# Regulamin Zawodów Siłowo-wytrzymałościowych

1. Celem zawodów o *Puchar Kuźniowego Kowala* jest wyłonienie najsprawniejszej, najsilniejszej i najbardziej wytrzymałej osoby uczęszczającej na treningi do *Kuźni - Centrum Atletyki*, a pośrednio również krzewienie kultury fizycznej, rywalizacji.
2. Głównym organizatorem zawodów jest *Spółka Fit Concept Sp. z o.o. 90-520 Łódź ul. Gdańska 126/128.*
   Zawody odbędą się w klubie *Kuźnia - Centrum Atletyki* mieszczącym się przy ulicy Gdańskiej 126/128 w Łodzi (90-520).
3. Termin zawodów: 16-17.01.2021.
4. Każdy z uczestników zobowiązany jest do wypełnienia „*Formularza Zgłoszeniowego*" oraz uiszczenia do dnia 14.01.2021 r. opłaty wpisowej w kwocie 20 zł (słownie: dwudziestu złotych) na numer konta: **63 1140 1108 0000 3903 8400 1001**
   W tytule przelewu należy wpisać „Imię i Nazwisko, Puchar Kuźniowego Kowala).
   Brak wpłaty w ostatecznym terminie jest równoznaczny z wykreśleniem z listy zawodników.
   Prawo udziału w wydarzeniu mają osoby pełnoletnie oraz małoletnie pod warunkiem posiadania zgody opiekuna prawnego.
   Każdorazowo o kwalifikacji uczestnika do udziału w wydarzeniu decyduje organizator.
5. Konkurencje:
   - Wyciskanie sztangi o ciężarze równym połowie masy ciała na ławce poziomej – liczy się liczba powtórzeń uzyskanych bez odkładania sztangi na stojaki.
   - Podciąganie na drążku nachwytem – wynik jest iloczynem liczby powtórzeń oraz masy ciała.
   - Plank (tzw. deska). Klasyczny plank to podpór na przedramionach i palcach stóp z utrzymaniem naturalnej krzywizny kręgosłupa – wynikiem jest uzyskany czas bez zmiany prawidłowej pozycji ciała.
   - „Krzesełko" (ćwiczenie polegające na oparciu pleców o ścianę i ugięciu nóg w taki sposób jakbyśmy siedzieli na krześle) – wynikiem jest uzyskany czas bez zmiany prawidłowej pozycji ciała.
   - Przepłynięcie najdłuższej odległości w czasie 2 minut na ergometrze wioślarskim.
6. Zawodnicy startują indywidualnie:
   - w dowolnie wybranej liczbie konkurencji,
   - we wszystkich konkurencjach jednocześnie.
7. Puchar przyznawany jest za zwycięstwo w każdej z konkurencji na podstawie opisanego kryterium.
   Wśród osób, które biorą udział we wszystkich konkurencjach zwycięzcę wyłonimy na podstawie sumy punktów uzyskanych w poszczególnych konkurencjach.
8. Każdy niepełnoletni zawodnik zobowiązany jest do przyniesienia ze sobą następujących dokumentów (załączonych wraz z regulaminem)
   1. Zgoda na udział dziecka w zawodach siłowo-kondycyjnych. Akceptacja regulaminu.
   2. Oświadczenie o stanie zdrowia dziecka
   3. Zgoda na wykorzystanie/przetwarzanie danych osobowych dziecka.

   W przeciwnych wypadku organizator zastrzega sobie prawo do niedopuszczenia zawodników do udziału w zawodach.
9. Zawody prowadzi personel organizatora. Ilość miejsc jest ograniczona, decyduje kolejność zgłoszenia.
10. Podczas zawodów instruktorzy są uprawnieni do wydawania uczestnikom odpowiednich wskazówek, a także stosowania nakazów i zakazów, które są niezbędne do zapewnienia prawidłowego przebiegu wydarzenia i bezpieczeństwa zarówno samego uczestnika jak i innych osób obecnych w czasie wydarzenia. Instruktor może odmówić kontynuowania zawodów w przypadku niestosowania się przez uczestnika do wydawanych poleceń i uwag.
11. Wszystkie objawy złego samopoczucia należy natychmiast zgłaszać organizatorowi.
12. Organizator wraz z instruktorem nie ponoszą odpowiedzialności za szkody na osobie lub mieniu uczestnika a ani za szkody poniesione na osobie lub mieniu innych osób w czasie trwania wydarzenia wynikające z:
    - niepodporządkowania się do poleceń instruktora;
    - siły wyższej;
    - nieszczęśliwego wypadku.
13. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za skutki niestosowania się do niniejszego regulaminu.
14. Organizator zastrzega, że realizacja wydarzenia uzależniona będzie od sytuacji prawnej oraz sanitaro-epidemiologicznej w chwili planowej realizacji zawodów.
15. Organizator zastrzega sobie prawo do odwołania wydarzenia bez podania przyczyny.
16. Organizator zastrzega sobie prawo ostatecznej interpretacji niniejszego regulaminu.

**FORMULARZ ZGŁOSZENIOWY**
**OŚWIADCZENIE I DEKLARACJA UDZIAŁU W ZAWODACH SIŁOWO-WYTRZYMAŁOŚCIOWYCH**
**O *PUCHAR KUŹNIOWEGO KOWALA***

Ja niżej podpisana/-y oświadczam, że jestem świadoma/-y ryzyka i niebezpieczeństw mogących zaistnieć podczas zawodów odbywających się w *Kuźni – Centrum Atletyki* w dniach 16-17.01.2021 r. tj. w szczególności ryzyka wypadku, odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci).
Wyrażam dobrowolną zgodę na udział w ww. zawodach., na powyżej określonych zasadach, które przyjmuję w całości do stosowania.
W związku z moim uczestnictwem w ww. zawodach przyjmuję na siebie pełną odpowiedzialność z tego tytułu, jednocześnie zrzekam się wszelkich roszczeń do organizatora i osób trzecich wynikających z mojego udziału, w wydarzeniu, w tym roszczeń z tytułu szkody na osobie oraz mieniu.. Oświadczam, że znam swój stan zdrowia i jestem zdolny do udziału w amatorskich zawodach siłowo-wytrzymałościowych o *Puchar Kuźniowego Kowala* i swoim podpisem potwierdzam, że nie występują w przypadku mojej osoby przeciwwskazania zdrowotne do udziału w ww. zawodach sportowych.
Oświadczam, że zapoznałem się i akceptuję *Regulamin Zawodów Siłowo-wytrzymałościowych* o *Puchar Kuźniowego Kowala*. Zobowiązuję się do przestrzegania wszystkich tych zasad bez żadnego wyjątku, a także instrukcji i decyzji osób funkcyjnych tych zawodów.

Oświadczenie ma charakter jednorazowy.
Oświadczam, iż wyrażam zgodę na wykorzystanie mojego wizerunku przez Organizatora wydarzenia poprzez rejestrację i publikację wizerunku na stronie internetowej klubu, oraz na socialmediach w związku z realizacją zawodów.
Moja zgoda obejmuje takie formy publikacji jak: udostępnienie na stronie internetowej oraz zamieszczenie w materiałach promocyjnych na socialmediach klubu i dotyczy fotografii przedstawiającej moją osobę wykonanej w czasie zawodów.
Moja zgoda obejmuje nieodwołalne i nieodpłatne prawo wielokrotnego wykorzystywania zdjęć z moim wizerunkiem, możliwość przetwarzania wizerunku poprzez kadrowanie i kompozycję bez konieczności każdorazowego ich zatwierdzania.

Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych przez Organizatora w celu realizacji wydarzenia i zapewnienia jego bezpieczeństwa. Zgoda jest dobrowolna, ale niezbędna dla realizacji udziału w zawodach.
W każdej Chwili mam prawo żądania dostępu do danych osobowych, ich sprostowania, usunięcia lub ograniczenia przetwarzania jeżeli to nie jest sprzeczne z przepisami szczególnymi.
Moje dane są przetwarzane tylko w zakresie w jakim jest to niezbędne i zachowaniem ich bezpieczeństwa zgodnie z obowiązującymi przepisami prawa.
Oświadczam, że:

- jestem pełnoletni/a,
- mam pełną zdolność do czynności prawnych,
- zapoznałem/am się z powyższą treścią i w pełni ją rozumiem.

Podstawa prawna:

1. 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;
2. Ustawa z dnia 10 maja 2018 r. o ochronie danych osobowych;
3. Ustawa z dnia 4 lutego 1994 r. o prawach autorskich i prawach pokrewnych;
4. Rozporządzenie Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji z dnia 29 kwietnia 2004 r. w sprawie dokumentacji przetwarzania danych osobowych oraz warunków technicznych i organizacyjnych, jakim powinny odpowiadać urządzenia i systemy informatyczne służące do przetwarzania danych osobowych;
5. Ustawa z dnia 23 kwietnia 1964 r. - Kodeks cywilny.

Dane osobowe prosimy wypełnić „drukowanymi" literami.
Imię i nazwisko:……..
Numer telefonu: …… Adres e-mail: ……..
Wszelkie oświadczenia zawarte w tym formularzu potwierdzam własnoręcznym podpisem

…… ……
Data / miejscowość Podpis

# FORMULARZ ZGŁOSZENIOWY

## OŚWIADCZENIE I DEKLARACJA UDZIAŁU MAŁOLETNIEGO W ZAWODACH SIŁOWO-WYTRZYMAŁOŚCIOWYCH O *PUCHAR KUŹNIOWEGO KOWALA*

Ja niżej podpisana/-y
Wyrażam zgodę na udział mojego dziecko/mojego podopiecznego:
IMIĘ I NAZWISKO: .....
PESEL: .....
wskazanego powyżej jako Uczestnika w zawodach odbywających się w *Kuźni – Centrum Atletyki* w dniach 16-17.01.2021 r. na powyżej określonych zasadach, które przyjmuję w całości do stosowania.

Oświadczam, że jestem świadoma/-y ryzyka i niebezpieczeństw mogących zaistnieć podczas udziału mojego dziecka/podopiecznego w ww. zawodach, tj. w szczególności ryzyka wypadku, odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci).
W związku z uczestnictwem mojego dziecka/podopiecznego w ww. zawodach przyjmuję na siebie pełną odpowiedzialność z tego tytułu, jednocześnie zrzekam się wszelkich roszczeń do organizatora i osób trzecich wynikających z udziału mojego dziecka/podopiecznego w wydarzeniu, w tym roszczeń z tytułu szkody na osobie oraz mieniu.
Oświadczam, że znam stan zdrowia mojego dziecka/podopiecznego i jest on/ono zdolny/e do udziału w amatorskich zawodach siłowo-wytrzymałościowych o *Puchar Kuźniowego Kowala* i swoim podpisem potwierdzam, że nie występują w przypadku mojego dziecka/podopiecznego przeciwwskazania zdrowotne do udziału w ww. zawodach sportowych.
Oświadczam, że zapoznałem się i akceptuję *Regulamin Zawodów Siłowo-wytrzymałościowych* o *Puchar Kuźniowego Kowala*. Zobowiązuję się do przestrzegania wszystkich tych zasad bez żadnego wyjątku, a także instrukcji i decyzji osób funkcyjnych tych zawodów.

Oświadczenie ma charakter jednorazowy.
Oświadczam, iż wyrażam zgodę na wykorzystanie mojego wizerunku przez Organizatora wydarzenia poprzez rejestrację i publikację wizerunku na stronie internetowej klubu, oraz na socialmediach w związku z realizacją zawodów.
Moja zgoda obejmuje takie formy publikacji jak: udostępnienie na stronie internetowej oraz zamieszczenie w materiałach promocyjnych na socialmediach klubu i dotyczy fotografii przedstawiającej moją osobę wykonanej w czasie zawodów.
Moja zgoda obejmuje nieodwołalne i nieodpłatne prawo wielokrotnego wykorzystywania zdjęć z moim wizerunkiem, możliwość przetwarzania wizerunku poprzez kadrowanie i kompozycję bez konieczności każdorazowego ich zatwierdzania.

Moja zgoda obejmuje nieodwołalne i nieodpłatne prawo wielokrotnego wykorzystywania zdjęć z wizerunkiem mojego dziecka/podopiecznego, możliwość przetwarzania wizerunku poprzez kadrowanie i kompozycję bez konieczności każdorazowego ich zatwierdzania.

Wyrażam zgodę na przetwarzanie danych osobowych moich i mojego dziecka/podopiecznego przez Organizatora w celu realizacji wydarzenia i zapewnienia jego bezpieczeństwa. Zgoda jest dobrowolna, ale niezbędna dla realizacji udziału w zawodach.
W każdej Chwili mam prawo żądania dostępu do danych osobowych, ich sprostowania, usunięcia lub ograniczenia przetwarzania jeżeli to nie jest sprzeczne z przepisami szczególnymi.

Dane moje i mojego dziecka/podopiecznego są przetwarzane tylko w zakresie w jakim jest to niezbędne i zachowaniem ich bezpieczeństwa zgodnie z obowiązującymi przepisami prawa.

Oświadczam, że:
- jestem pełnoletni/a,
- jestem opiekunem prawnym uczestnika wydarzenia;
- mam pełną zdolność do czynności prawnych,
- zapoznałem/am się z powyższą treścią i w pełni ją rozumiem.

Podstawa prawna:

1. 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;
2. Ustawa z dnia 10 maja 2018 r. o ochronie danych osobowych;
3. Ustawa z dnia 4 lutego 1994 r. o prawach autorskich i prawach pokrewnych;
4. Rozporządzenie Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji z dnia 29 kwietnia 2004 r. w sprawie dokumentacji przetwarzania danych osobowych oraz warunków technicznych i organizacyjnych, jakim powinny odpowiadać urządzenia i systemy informatyczne służące do przetwarzania danych osobowych;
5. Ustawa z dnia 23 kwietnia 1964 r. - Kodeks cywilny.

Wszelkie oświadczenia zawarte w tym formularzu potwierdzam własnoręcznym podpisem

| | |
|---|---|
| ……. | ……. |
| Data / miejscowość | Podpis opiekuna |