

I. AQUA AEROBIK - REGULAMIN

1. Każdy z uczestników zajęć Aqua Aerobiku zobowiązany jest do zapoznania się z regulaminem zajęć przed uczestnictwem w pierwszych zajęciach.
2. W zajęciach mogą brać udział osoby pełnoletnie, w przypadku osób niepełnoletnich potrzebna jest zgoda rodziców.
3. Każdy uczestnik ma obowiązek zapoznania się z przeciwwskazania do treningu w wodzie (Dział II - Przeciwwskazania).
4. Uczestnictwo w zajęciach pomimo przeciwwskazań odbywa się na własną odpowiedzialność.
W przypadku złego samopoczucia lub jakichkolwiek problemów zdrowotnych podczas zajęć Aqua Aerobiku należy natychmiast zaprzestać uczestniczenia w zajęciach oraz niezwłocznie poinformować o tym instruktora prowadzącego zajęcia.
5. Osoby z problemami zdrowotnymi, przed przystąpieniem do ćwiczeń, powinny skonsultować się z lekarzem.
6. Biorąc udział w zajęciach uczestnik potwierdza, że stan jego zdrowia pozwala na korzystanie z tej formy ćwiczeń. Za skutki wynikające z nieprzestrzegania regulaminów i instrukcji uczestnictwa w zajęciach pomimo przeciwwskazań, a także wbrew poleceniom i wskazówkom instruktora, Pływalnia Miejska w Jelczu-Laskowicach i instruktorzy nie ponoszą odpowiedzialności.
7. Podpisanie regulaminu jest potwierdzeniem, iż uczestnik jest zdrowy i nie posiada przeciwwskazań do wykonywania ćwiczeń w wodzie, a w razie pogorszenia jego stanu zdrowia, nie będzie on, ani jego rodzina rościć praw.
8. Zabronione jest uczestnictwo w zajęciach po spożyciu alkoholu oraz innych środków zaburzających sprawność psychoruchową.
9. Podczas zajęć obowiązuje bezwzględny zakaz żucia gumy.
10. Warunkiem uczestnictwa w Aqua Aerobiku, jest dokonanie opłaty za zarezerwowane w danym miesiącu zajęcia, lub wykupienie wejścia jednorazowego (w miarę wolnych miejsc).
11. Instruktor nie ponosi odpowiedzialności za pogorszenie stanu zdrowia uczestnika zajęć.

II. PRZECIWWSKAZANIAMI DO KORZYSTANIA Z ZAJĘĆ AQUA AEROBIKU SĄ W SZCZEGÓLNOŚCI

1. Choroby układu krążenia np.: niewydolność krążenia, migotanie przedsionków, wady serca wrodzone, zakrzepowe zapalenie żył itp.
2. Choroby układu oddechowego np.: zapalenie oskrzeli, zapalenie płuc, rozedma płuc, dychawica oskrzelowa (astma) z częstymi napadami duszności, i inne.
3. Choroby przewodu pokarmowego np.: wrzód żołądka i dwunastnicy, ostry nieżyt żołądka, ostre zapalenie jelit, wirusowe zapalenie wątroby, zapalenie pęcherzyka i dróg żółciowych.
4. Choroby układu dokrewnego np.: nadczynność tarczycy, cukrzyca z powikłaniami, niedoczynność kory nadnerczy.
5. Choroby laryngologiczne np.: uszkodzenie małżowiny i przewodu słuchowego zewnętrznego, ostre zapalenie ucha wewnętrznego, choroby narządu przedsionkowego (błędnika), ostry i przewlekły nieżyt nosa i jam bocznych nosa, zapalenie migdałków podniebiennych.
6. Przeciwwskazania okulistyczne np.: ostre i przewlekłe zapalenie spojówek, zapalenie woreczka łzowego, zapalenie twardówki, odwarstwienie siatkówki.
7. Przeciwwskazania chirurgiczne: ostre zapalne stany narządów jamy brzusznej, stany zapalne skóry, tkanki podskórnej, mięśni, czyraki, ropne zakażenia.
8. Choroby ginekologiczne np.: stany zapalne narządu rodnego, mięśniaki macicy z krwawieniami.
9. oraz Inne jak np.: stany zagrażające udarem mózgu, ostre i przewlekłe zapalenie nerek, choroby reumatyczne w stanie zaostrzenia, choroby krwi o przebiegu ostrym i postępującym, wszelkie choroby przebiegające z podwyższoną temperaturą ciała.

W przypadku niespełnienia wymogów Regulaminu organizator może odmówić przyjęcia takiego uczestnika na zajęcia.

Wyrażam zgodę / nie wyrażam zgody na upublicznienie mojego wizerunku.

Oświadczam, iż zapoznałam się z regulaminem Aqua Aerobiku Pływalni Miejskiej w Jelczu-Laskowicach i będę go przestrzegać.

.....

czytelnie imię i nazwisko

