

REGULAMIN ZAJĘĆ AIKIDO
AIKIDO AIKIKAI CZĘSTOCHOWA "AIKI-BUDO" DOJO (strony 2,3,4)

§ 1 Warunki udziału w zajęciach

1. Kryteria wiekowe udziału w zajęciach Aikido organizowanych przez AIKIDO AIKIKAI CZĘSTOCHOWA "AIKI-BUDO" DOJO
Dzieci - formy bezkontaktowe, w których uprawianie lub rywalizacja odbywają się w postaci demonstracji techniki albo walki reżyserowanej i zadaniowej:
do ukończenia 6 lat – zajęcia Aikido oparte na naturalnych formach ruchu w formie gier i zabaw ruchowych, od ukończenia 6 lat – zajęcia Aikido oparte na naturalnych formach ruchu, rozwijające koordynację ruchu, które nie przeciążają wybiórczo układu ruchu, od ukończenia 8 lat – zajęcia Aikido rozwijające oprócz zwinności także szybkości i dynamikę ruchu, od ukończenia 10 lat – zajęcia Aikido rozwijające wytrzymałości i siłę, od ukończenia 13 lat – zajęcia Aikido, w których wprowadza się w pełnym zakresie trening wytrzymałościowy, od ukończenia 15 lat – zajęcia Aikido, w których wprowadza się w pełnym zakresie statyczne ćwiczenia siłowe
Młodzież / dorośli:
od ukończenia 16 lat – zajęcia Aikido, w których wprowadza się w pełnym zakresie wszystkie elementy jak wyżej z pełnym kontaktem i maksymalną siłą fizyczną z elementami ataków uderzeń lub kopnięć
2. Do zajęć Aikido mogą przystąpić takie osoby, które przed pierwszymi zajęciami: zapoznały się z "Regulaminem zajęć Aikido", złożyły u instruktora prowadzącego wypełnioną i podpisaną Deklarację Aikido, opłaciły opłaty Rejestracja oraz Karnet zajęć. W przypadku osób niepełnoletnich w ich imieniu zawsze występują rodzice lub przedstawiciele ustawowi.
3. Do treningu Aikido mogą zostać dopuszczone osoby zdrowe, które wypełniły "Oświadczenie o stanie zdrowia", nieposiadające urazów i widocznych skaleczeń.
4. Na żądanie instruktora prowadzącego wymagane jest dostarczenie aktualnego zaświadczenia o braku przeciwwskazań do uprawiania Aikido, wydane przez lekarza posiadającego odpowiednią specjalizację.
5. Lekarzem posiadającym specjalizację odpowiednią do stwierdzenia stanu zdrowia Ćwiczącego a także potwierdzenia kontuzji i urazów powstałych podczas zajęć Aikido jest lekarz medycyny sportu tj. Poradnia Medycyny Sportowej - Wojewódzki Zakład Opieki Zdrowotnej, Częstochowa ul. Sobieskiego 7A lub inny lekarz medycyny sportu wskazany przez instruktora prowadzącego.
6. Zajęcia Aikido odbywają się w terminach i godzinach podanych publicznie oraz dostępnych na stronie internetowej www.aikidoczestochowa.pl i www.facebook.com/aikidowczestochowie. Zajęcia nie odbywają się w czasie świąt, dni ustawowo wolnych od pracy lub innych dni wolnych dla administratora obiektu treningowego. Zajęcia, które nie odbyły się z w/w przyczyn przepadają i nie podlegają częściowemu lub całkowitemu zwrotowi wpłaconej uprzednio opłaty. Dopuszcza się, że zajęcia Aikido, które nie odbyły się z w/w przyczyn mogą zostać przeprowadzone w innym terminie.
7. W wypadku wyjazdu szkoleniowego lub choroby instruktora prowadzącego, termin zajęć lub/i godzina tych zajęć mogą być zmienione lub odwołane. Informacja o tym zostanie podana na treningu poprzedzającym zmianę a w wypadkach nagłych w postaci informacji sms i zamieszczona na internetowej stronie www.aikidoczestochowa.pl oraz www.facebook.com/aikidowczestochowie. Zajęcia Aikido, które nie odbyły się z w/w przyczyn mogą zostać przesunięte na inny termin.
8. W przypadku nieobecności Ćwiczącego na zajęciach przez 1 miesiąc przy braku płatności za ten miesiąc lub braku informacji co do przyczyn tej nieobecności Ćwiczący jest skreślany z listy zajęciowej danej grupy z datą pierwszych zajęć w miesiącu następnym.
9. W przypadku nieobecności Ćwiczącego na zajęciach przez co najmniej 2 miesiące bez względu na okoliczności tej nieobecności Ćwiczący podlega procedurze ponownej rejestracji zgodnie z § 1 pkt.2.
10. Ćwiczący biorący udział w zajęciach musi posiadać ubezpieczenie od następstw nieszczęśliwych wypadków obejmujących dyscyplinę rekreacji ruchowej Aikido.
11. Ćwiczący będący osobą niepełnoletnią zobowiązany jest przedstawić zgodę obojga rodziców lub przedstawicieli ustawowych do udziału w tych zajęciach. Dopuszcza się w określonych przypadkach, że wyraża zgodę tylko jeden z rodziców/przedstawicieli ustawowych.

§ 2 Udział w zajęciach Aikido

1. Podczas zajęć, Ćwiczący stosują się do poleceń instruktora prowadzącego zajęcia. Wykonując te polecenia w ciszy i skupieniu oraz zachowując bezpieczeństwo swoje i współćwiczących można ustrzec się przed wypadkiem. Jeżeli zbytne rozkojarzenie mogłoby przeszkodzić w treningu należy zwolnić się z czynnego uczestnictwa w zajęciach.
2. Ćwiczący wykonują tylko te ćwiczenia i techniki, które zostały zalecone przez prowadzącego zajęcia instruktora.
3. Ćwiczący ćwiczą tylko w obecności prowadzącego instruktora na jego wyraźne polecenie lub przyzwolenie i tylko to co on zalecił.
4. Podczas trwania zajęć Ćwiczący biorą udział w zajęciach w taki sposób, aby nie narażać siebie oraz osobę lub osoby współćwiczące na kontuzję lub inną formę utraty zdrowia.
5. Przystępujący do zajęć powinni mieć obcięte paznokcie u rąk i nóg a długie włosy powinny być spięte/związane.
6. Ćwiczący przystępują do zajęć bez biżuterii, spinek, kolczyków, zegarków, klipsów, wisiorków, naszyjników, przywieszek oraz makijażu. Ozdoby metalowe przymocowane do ciała muszą być wyjęte przed przystąpieniem do zajęć.
7. Ćwiczący powinni dbać o higienę osobistą i mieć zawsze czysty strój do ćwiczeń.
8. Zajęcia Aikido odbywają się z wykorzystaniem specjalistycznej maty sportowej posiadającej niezbędny atest.
9. Ćwiczący ćwiczą na bosaka, w stroju sportowym do tego przeznaczonym (np. spodnie dresowe, podkoszulka z długimi rękawami, ubranie treningowe), pojedynczo, w grupach lub parach.
10. Zajęcia prowadzone są w zależności od stopnia przygotowania fizycznego ćwiczącego, jego wieku i zaangażowania w grupach dziecięcych

(maks. 14 osób/grupa) oraz młodzież, dorośli (maks. 16 osób/grupa).

11. Zajęcia Aikido w przypadku grup dziecięcych trwają 45 min -z możliwością przedłużenia o następne 15 minut natomiast w grupie młodzież/dorośli zajęcia Aikido trwają 90 minut – z możliwością przedłużenia o następne 15 minut.
12. Przedłużenie zajęć każdorazowo wynika wyłącznie z decyzji instruktora prowadzącego i zależy między innymi od stopnia predyspozycji psycho-fizycznej Ćwiczących w danym dniu zajęciowym.
13. Korzystający z sali ćwiczeń przygotowują się do zajęć w pomieszczeniu do tego celu przystosowanym (szatnia).
14. Ćwiczący przechodząc z szatni na salę ćwiczeń, muszą posiadać obuwie zmienne tj. klapki.
15. Ćwiczący stawia się przed salą ćwiczeń przynajmniej 5 minut przed rozpoczęciem zajęć danej grupy treningowej.
16. Przed wejściem na salę ćwiczeń Ćwiczący czekają na pozwolenie ustne wejścia na salę wydane przez prowadzącego zajęcia instruktora.
17. Przebywanie na sali ćwiczeń i korzystanie z jej przyrządów jest dozwolone tylko w obecności instruktora prowadzącego.
18. Zabronione jest wnoszenie na salę ćwiczeń przedmiotów ostrych, metalowych lub mogących spowodować uszkodzenie zarówno wyposażenia sali ćwiczeń, jak i innych Ćwiczących.
19. Każde wyjście z sali ćwiczeń podczas zajęć musi być bezwzględnie zgłoszone prowadzącemu zajęcia instruktorowi.
20. Ćwiczący nie prowadzą podczas treningu zbędnych rozmów oraz nie używają wulgarnych słów.
21. Ćwiczący korzystający z obiektu zobowiązani są dbać o wygląd i czystość pomieszczeń oraz szanować sprzęt i urządzenia sportowe będące wyposażeniem sali ćwiczeń.
22. Bez zezwolenia właścicieli przedmiotów znajdujących się w sali ćwiczeń zabrania się ich wynoszenia a także wynoszenia innych urządzeń (przedmiotów) stanowiących wyposażenie tejże sali.
23. W wypadku uszkodzenia czy zniszczenia sprzętu sportowego lub innego urządzenia stanowiącego wyposażenie sali ćwiczeń należy niezwłocznie powiadomić o tym prowadzącego zajęcia instruktora.
24. Ćwiczący ponosi pełną odpowiedzialność materialną za zniszczony sprzęt lub mienie współćwiczących do wysokości pełnej wartości odtworzeniowej zniszczonych przedmiotów.
25. Za rzeczy wartościowe pozostawione przez ćwiczących w szatni lub na sali ćwiczeń instruktor prowadzący zajęcia oraz organizator tych zajęć nie odpowiada. Klucze od sali ćwiczeń i szatni znajdują się u administratora budynku.
26. Przedmioty wartościowe, telefony komórkowe, klucze, spinki itp. można zostawić na czas trwania treningu na sali ćwiczeń w miejscu do tego wskazanych przez instruktora prowadzącego.
27. Zabronione jest przebywanie na sali ćwiczeń osób pozostających pod wpływem alkoholu i środków odurzających.
28. Organizator zajęć oraz instruktor prowadzący zajęcia nie odpowiada za osoby niepełnoletnie przebywające poza salą ćwiczeń. Osoby niepełnoletnie znajdujące się poza salą ćwiczeń czasowo lub stale, przebywają zawsze pod opieką rodziców / przedstawicieli ustawowych.
29. Podczas zajęć Aikido, w przypadku wystąpienia kontuzji, urazu lub stanu zagrożenia zdrowia czy innego rodzaju problemów obowiązkiem Ćwiczącego jest natychmiastowe powiadomienie prowadzącego zajęcia instruktora.
30. Dopuszcza się, że uraz lub kontuzję powstałe podczas trwania zajęć Aikido, Ćwiczący lub jego rodzice / przedstawiciele ustawowi mogą zgłosić do 24 godzin od powstania zdarzenia.
31. Zaisnialą kontuzję lub uraz powstały podczas zajęć Aikido potwierdza w postaci pisemnej lekarz medycyny sportu (ust §1 pkt.4). Można w tym celu wykorzystać druk *Zaświadczenie lekarskie*, który jest dostępny na stronie www.aikidoczechochowa.pl lub u instruktora prowadzącego zajęcia.
32. Ćwiczący lub jego rodzice / przedstawiciele ustawowi dostarczają odpowiednie zaświadczenie o kontuzji lub urazie powstałym podczas trwania zajęć Aikido w okresie 5 dni od faktu jego zgłoszenia instruktorowi prowadzącemu.
33. Każda choroba Ćwiczącego lub inna nieobecność powodująca jego czasową przerwę w zajęciach Aikido a także całkowita rezygnacja z zajęć, musi być zgłoszona drogą elektroniczną / telefonicznie lub osobiście przez Ćwiczącego / rodzica / przedstawiciela ustawowego w okresie 5 dni od ostatniego treningu Ćwiczącego.
34. W każdym momencie uczestniczenia Ćwiczącego w zajęciach Aikido w razie wątpliwości co do stanu jego zdrowia, instruktor ma prawo żądać przedstawienia opinii lekarza medycyny sportu (ust §1 pkt.3 i pkt.4).
35. Instruktor prowadzący może zawiesić Ćwiczącego w zajęciach Aikido do chwili dostarczenia aktualnego zaświadczenia od lekarza sportowego stwierdzającego dopuszczenie Ćwiczącego do udziału w tych zajęciach. Taka nieobecność Ćwiczącego jest traktowana jako powstała z jego winy i nie podlega zwrotowi uprzednio wpłaconych kwot pieniędzy.

§ 3 Warunki płatności

1. Zajęcia Aikido są odpłatne i przeprowadzane zgodnie z ustalonym wcześniej planem zajęć dla każdej z grup. Płatności są dokonywane w formie opłaty miesięcznej lub opłaty za treningi jednostkowe zgodnie z § 4 "Opłaty". Rodzaj płatności (*Karnet zajęć / treningi jednostkowe*) Ćwiczący wybiera każdorazowo przed przystąpieniem do zajęć w danym miesiącu kalendarzowym informując o tym instruktora prowadzącego.
2. Podstawowym dokumentem wpłaty opłat za zajęcia Aikido jest dla Ćwiczącego druk *Karnet zajęć Aikido*.
3. Opłata miesięczna *Karnet zajęć Aikido* regulowana jest zawsze przed pierwszymi zajęciami w danym miesiącu kalendarzowym, którego opłata dotyczy.
4. Opłata za zajęcia pojedyncze Aikido (trening jednostkowy) regulowana jest zawsze przed tym treningiem, w którym Ćwiczący bierze udział.
5. Opłata miesięczna *Karnet zajęć Aikido* jest traktowana jako rezerwacja miejsca w grupie zajęciowej w okresie, którego opłata ta dotyczy.
6. Opłata za trening jednostkowy jest traktowana jako rezerwacja miejsca w grupie wyłącznie na czas trwania tego treningu.

7. Osoby przystępujące do zajęć w danym miesiącu bez opłaconej opłaty *Karnet zajęć Aikido* będą traktowane jak przystępujące do treningu jednostkowego w danym miesiącu.
8. Opłaty za zajęcia Aikido obowiązują w aktualnym roku szkoleniowym wrzesień – czerwiec oraz lipiec – sierpień o ile brak jest osobnych ustaleń w formie pisemnej. W tym okresie obowiązuje ciągłość zajęć tzn. jest pobierana co miesiąc pełna opłata miesięczna tzw. *Karnet zajęć Aikido*, bez względu na ilość treningów wykorzystanych przez Ćwiczącego w danym miesiącu.
9. O ile brak jest osobnych ustaleń w formie pisemnej za koniec okresu rozliczeniowego zajęć Aikido *Karnetu zajęć Aikido* w danym miesiącu przyjmuje się ostatni dzień kalendarzowy tego miesiąca.
10. Niewykorzystane zajęcia z powodu choroby, spóźnienia, innej nieobecności, nieprzestrzegania przez Ćwiczącego Regulaminu Zajęć lub ustaleń klubowych a także innych przyczyn losowych przepadają i nie są podstawą do zwrotu wpłaconych uprzednio kwot pieniędzy ani też do odrabiania tych zajęć w późniejszym terminie. Możliwość odrabiania takich zajęć może natomiast wynikać z dobrej woli instruktora prowadzącego i wolnych miejsc w danej grupie.
11. Opóźnienie płatności miesięcznej po terminie wpłaty skutkuje podwyższeniem opłaty miesięcznej w danym miesiącu o wartość 20zł.
12. Ćwiczący przerywający zajęcia Aikido i nie informujący o tym fakcie instruktora prowadzącego zgodnie z § 2 pkt. 31 w przypadku ponownego uczestnictwa w treningu w pierwszym miesiącu zajęć po przerwie płaci karnet podwyższony również o kwotę 20zł.
13. Ćwiczący może otrzymać *RABAT - PRZEDPŁATA* od kwoty wpłaty miesięcznej zgodnie z tabelą § 4 *Opłaty* w przypadku opłacenia *Karnetu zajęć Aikido* w poprzednim miesiącu kalendarzowym.
14. Ćwiczący może otrzymać *RABAT - RODZINA* od kwoty wpłaty miesięcznej zgodnie z tabelą § 4 *Opłaty* w przypadku uczęszczania na zajęcia w danym miesiącu drugiego członka rodziny. Rabat naliczany jest od drugiej osoby.
15. *RABAT RODZINA i PRZEDPŁATA* nie obowiązują przy wykupieniu karnetów 3, 6, 10 miesięcznych a także karnetów wielotreningowych.
16. Nieobecność Ćwiczącego na zajęciach w danym miesiącu (także częściowa) nie zwalnia Ćwiczącego z pełnej opłaty za dany miesiąc.
17. W uzasadnionych przypadkach istnieje możliwość ustalenia indywidualnych warunków uczestnictwa w zajęciach. W takim wypadku Ćwiczący zobowiązany jest do kontaktu z instruktorem prowadzącym przed rozpoczęciem zajęć w danym miesiącu kalendarzowym.
18. W przypadku wątpliwości co do wysokości opłat Ćwiczący powinien kontaktować się bezpośrednio z instruktorem prowadzącym zajęcia a Klub zastrzega sobie prawo do przysyłania korespondencji na dane teleadresowe Ćwiczącego podane w zgłoszeniu (poczta , sms).
19. Osoby nie opłacające składek mogą spotkać się z odmową udziału w zajęciach do czasu wyjaśnienia sytuacji.
20. Dla nowych osób rozpoczynających zajęcia Aikido w trakcie miesiąca treningowego obowiązują opłaty częściowe (w miesiącu rozpoczęcia zajęć) tj. 1 trening = 15 zł, 4 treningi = 4x15zł itd. ale wyłącznie przy wykupieniu karnetu na kolejny pełny miesiąc.
21. Rabaty i zniżki o ile nie jest zaznaczone inaczej nie ulegają łączeniu.

§ 4 Opłaty

	ILOŚĆ TRENINGÓW	RABAT - PRZEDPŁATA <i>przedpłata w poprzednim miesiącu</i>	PŁATNOŚĆ W AKTUALNYM MIESIĄCU ZAJĘĆ	RABAT – RODZINA <i>druga osoba</i>
Karnet zajęć Aikido	2x tydzień	100 zł	110 zł	-10 zł od opłaty miesięcznej
Trening jednostkowe (grupa)	1 trening		30 zł	
Karnet 3 miesięczny	2x tydzień		285 zł (1 miesiąc – 95 zł)	
Karnet 6 miesięczny			540 zł (1 miesiąc – 90 zł)	
Karnet 10 miesięczny			850 zł (1 miesiąc – 85 zł)	
Karnet otwarty (do wykorzystania w okresie 2 miesięcy od daty wydania)	10 treningów		180,00 zł	
Rejestracja - opłata roczna			30 zł	
Treningi indywidualne			telefon – do uzgodnienia	

§ 5 W przypadku nieprzestrzegania postanowień Regulaminu Zajęć Aikido, utrudniania sprawnego przeprowadzenia zajęć ze szkodą dla innych osób, stwarzania zagrożenia dla życia i zdrowia własnego lub innych współćwiczących Ćwiczący może zostać natychmiast zawieszony w zajęciach lub skreślony z listy zajęciowej danej grupy bez prawa do zwrotu uprzednio wpłaconych kwot pieniędzy.

§ 6 Do ustaleń nie ujętych w niniejszym Regulaminie mają zastosowanie przepisy Kodeksu Cywilnego.

Oświadczam, że zapoznałem / am się z w/w Regulaminem zajęć Aikido i zobowiązuję się do jego przestrzegania.

PODPIS (własnoręczny): _____

Częstochowa, dnia: _____

PODPISY (rodziców/opiekunów – czytelny):

1. _____ 2. _____

SERIA i nr. dowodu osobistego:

1. _____ 2. _____

O naszym KLUBIE dowiedziałem (-am) się z:

internetu plakatu ulotki od osoby ćwiczącej pokazu inny



WYPEŁNIAĆ TYLKO W WYPADKU OSÓB poniżej 14 lat
Zasady zachowania na treningach Aikido grup dzieci i młodzieży

AIKIKAI CZĘSTOCHOWA "AIKI-BUDO" DOJO

Poniższe regulacje nie znoszą postanowień

Regulaminu Zajęć Aikido (strony 2,3,4) a stanowią jedynie ich uzupełnienie.

Podczas zajęć grup dzieci i młodzieży zachowanie dziecka podlega ocenie instruktora prowadzącego. Na ocenę zachowania składa się:

- posłuszeństwo przy wykonywaniu poleceń instruktora.
- chęć uczestniczenia w treningu.
- chęć do nauki aikido.
- ogólne zachowanie dziecka na treningu w stosunku do instruktora prowadzącego oraz innych ćwiczących.

W przypadku stwierdzenia przez prowadzącego zajęcia instruktora, uporczywej niesubordynacji dziecka zachowanie takie będzie odnotowywane. Dopuszczalne są trzy ostrzeżenia na zajęciach.

I tak w przypadku:

- pierwszego ostrzeżenia - rozmowa instruktora z dzieckiem po zajęciach.
- drugiego ostrzeżenia - rodzice / opiekunowie zostaną poinformowani o zaistniałej sytuacji.
- trzeciego ostrzeżenia - dziecko zostaje zawieszony w treningach na okres 2 kolejnych treningów. Rodzice / opiekunowie ustawowi zostaną poinformowani o zawieszeniu dziecka w zajęciach.

W sytuacjach trudnych, z dzieckiem oraz rodzicami/opiekunami ustawowymi jest przeprowadzana rozmowa w trybie natychmiastowym. Dopuszcza się poinformowanie rodzica o problemach z dzieckiem poprzez telefon / sms lub/i poproszenie rodziców/opiekunów ustawowych o natychmiastowy kontakt osobisty z instruktorem prowadzącym w przypadku nieobecności tychże podczas trwania zajęć na terenie obiektu, w którym odbywają się zajęcia.

W takim wypadku do czasu kontaktu osobistego rodziców/opiekunów ustawowych dziecko nie odbywa zajęć i przebywa w sali ćwiczeń pod opieką instruktora prowadzącego.

Jeśli po powrocie z zawieszenia dziecka nastąpi powtórzenie się w/w sytuacji, instruktor prowadzący może podjąć decyzję o skreśleniu dziecka z listy uczestników zajęć.

W tym przypadku wszelkie opłaty nie podlegają zwrotowi. Opłaty nie podlegają zwrotowi w przypadku zawieszenia czasowego dziecka w zajęciach.

Oświadczam, że zapoznałem / am się z powyższymi postanowieniami.

PODPIS (własnoręczny): _____

Częstochowa, dnia: _____

PODPISY (rodziców/opiekunów - czytelny):

1. _____ 2. _____

SERIA i nr. dowodu osobistego:

1. _____ 2. _____