Regulamin Uczestnika

Obozu Sportowego- pływackiego

**14-23.08.2020 Szklarska Poręba**

Każdy uczestnik obozu pływackiego zobowiązuje się, składając zgłoszenie uczestnictwa w obozie sportowym, przestrzegać warunków niniejszego regulaminu.

**Każdy Uczestnik obozu ma prawo do:**

1. Pełnego wykorzystania programu obozu.
2. Korzystania ze wszystkich urządzeń rekreacyjno-sportowych znajdujących się   
   w ośrodku, ale wyłącznie za wiedzą i zgodą trenerów.
3. Wnoszenia własnych propozycji do programu obozu.
4. Uzyskania w każdej sprawie pomocy ze strony kadry obozu i ośrodka.
5. Poszanowania swoich poglądów i przekonań.
6. Kontaktowania się z rodzicami oraz innymi osobami w wyznaczonych porach   
   (w pozostałym czasie uczestnik odkłada telefon w wyznaczonym miejscu przez wychowawcę).

**Każdy Uczestnik obozu ma obowiązek:**

1. Przestrzegania harmonogramu dnia (wszystkich jego punktów, porannego wstawania, zajęć sportowych oraz ciszy nocnej).
2. Zapoznania się z obowiązującymi regulaminami oraz ich przestrzegania.
3. Brania czynnego udziału w zajęciach.
4. Wykonywania poleceń kadry obozu.
5. Bezwzględnego podporządkowania się obowiązującym przepisom bezpieczeństwa, podczas zajęć sportowych, rekreacyjnych oraz wędrówek pieszych.
6. Okazywania szacunku i kultury wobec innych uczestników, kadry oraz personelu zatrudnionego w ośrodku.
7. Dbania o wyposażenie ośrodka i sprzęt. Za każdą zawinioną przez uczestnika szkodę odpowiedzialność finansową ponoszą rodzice / opiekunowie.

VIII. Dbania o higienę osobistą oraz higienę pomieszczeń.

1. W razie wypadku lub złego samopoczucia niezwłocznie powiadomić opiekuna obozu.
2. Informować trenera, przed przystąpieniem do wykonywania zadanych ćwiczeń,   
   o swej każdorazowej niedyspozycji, stanie zdrowia i innych ograniczeniach uniemożliwiających wykonanie ćwiczeń.
3. Stosować się do poleceń trenera dotyczących sposobu wykonania ćwiczeń.

**Uczestnikom obozu zabrania się:**

1. Samowolnego opuszczania terenu ośrodka, samowolnego oddalania się od grupy podczas zajęć.
2. Posiadania i palenia papierosów, posiadania i picia napojów alkoholowych, posiadania i brania środków odurzających.
3. Noszenia przy sobie przyborów do rozniecania ognia, posiadania przedmiotów łatwopalnych, ostrych (np. noży), materiałów pirotechnicznych i innych zagrażających bezpieczeństwu innych uczestników.
4. Używania wulgarnego słownictwa, przemocy fizycznej lub psychicznej wobec innych.
5. Przebywania w pokojach innych członków naszej grupy między godziną 22.00   
   a 7.00 rano.
6. Wynoszenia naczyń ze stołówki.
7. Dokonywania wszelkich napraw i konserwacji sprzętu i urządzeń bez nadzoru kadry.
8. Przywłaszczania cudzych rzeczy.
9. Wykonywania wszelkich innych czynności niezgodnych z przepisami BHP oraz przepisami przeciwpożarowymi.

**Zasady bezpieczeństwa uwzględniające stan zagrożenia epidemicznego:**

I. Należy przestrzegać dystansu społecznego – 2m odstępu.

II. Uczestnik zobowiązany jest zapoznać się z instrukcją: mycia i dezynfekcji rąk, prawidłowego zdejmowania maseczki, prawidłowego zdejmowania rękawiczek.

III. Często myć ręce, szczególnie po dotknięciu klamek, przycisków, włączników świateł itp.

IV. Należy unikać dotykania oczu, nosa, ust nieumytymi rekami.

V. Nie podawaj dłoni na powitanie.

VI. Należy nosić maseczkę w miejscach publicznych (pociągu, hotelu, sklepie) oraz   
w przestrzeni otwartej, gdy nie ma możliwości zachowania 2 metrów odległości.

VII. Podczas obozu obowiązuje zakaz kontaktowania się z osobami z zewnątrz (spoza obozu)- można przebywać tylko ze swoją grupą.

VIII. Podczas obozu obowiązuje zakaz odwiedzin.

**Za nieprzestrzeganie Regulaminu Obozu przewiduje się następujące kary:**

* 1. Nagana udzielona przez Kierownika lub Wychowawcę obozu.
  2. Usunięcie z obozu na koszt rodziców / opiekunów.
  3. W przypadku usunięcia uczestnikowi nie będzie przysługiwał zwrot niewykorzystanych świadczeń.

**Ja niżej podpisany oświadczam, że zapoznałem się z powyższym regulaminem.**

.….…………………………………………………………………………………………

(data i podpis uczestnika obozu oraz rodzica/opiekuna)