mowa w ust. 1-5 jest warunkiem uczestnictwa w zajęciach, co następuje przed rozpoczęciem zajęć po okazaniu trenerowi dowodu uiszczenia opłaty, o której mowa w ust. 6.
 10. Zajęcia odbywają się według wcześniej ustalonego harmonogramu dla każdej z grup uczestników i trwają 1 godzinę.
 11. W przypadku jednorazowej lub dłuższej nieobecności uczestnika na zajęciach, z powodu choroby lub innych ważnych czynników uniemożliwiających



uczestnictwo należy zgłosić ten fakt do Sekretariatu Spółdzielni Mieszkaniowej „Łazurowa”.

12. Osoby, które są nieobecne przez 2 zajęcia z rzędu i nie poinformują o niedyspozycji (np. o chorobie lub wyjeździe do sanatorium itp.) zostaną wykreślone z listy uczestników.
13. Dokumentem potwierdzającym obecność na zajęciach jest prowadzona przez trenera lista obecności.
14. W zajęciach mogą brać udział tylko osoby zapisane, znajdujące się na liście instruktora.
15. Podpisanie karty uczestnictwa w zajęciach oznacza akceptację wszystkich zapisów niniejszego Regulaminu.
16. W przypadku rezygnacji z zajęć uczestnik zobowiązuje się do pisemnego poinformowania Organizatora.

§3

Zasady bezpieczeństwa

1. Organizator zapewnia uczestnikom opiekę wykwalifikowanego trenera, jednak Uczestnik korzysta z zajęć dobrowolnie i na własną odpowiedzialność oraz zobowiązuje się do przestrzegania zasad bezpieczeństwa i zaleceń instruktora.
2. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za wypadki ani urazy wynikające z nieprzestrzegania Regulaminu, zasad bezpieczeństwa oraz zaleceń instruktora w związku z udziałem w zajęciach oraz podczas drogi na zajęcia.
3. Uczestnik rozumie i zgadza się na wzięcie udziału w zajęciach mając świadomość, że Organizator nie zapewnia opieki medycznej ani żadnej innej pomocy, w tym w szczególności transportu w przypadku odniesienia przez Uczestnika urazu podczas Warsztatów.
4. Korzystanie z sali odbywa się zgodnie z jej przeznaczeniem, w szczególności obowiązuje zakaz palenia tytoniu, spożywania alkoholu oraz zażywania substancji odurzających.
5. W czasie zajęć w sali mają prawo przebywać tylko uczestnicy oraz trenerzy.
6. Podczas zajęć obowiązuje zmienny strój do ćwiczeń i obuwie treningowe. Organizator nie zapewnia uczestnikom stroju ani obuwia treningowego i nie ponosi



odpowiedzialności za ich stan, jakość ani ewentualne szkody wynikające z ich używania.

7. Trenerzy sportowi nie ponoszą odpowiedzialności za uczestników zajęć, zarówno przed rozpoczęciem zajęć, jak i po ich zakończeniu.
8. Trenerzy nie ponoszą odpowiedzialności za uczestników opuszczających salę w trakcie zajęć.
9. Każdy uczestnik zajęć zobowiązany jest do przestrzegania Regulaminu zajęć, zasad bezpieczeństwa i kulturalnego zachowania się względem współuczestników zajęć, trenera i organizatora.
10. Instruktor może odmówić uczestnictwa w zajęciach osobom:
 - a) które nie stosują się do poleceń i nie przestrzegają zaleceń niniejszego Regulaminu,
 - b) znajdującym się pod wpływem alkoholu, środków odurzających, psychoaktywnych i innych podobnie działających.
 - c) zachowującym się agresywnie, prowokacyjnie albo w inny sposób stwarzającym zagrożenie bezpieczeństwa lub porządku
 - d) wykazującym objawy chorobowe, takie jak np. gorączka, kaszel, złe samopoczucie.
11. W przypadku wystąpienia niepokojących objawów (np. pogorszenia samopoczucia, mdłości, bóli, osłabienia) należy przerwać wykonywanie ćwiczeń i zgłosić dolegliwości trenerowi prowadzącemu zajęcia. W razie wystąpienia jakichkolwiek dolegliwości zdrowotnych przed zajęciami, Uczestnik jest zobowiązany powiadomić o nich trenera przed rozpoczęciem zajęć.

§4

Wykorzystanie wizerunku

1. Uczestnik wyraża zgodę na nieodpłatne utrwalanie i wykorzystanie swojego wizerunku w materiałach promocyjnych Organizatora, w tym na stronach internetowych, ulotkach i plakatach, zgodnie z art. 81 ust. 1 ustawy z dnia 4 lutego 1994 o prawie autorskim i prawach pokrewnych (Dz.U.2025.24 t.j).



2. Uczestnik upoważnia Organizatora do wykorzystania jego utwalonego wizerunku w następujących formach:
 - a) utrwalanie i zwielokrotnienie jakąkolwiek znaną techniką oraz rozpowszechnianie w dowolnej formie,
 - b) udostępnianie podmiotom współdziałającym z Organizatorem w celach zgodnych z organizacją zajęć, w tym do wykorzystania ich do promocji Organizatora lub organizowanych przez niego zajęć,
 - c) wprowadzenia do pamięci komputera i do sieci multimedialnej,
 - d) zwielokrotnianie zapisu utwalonego wizerunku,
 - e) publiczne wystawienie, wyświetlenie, odtwarzanie oraz nadawanie i reemitowanie, a także publiczne udostępnianie w taki sposób, aby każdy mógł mieć do niego dostęp w miejscu i w czasie przez siebie wybranym,
 - f) zamieszczanie i publikowanie w prasie, na stronach internetowych, plakatach i bilbordach,
 - g) emisja w przekazach telewizyjnych i radiowych,
 - h) *publikowanie zdjęć uczestnika z udziału w zajęciach.*
3. Wizerunek uczestnika może być wykorzystywany w szczególności w celach informacyjnych, promocyjnych oraz marketingowych związanych z działalnością Organizatora, w tym promowaniem aktywnego i zdrowego trybu życia oraz organizacją zajęć gimnastycznych.
4. Rozpowszechnianie wizerunku odbywa się na podstawie zgody, o której mowa w art. 81 ust. 1 ustawy z dnia 4 lutego 1994 roku o prawie autorskim i prawach pokrewnych. Zgoda jest udzielona przez uczestnika poprzez akceptację niniejszego Regulaminu.
5. Uczestnik zrzeka się wszelkich roszczeń, w tym także o wynagrodzenie (istniejących i przyszłych) z tytułu udostępnienia i rozpowszechniania jego wizerunku w celach określonych w niniejszym Regulaminie.
6. Zezwolenie na wykorzystanie wizerunku oraz oświadczenie o zrzeczeniu się roszczeń stanowi oświadczenie woli uczestnika w rozumieniu art. 60 ustawy z dnia 23 kwietnia 1964 roku Kodeks cywilny (Dz.U. 2024.1061 t.j.).



7. Uczestnik ma prawo do cofnięcia zgody na wykorzystanie wizerunku. Cofnięcie zgody nie ma wpływu na zgodność z prawem wcześniejszego przetwarzania.
8. W przypadku cofnięcia zgody na wykorzystanie wizerunku Uczestnika, Uczestnik zobowiązany jest do pokrycia wszelkich kosztów poniesionych przez Organizatora w związku z wykorzystaniem wizerunku na podstawie uprzedniej zgody oraz kosztów koniecznych do poniesienia celem wycofania wizerunku uczestnika. Do kosztów określonych w zdaniu poprzedzającym zaliczyć należy w szczególności koszt wykonania utrwalenia wizerunku oraz obróbki wykonanego materiału dla celów określonych przez Organizatora, koszt projektu i wykonania ewentualnych materiałów promocyjnych, reklamowych etc. oraz koszt cofnięcia określonych wyżej czynności podejmowanych przez Organizatora.

§5

Przetwarzanie danych osobowych

1. Administratorem danych osobowych Uczestników jest Organizator tj. Spółdzielnia Mieszkaniowa „Lazurowa” z siedzibą w Warszawie (adres: ul. Rozłogi 8, 01-310 Warszawa), wpisana do rejestru przedsiębiorców, prowadzonego przez Sąd Rejonowy dla m. st. Warszawy w Warszawie, XIII Wydział Gospodarczy KRS, za numerem: 0000006022, REGON: 006232786, NIP: 5250007106.
2. Administrator przetwarza dane osobowe Uczestnika określone przez niego w przedłożonych Organizatorowi oświadczeniach, w tym imię, nazwisko, adres zamieszkania, numer telefonu, a także utrwalony wizerunek uczestnika.
3. Dane osobowe Uczestników biegów będą przetwarzane przez Organizatora w celu:
 - a) organizacji zajęć gimnastycznych,
 - b) kontaktu z uczestnikami w sprawach związanych z zajęciami,
 - c) promocji działalności Spółdzielni, w tym wykorzystania wizerunku uczestnika zgodnie z §4 niniejszego Regulaminu,
 - d) archiwizacji zgód i oświadczeń przedłożonych przez uczestników.
4. Podstawą przetwarzania danych osobowych jest:



- a) zgoda uczestnika (art. 6 ust. 1 lit. a RODO) na udział w zajęciach oraz na wykorzystanie wizerunku w materiałach promocyjnych,
 - b) niezbędność przetwarzania danych w celu wykonania umowy (art. 6 ust. 1 lit. b RODO), tj. organizacji zajęć gimnastycznych, w tym zapewnienia ich prawidłowego przebiegu oraz kontaktu z uczestnikami w sprawach związanych z uczestnictwem, oraz
 - c) uzasadniony interes administratora (art. 6 ust. 1 lit. f RODO) w zakresie zabezpieczenia ewentualnych roszczeń.
5. Dane Uczestników przetwarzane będą w dniu zajęć oraz przez okres 2 lat od zakończenia udziału w zajęciach. W przypadku odniesienia urazów lub skierowania w stosunku do Organizatora roszczeń, dane przetwarzane będą przez okres niezbędny do zabezpieczenia interesów Administratora tj. do czasu przedawnienia roszczeń Uczestnika. Dane z utrwalonego wizerunku Uczestnika przetwarzane będą przez okres wynikający z celu utrwalenia i wykorzystania wizerunku określonego w §4 Regulaminu.
 6. Dane osobowe Uczestników będą wykorzystywane i przetwarzane przez Organizatora zgodnie z przepisami powszechnie obowiązującego prawa w szczególności z przepisami 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 rozporządzenie o ochronie danych) (Dz.U.UE.L.2016.119.1) oraz ustawy z dnia 10 maja 2018 roku o ochronie danych osobowych (Dz.U.2018.1000).
 7. Podanie danych osobowych oraz wyrażenie zgody na ich przetwarzanie jest dobrowolne, jednak ich niepodanie lub brak zgody na przetwarzanie w celach określonych w ust. 2 uniemożliwia udział w zajęciach gimnastycznych.
 8. Uczestnik ma prawo dostępu do treści swoich danych, ich sprostowania, usunięcia, ograniczenia przetwarzania, prawo do przenoszenia danych, prawo do cofnięcia zgody w dowolnym momencie bez wpływu na zgodność z prawem dotychczasowego przetwarzania.



9. Każdemu uczestnikowi przysługuje prawo wniesienia sprzeciwu wobec podejmowanych czynności przetwarzania oraz prawo do wniesienia skargi do Organu Nadzorczego.
10. Dane osobowe uczestników nie będą przekazywane do państw z poza Europejskiego Obszaru Gospodarczego oraz Organizacji Międzynarodowych.
11. Dane osobowe uczestników nie będą przetwarzane w sposób zautomatyzowany oraz nie będą poddane profilowaniu.
12. Organizator powołał inspektora ochrony danych osobowych, który czuwa nad przestrzeganiem zasad ochrony danych gromadzonych i przetwarzanych przez Organizatora.

Dane kontaktowe inspektora: iod@smlazurowa.pl

§6

Postanowienia końcowe

1. W sprawach nieuregulowanych niniejszym regulaminem stosuje się przepisy Kodeksu Cywilnego.
2. Wszelkie kwestie sporne, które nie zostały uregulowane w niniejszym regulaminie, będą rozstrzygane w pierwszej kolejności w drodze negocjacji, a w razie braku porozumienia, zgodnie z przepisami obowiązującego prawa .
3. Uczestnictwo w zajęciach jest jednoznaczne z akceptacją powyższego Regulaminu oraz zapoznaniem się z klauzulą informacyjną dotyczącą ochrony danych osobowych.
4. Zarząd Spółdzielni Mieszkaniowej „Lazurowa” zastrzega sobie prawo do zmian w Regulaminie.
5. Organizator zastrzega sobie prawo do zmian w Regulaminie. O wszelkich zmianach uczestnicy zostaną poinformowani z co najmniej 7-dniowym wyprzedzeniem, a zmiany te będą obowiązywać od daty wskazanej w treści regulaminu.
6. Wszelkie zmiany Regulaminu oraz bieżące informacje będą przekazywane uczestnikom poprzez trenera, stronę internetową Organizatora lub za pomocą innych środków komunikacji, takich jak kontakt telefoniczny lub e-mailowy.



7. Niniejszy Regulamin został uchwalony Uchwałą Zarządu nr 1/2025 z dnia 23.01.2025 r. z mocą obowiązującą od dnia 01.02.2025 r.

CZŁONEK ZARZĄDU
GŁÓWNY KSIĘGOWY
Spółdzielni Mieszkaniowej „LAZUROWA”

mgr Dorota Dolota
.....

Członek Zarządu

PREZES ZARZĄDU
Spółdzielni Mieszkaniowej „LAZUROWA”

Zbigniew Gaca-Richter
.....

Prezes Zarządu

Załącznik nr 1

OŚWIADCZENIE UCZESTNIKA O ZAPOZNANIU Z REGULAMINEM I WYRAŻENIU ZGODY NA PRZETWARZANIE DANYCH		
Dane identyfikacyjne uczestnika		
imię	nazwisko	Dane kontaktowe (adres zamieszkania, numer telefonu, e-mail)
<p>Oświadczam, że:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. jestem osobą pełnoletnią i mam pełną zdolność do czynności prawnych; 2. zapoznałam/em się z Regulaminem zajęć gimnastycznych organizowanych przez Spółdzielnię Mieszkaniową „Łazurowa”, zrozumiałam/am jego treść i w pełni akceptuję określone w nim warunki uczestnictwa; 3. rozumiem, że podczas zajęć gimnastycznych realizowane będą materiały fotograficzne oraz wideo na których mogę zostać uwieczniona/y; 4. wyrażam zgodę na wykorzystanie mojego wizerunku na zasadach określonych w ww. Regulaminie; 5. zapoznałam/em się z zamieszczoną w Regulaminie, treścią klauzuli o przetwarzaniu danych osobowych w związku z organizacją i przeprowadzeniem zajęć gimnastycznych; 6. nie posiadam chorób oraz schorzeń przewlekłych ograniczających sprawność fizyczną lub wymagających ode mnie powstrzymania się od wysiłku fizycznego; 7. zgodnie z najlepszą posiadaną przeze mnie wiedzą, mój stan zdrowia w pełni pozwala na wzięcie aktywnego udziału w zajęciach gimnastycznych, 8. rozumiem, że Organizator nie zapewnia uczestnikom zajęć opieki medycznej, ubezpieczeń, ochrony, transportu ani żadnych innych świadczeń nie wymienionych wprost w Regulaminie; 9. jestem świadoma/y, że uczestnictwo w zajęciach odbywa się na moją wyłączną odpowiedzialność, a wszelkie ryzyka związane z uczestnictwem (np. kontuzje lub urazy) są moją odpowiedzialnością; 10. ponoszę pełną i wyłączną odpowiedzialność za wszelkie ewentualne szkody wyrządzone przeze mnie komukolwiek podczas, w wyniku lub w związku z moim uczestnictwem w zajęciach; 11. w przypadku jakiegokolwiek szkody poniesionej osobiście przeze mnie nie będę wnosić jakichkolwiek roszczeń z tego tytułu wobec Organizatora - Spółdzielni Mieszkaniowej „Łazurowa” ani, pracowników, współpracowników lub innych osób pracujących podczas zajęć. Niniejszym zwalням podmioty wymienione w zdaniu poprzedzającym ze wszelkiej odpowiedzialności za doznane przeze mnie szkody, które związane są z moim uczestnictwem w zajęciach. 		
Data	Podpis	

