

CEL PROGRAMU:

- Propagowanie aktywności fizycznej i zdrowego trybu życia wśród seniorów.
- Upowszechnianie bezpiecznych form aktywności wśród osób starszych celem podtrzymywania sprawności fizycznej.

ORGANIZATOR:

Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Kielcach
Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Kielcach

MIEJSCE ZAJĘĆ:

Hala Legionów ul. L. Drogosza 2, sala 118.

ZAPISY I UDZIAŁ W ZAJĘCIACH:

1. W ramach programu „Aktywny Senior” organizator gwarantuje bezpłatny udział w zajęciach Gimnastyki dla Seniorów 55+.
2. Ze względu na bezpieczeństwo i komfort ćwiczących, grupa nie może liczyć więcej niż 25 osób na zajęciach gimnastyki.
3. Zajęcia odbywają się w poniedziałki i w środy od godz. 12:00 do 13:00.
4. Organizator zapewnia maty do ćwiczeń, możliwe jest również korzystanie z własnych mat.
5. Zajęcia gimnastyki i jogi odbywają się na Hali Legionów ul. L. Drogosza 2, w Sali 118.
6. Na zajęciach obowiązuje wygodny strój sportowy.
7. Organizator nie odpowiada za rzeczy zgubione czy pozostawione podczas zajęć.
8. Uczestnicy programu to osoby, które ukończyły 55 lat i przedstawiły zaświadczenie lekarskie lub wypełnione oświadczenie o braku przeciwwskazań do udziału w zajęciach rekreacyjnych. (możliwość podpisania oświadczenia na Hali Legionów bezpośrednio przed zajęciami).
9. Organizator nie zapewnia ubezpieczenia NNW

POSTANOWIENIA KOŃCOWE:

1. Organizator zastrzega sobie prawo do odwołania lub przełożenia zaplanowanych zajęć.
2. Organizator zastrzega sobie prawo do dokonania modyfikacji postanowień regulaminu w każdym czasie bez podania przyczyn. Informacja o zmianie Regulaminu zostanie zamieszczona na stronie mosir.kielce.pl.
3. Uczestnicy projektu Aktywny Senior wyrażają zgodę na fotografowanie oraz nieodpłatne rozpowszechnianie wizerunku poprzez publikację zdjęć wykonanych podczas zajęć na stronie internetowej www.mosir.kielce.pl oraz na Facebooku.
4. Zajęcia odbywają się przy zachowaniu obowiązujących zasad sanitarnych.

Aktualizacja: 21.09.2021 r.