

REGULAMIN „Calisthenics Academy”

Niniejszy Regulamin określa zasady korzystania z obiektu sportowego i uczestnictwa w zajęciach prowadzonych przez „Calisthenics Academy”.

§ 1 Warunki korzystania z usług Calisthenics Academy

1. Calisthenics Academy świadczy usługi w zakresie prowadzenia zajęć z zakresu kalisteniki.
2. Warunkiem korzystania z zajęć sportowych jest zawarcie umowy o świadczenie usług sportowych.

Umowy są zawierane na czas określony, a czas ich trwania jest uzależniony od rodzaju wykupionej usługi korzystania z zajęć sportowych, tj.:

NAZWA KURSU	OKRES OBOWIĄZYWANIA KURSU	MOŻLIWOŚĆ ZAWIESZENIA KURSU
„Karnet dla początkujących (3x)”	umowa zawierana na 30 dni (3 wejścia w tygodniu)	Jednorazowo na okres do 14 dni
„Karnet dla początkujących (2x)”	umowa zawierana na 30 dni (2 wejścia w tygodniu)	Jednorazowo na okres do 14 dni
„Karnet dla zaawansowanych (3x)”	umowa zawierana na 30 dni (3 wejścia w tygodniu)	Jednorazowo na okres do 14 dni
„Karnet dla zaawansowanych (6x)”	umowa zawierana na 30 dni (6 wejść w tygodniu)	Jednorazowo na okres do 14 dni
„Karnet półroczny CAŁOŚĆ”	umowa zawierana na 180 dni (3 wejścia w tygodniu)	Sześciokrotnie na łączny okres do 30 dni

Zawieszanie Karnetu:

Członek Calisthenics Academy może skorzystać z prawa do zawieszenia karnetu na okres odpowiedni dla wykupionego karnetu zgodnie z treścią tabeli powyżej. Okres zawieszenia może rozpocząć się najwcześniej w dniu poprawnego złożenia wniosku o zawieszenie (brak możliwości zawieszania karnetu „wstecz”). Zawieszenia karnetu można dokonać wyłącznie w następujący sposób:

- a) drogą mailową poprzez wysłanie prośby o zawieszenie na adres **bok@calisthenicsacademy.pl**,
- b) drogą internetową, poprzez wiadomość na **Facebooku** lub **Messenger** do **Calisthenics Academy**
- c) poprzez wiadomość **SMS** pod numer **533 338 227**
- d) **osobiście u instruktora lub trenera** Calisthenics Academy.

Uiszczenie ponownej płatności, traktowane jest jak zawarcie nowej umowy o świadczenie usług.

3. Członkiem Calisthenics Academy może być osoba pełnoletnia, posiadająca pełną zdolność do czynności prawnych. Osoba niepełnoletnia może zostać Członkiem Calisthenics Academy za pisemną zgodą opiekunów prawnych (np. rodziców).

Wyjątkowo, za pisemną zgodą opiekuna prawnego, członkiem Calisthenics Academy może być osoba niepełnoletnia, która nie ukończyła 13 roku życia, o ile jej stan zdrowia i rozwój psychofizyczny pozwalają na korzystanie z usług Calisthenics Academy.

Warunkiem dopuszczenia do zajęć sportowych osób poniżej 13 roku życia jest posiadanie aktualnego zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań zdrowotnych do uczestnictwa w zajęciach sportowych.

Każdorazowo – w razie powzięcia wiadomości czy podejrzeń co do stanu zdrowia lub przeciwwskazań do uczestnictwa w zajęciach sportowych – przedstawiciel Calisthenics Academy ma prawo podjąć decyzję o niedopuszczeniu do udziału w zajęciach i zażądać stosownego zaświadczenia lekarskiego.

4. Dokumentem legitymującym Członkostwo oraz uprawniającym do korzystania z usług Calisthenics Academy jest Karta Członkowska. Płatność za udział w zajęciach sportowych następuje gotówką lub przelewem. Należność z tytułu zakupu „Karnetu” należy uiścić do dnia, w którym kończy się bieżąca umowa lub niezwłocznie w przypadku braku aktywnej umowy. Brak uiszczenia opłaty powoduje zawieszenie prawa korzystania z usług Calisthenics Academy do czasu jej uregulowania, a w przypadku jej nie uregulowania do końca miesiąca kalendarzowego, umowa zostaje rozwiązana z upływem danego miesiąca kalendarzowego.

Opłata z tytułu „Jednorazowego wejścia” uprawnia do jednorazowego skorzystania z zajęć.

5. Cennik usług i terminy zajęć znajdują się na stronie internetowej: www.calisthenicsacademy.pl/cennik.
6. Każdorazowe wydanie Karty Członkowskiej jest odpłatne. Koszt wydania Karty Członkowskiej wynosi 10,00 zł.
7. W razie zgubienia lub kradzieży Karty Członkowskiej, fakt ten należy zgłosić do Calisthenics Academy i wystąpić o wydanie nowej Karty Członkowskiej. Za wydanie kolejnej Karty Członkowskiej pobierana jest opłata 10,00 zł, na poczet wyrobienia nowej karty.
8. W przypadku otrzymania przez Członka Calisthenics Academy potwierdzenie wykupienia zajęć sportowych w formie Karnetu – Karty Członkowskiej, należy pamiętać, iż Karta Członkowska ma charakter imienny i nie może być udostępniona innym osobom. Uprawnienia związane z posiadaniem Karty Członkowskiej mają charakter osobisty i nie mogą być przenoszone na inne osoby. Kartę należy podpisać.
9. Wstęp do Calisthenics Academy jest możliwy tylko za pomocą systemu dostępu z wykorzystaniem Karty Członkowskiej, opaski lub innego urządzenia umożliwiającego wejście do Calisthenics Academy. W przypadku stwierdzenia braku Karty Członkowskiej u Członka Calisthenics Academy Instruktor, Trener lub inna osoba uprawniona może odmówić Członkowi Calisthenics Academy udziału w zajęciach lub dopuścić do udziału w zajęciach po uiszczeniu opłaty za Jednorazowe wejście.

10. Trener ma prawo nie wpuścić Członka na zajęcia, których wcześniej nie opłacił.
 - a) Pracownicy administracji wraz z kierownictwem mają prawo zdecydować o niedopuszczeniu do zajęć dowolnej osoby bez podania przyczyny, jeśli uznają, że wpływa to na bezpieczeństwo lub komfort zajęć.
 - b) Jeśli pracownicy administracji lub kierownictwo zadecydują o niedopuszczeniu danej osoby do zajęć, zostaje mu zwrócona cała kwota, którą oferował się zapłacić
 - c) Pracownicy administracji, jak i kierownictwo mogą podjąć taką decyzję w dowolnym momencie prowadzenia zajęć.
11. Każda osoba, która przebywa na terenie Klubu musi posiadać ważną kartę członkowską na zajęcia. W przypadku nieposiadania karty, osoba jest zmuszona opuścić Klub w trybie natychmiastowym. Każda karta określa precyzyjnie czas, godzinie oraz personalia osoby uprawnionej do przebywania na terenie Klubu w wybranych godzinach, na określonych w regulaminie zasadach. Nie można przebywać w placówce poza wyznaczonymi warunkami.
12. W celu potwierdzenia uczestnictwa w zajęciach sportowych, każdorazowe wejście do Calisthenics Academy należy odnotować na czytniku elektronicznym. Czynność tę Członek Calisthenics Academy ma obowiązek wykonać przed rozpoczęciem zajęć. Osoby, które nie odnotują swojej obecności przed rozpoczęciem zajęć mogą zostać niedopuszczone do uczestnictwa w zajęciach.
13. Wszelkie torby i ubrania powinny być pozostawione w szatni.
14. Klub informuje, iż dochowa wszelkiej staranności w celu maksymalnego zabezpieczenia miejsca prowadzenia zajęć. Zastrzega się, by nie pozostawiać wartościowych rzeczy bez nadzoru i zabierać takowe ze sobą na salę, w celu zminimalizowania ryzyka kradzieży oraz zgubienia cennych rzeczy. Członek deklaruje, że nie będzie rościł sobie prawa do odszkodowania w przypadku, gdy kradzież, uszkodzenie lub zaginięcie pozostawionych na terenie placówki rzeczy nastąpi w momencie, gdy nie dochował szczególnej staranności w celu ich zabezpieczenia (zabrania ich ze sobą na salę), mimo zaleceń ze strony Klubu. Członek taką deklarację składa, podpisując oświadczenie znajomości i akceptacji regulaminu.

§2 Warunki korzystania z zajęć sportowych

1. Udział w zajęciach sportowych przez Członków Calisthenics Academy jest dobrowolny.
2. Oferta skierowana jest do osób, których stan zdrowia pozwala na skorzystanie z usług Calisthenics Academy.
3. Wykaz bezwzględnych przeciwwskazań do uczestnictwa w zajęciach prowadzonych przez Calisthenics Academy stanowi *Załącznik nr 1 do Regulaminu*. Występowanie u Członka Calisthenics Academy któregokolwiek z przeciwwskazań wskazanych w Załączniku nr 1 do Regulaminu skutkuje bezwzględnym zakazem uczestnictwa w zajęciach prowadzonych przez Calisthenics Academy oraz bezwzględnym zakazem korzystania z urządzeń znajdujących się w salach treningowych Calisthenics Academy.
4. Wykaz względnych przeciwwskazań do uczestnictwa w zajęciach prowadzonych przez Calisthenics Academy stanowi *Załącznik nr 2 do Regulaminu*. Występowanie u Członka Calisthenics Academy któregokolwiek z przeciwwskazań wskazanych w Załączniku nr 2 do Regulaminu powoduje, uczestnictwo w zajęciach prowadzonych przez Calisthenics Academy oraz korzystanie z urządzeń znajdujących się w salach treningowych Calisthenics Academy możliwe jest jedynie po przedłożeniu stosownego zaświadczenia lekarskiego.

5. Klub informuje, iż dochowa wszelkiej staranności w celu maksymalnego zabezpieczenia Członka klubu. Jednocześnie Członek deklaruje, iż nie będzie rościł sobie prawa do odszkodowania i zadośćuczynienia w przypadku doznania kontuzji lub uszczerbku na zdrowiu, który został doznany w wyniku niedostosowania się do poleceń i uwag instruktora lub korzystania ze sprzętu w sposób niezgodny z instrukcją. Członek taką, szczegółową deklarację składa, podpisując oświadczenie zdrowotne oraz oświadczenie znajomości i akceptacji regulaminu.
6. Członkowie Calisthenics Academy są zobowiązani do posiadania odpowiedniego ubioru i obuwia sportowego, z tym zastrzeżeniem, że z uwagi na charakter ćwiczeń oraz wyraźne zezwolenie instruktora zajęcia często odbywają się boso lub w skarpetach.
7. Członek Calisthenics Academy, w celu korzystania z sali ćwiczeń jest zobowiązany do zmiany obuwia. Osoby, które będą zamierzały wkroczyć na salę ćwiczeń w obuwiu użytkowym, nie będą dopuszczone do udziału w zajęciach sportowych.
8. Korzystanie z wyposażenia i urządzeń znajdujących się na terenie Calisthenics Academy winno odbywać się zgodnie z ich przeznaczeniem, pod nadzorem i zgodnie z zaleceniami trenera lub instruktora Calisthenics Academy.
9. Członkowie Calisthenics Academy, z uwagi na konieczność zapewnienia odpowiedniego poziomu bezpieczeństwa wykonywanych ćwiczeń, są zobowiązani do stosowania się do poleceń trenera lub instruktora.
10. Przed przystąpieniem do pierwszych zajęć, Członek Calisthenics Academy jest zobowiązany do udziału w tzw. treningu próbnym, przeprowadzonym pod kierunkiem instruktora Calisthenics Academy. Trening próbny ma na celu ustalenie poziomu sprawności fizycznej Członka oraz stanowi podstawę do zarekomendowania zajęć na poziomie, adekwatnym do ustalonej sprawności fizycznej. Warunkiem uczestnictwa w treningu próbnym jest pojawienie się na Sali Calisthenics Academy na 15 minut przed planowanym rozpoczęciem treningu. W razie niepojawienia się na 15 minut przed planowanym rozpoczęciem treningu, trener, instruktor lub inna osoba uprawniona może odmówić kandydatowi na Członka Calisthenics Academy uczestnictwa w treningu próbnym.
11. Członek Calisthenics Academy, który w sposób nieodpowiedni korzysta z urządzeń sportowych lub mimo upomnienia instruktora Calisthenics Academy nie stosuje się do jego zaleceń, może zostać zobowiązany do opuszczenia sali treningowej Calisthenics Academy.
12. Po zakończeniu zajęć używane sprzęty należy odłożyć na wyznaczone miejsce oraz zostawić po sobie ład i porządek. Wspólne dbanie o porządek na salach Calisthenics Academy jest obowiązkiem każdego Członka Calisthenics Academy.
13. Członkowie Calisthenics Academy powinni korzystać z ręczników, tak aby w trakcie ćwiczeń zapewnić utrzymanie urządzeń i wyposażenia Calisthenics Academy w czystości. Brak ręcznika może skutkować zakazem korzystania z urządzeń i wyposażenia Calisthenics Academy.

UWAGA!!!

W przypadku wystąpienia kontuzji, skaleczenia, nudności, zawrotów głowy lub innych objawów wskazujących na problemy zdrowotne, należy zgłosić się niezwłocznie do trenera prowadzącego zajęcia.

§3 Postanowienia końcowe

1. Członkowie Calisthenics Academy są zobowiązani zachowywać się kulturalnie, tak aby nie zakłócać toku prowadzonych zajęć. Zabronione jest używanie słów uznawanych powszechnie za wulgarne lub obraźliwe.
2. Członkowie Calisthenics Academy są zobowiązani przychodzić na zajęcia punktualnie. W przypadku spóźnienia Członek Calisthenics Academy może zostać niedopuszczony do zajęć.
3. Na terenie Calisthenics Academy obowiązuje bezwzględny zakaz palenia tytoniu, spożywania alkoholu, zażywania środków odurzających (w tym narkotyków); przychodzenia w stanie nietrzeźwości, odurzenia lub pod wpływem narkotyków.
4. Zakazane jest wnoszenie szklanych przedmiotów na sale ćwiczeń.
5. Zabrania się wprowadzania zwierząt na teren Calisthenics Academy.
6. Zabrania się używania w salach ćwiczeń, bez zgody Zarządu, pracowników, instruktorów lub trenerów Calisthenics Academy, telefonów komórkowych oraz wnoszenia i używania jakichkolwiek urządzeń rejestrujących obraz i/lub dźwięk. Na salach Calisthenics Academy obowiązuje również bezwzględny zakaz korzystania ze słuchawek.
7. Zabrania się wnoszenia na teren Calisthenics Academy przedmiotów niebezpiecznych i innych przedmiotów, których wniesienie mogłoby utrudniać lub uniemożliwiać korzystanie z terenu Calisthenics Academy, lub mogłoby doprowadzić do uszkodzenia lub zniszczenia mienia, bądź mogłoby stanowić zagrożenie dla bezpieczeństwa, życia lub zdrowia osób przebywających na terenie Calisthenics Academy.
8. Przedstawianie, rozpowszechnianie i udostępnianie wszelkich informacji handlowych lub podejmowanie działań marketingowych przez podmioty i osób trzecie, bez wyraźnej zgody Zarządu Calisthenics Academy, jest zabronione. Naruszenie powyższego zakazu, mimo wezwania przez Calisthenics Academy do zaprzestania naruszeń będzie skutkować podjęciem odpowiednich kroków prawnych.
9. Członek Calisthenics Academy dobrowolnie podaje swoje dane osobowe potrzebne do zawarcia umowy oraz uczestnictwa w zajęciach prowadzonych przez Calisthenics Academy.
10. Ze względu na fakt, iż integralną częścią usługi może być również utrwalenie uczestnictwa Członków w zajęciach. Członek oświadcza, że wyraża zgodę na używanie jego wizerunku w przypadku utrwalania zajęć podczas Warsztatów, zarówno w postaci foto, jak i wideo i nie będzie rościł sobie praw majątkowych z powodu ich wykorzystania. Członek zostanie każdorazowo poinformowany, jeśli na miejscu pojawi się osoba utrwalająca foto lub wideo. Na prośbę Członka każdorazowo klub usunie zdjęcie lub wideo, na którym wypadł niekorzystnie. Zdjęcia będą publikowane tylko przez kanały należące lub powiązane z organizatorem, tj. Calisthenics Academy. Jeśli nie wyrażają Państwo zgody na utrwalanie materiałów, prosimy nie pozować i usunąć się z przestrzeni zdjęcia lub video oraz poinformować o tym osobę wykonującą materiały w momencie jego powstawania, tak by mogła w odpowiednim czasie zareagować w przypadku np. zdjęć grupowych czy ujęć video, gdzie inni uczestnicy chcieliby zostać utrwaleni. Materiały są wykorzystywane do promocji zajęć oraz w celach marketingowych, ale też wielokrotnie są przedmiotem usługi, którą jest utrwalenie warsztatów, ćwiczeń czy relacja uczestnictwa danej osoby/ grupy osób w zajęciach, co jest ujęte w ofercie usługi lub oferowane słownie. Materiały nie będą wykorzystywane komercyjnie i nie będą przekazywane osobom trzecim. Materiały nie będą wykorzystywane i tworzone wbrew obowiązującym w Polsce przepisom.

11. Członek Calisthenics Academy zostanie poinformowany o zmianie Regulaminu w terminie 14 dni przed jego zmianą, z możliwością złożenia oświadczenia o odstąpieniu od umowy, w przypadku niezaakceptowania treści nowego Regulaminu.
12. W celu zapewnienia bezpieczeństwa sale treningowe Calisthenics Academy mogą być objęte monitoringiem przemysłowym. Nagrania z monitoringu mogą zostać wykorzystane wyłącznie w celu związanym z bezpieczeństwem i ochroną Członków Calisthenics Academy i ich mienia.
13. Zabrania się rejestrowania, utrwalania i rozpowszechniania za pomocą foto, video czy ścieżki dźwiękowej z pobytu na terenie Calisthenics Academy bez zgody organu odpowiedzialnego za takie zezwolenia. Każda próba utrwalenia pobytu na terenie Calisthenics Academy zajęć, wizerunku trenera czy innych uczestników zajęć zostanie bezwzględnie zgłaszana do organów odpowiedzialnych za ochronę tych praw i kierowana na drogę sądową bez możliwości polubownego rozwiązania sprawy.
14. Członkowie Calisthenics Academy mają bezwzględny zakaz wstępu do strefy przeznaczonej wyłącznie dla trenerów i pracowników Calisthenics Academy. Osoby łamiące ten zakaz mogą zostać usunięte z sali treningowej.
15. W związku z rozporządzeniem Unijnym RODO informujemy, że informacje o tym w, jaki sposób są przetwarzane Wasze dane, są dostępne tutaj www.calisthenicsacademy.pl/rodo-i-polityka-prywatnosci

§4 Siła wyższa

1. Przez Siłę Wyższą rozumie się zdarzenia pozostające poza kontrolą każdej ze Stron, których nie mogły one przewidzieć ani zapobiec, a które zakłócają lub uniemożliwiają realizację Umowy.
2. W przypadku zaistnienia Siły Wyższej, Strona, której taka okoliczność uniemożliwia lub utrudnia prawidłowe wywiązanie się z jej zobowiązań niezwłocznie nie później jednak niż w ciągu 7 dni, powiadomi drugą Stronę o takich okolicznościach i ich przyczynie.
3. W przypadku wystąpienia Siły Wyższej, Klub jest uprawniona do przejścia na tryb nauczania/prowadzenia zdalnego lub realizacji usługi w formie „zajęć online” do końca trwania umowy, co jest integralną częścią umowy pomiędzy Klubem i Członkiem.
4. W przypadku, gdy Członek z obiektywnych względów nie ma możliwości korzystania z usługi na tożsamym poziomie, dopuszcza się możliwość zamrożenia usługi do czasu ustania Siły Wyższej, tym samym przedłużając czas trwania umowy o analogiczny okres zamrożenia, w którym usługa nie była świadczona.
5. Forma realizacji usługi po wystąpieniu Siły Wyższej zostanie przedstawiona Członkowi niezwłocznie po reorganizacji Klubu i zapoznaniu się z aktualnymi wytycznymi odpowiednich służb wraz z nowo obowiązującym prawem oraz udostępniona za pośrednictwem dostępnych kanałów komunikacji z Członkiem.
6. Członek będzie mógł zapoznać się z nowymi zasadami realizacji usługi oraz dokonać ich akceptacji w przypadku chęci kontynuowania usługi. W przypadku braku akceptacji w ciągu 7 dni od komunikatu dochodzi do automatycznego zamrożenia usługi do czasu ustania Siły Wyższej.
7. W przypadku akceptacji sposobu realizacji usługi Klub zobowiązuje się do zachowania najwyższego, obiektywnie możliwego w danej sytuacji poziomu realizacji usługi na wcześniej ustalonych zasadach cenowych. Poziom merytoryczny nie ulegnie zmianie, jedynie środki

techniczne realizacji usługi zostaną dostosowane do aktualnej sytuacji w możliwie nieinwazyjny dla Członka sposób.

8. Członek wyraża świadomie zgodę na zastosowanie wyżej opisanego trybu w sytuacji wystąpienia Siły Wyższej akceptując regulamin i nie wnosi do niego uwag.

§5 Obostrzenia związane z pandemią COVID-19

1. Ze względu na wprowadzone obostrzenia dotyczące pandemii COVID-19, stosuje się obowiązujące przepisy prawa. W związku z aktualnymi wytycznymi Calisthenics Academy stosuje się następujące środki zapobiegawcze oraz wytyczne względem realizowanej usługi:
 - a) Członek jest zobowiązany do wypełnienia zgodnie z prawdą oświadczenia zdrowotnego podczas zapisów i poinformowaniu o ewentualnych zmianach w samopoczuciu lub w przypadku, gdy informacje w oświadczeniu ulegną zmianie.
 - b) Calisthenics Academy Dochowa wszelkiej staranności w celu zachowania bezpieczeństwa i higieny w trakcie wykonywania swoich zadań względem oferowanej usługi. Szczegółowe zasady bezpieczeństwa publikujemy pod tym linkiem: www.calisthenicsacademy.pl/procedura-bezpieczenstwa
 - c) Członek akceptuje wdrożone procedury poprzez pisemną akceptację oświadczenia, wspomnianego w pkt a.
 - d) Stan ten obowiązuje do momentu zakończenia pandemii lub wejścia w życie aktu prawnego znoszącego powyższe wymogi w świetle prawa. Po zaistnieniu przesłanek opisanych powyżej, paragraf niniejszego rozdziału wygasa i traci moc.

§6 Zasady funkcjonowania Klubu w związku z ograniczeniami związanymi z rozprzestrzenianiem się SARS-COV-2 po 17.10.2020 r.

1. W związku wystąpieniem stanu epidemii Klub od dnia 19.10.2020 r. jest przeznaczony wyłącznie dla osób uprawiających sport w ramach współzawodnictwa sportowego, zajęć sportowych lub wydarzeń sportowych, o których mowa w aktualnym Rozporządzeniu Rady Ministrów:
 - a) w obiekcie mogą przebywać jedynie osoby, które spełniają kryteria zawarte w punkcie 1,
 - b) Calisthenics Academy zastrzega możliwość weryfikacji, czy osoba korzystająca z usługi spełnia wymogi opisane w punkcie 1 w tym zażądać dodatkowego oświadczenia lub innego potwierdzenia stanu faktycznego,
 - c) osoby chcące korzystać z obiektu Klubu rekreacyjnie nie będą obsługiwane,
 - d) jako wykładnie prawną i definicje respektuje się komunikaty na stronach gov.pl / definicje słownikową PWN / wykładnie akademicką i praktyków z wykształceniem prawniczym,
 - e) przy weryfikacji klienta w nawiązaniu do pkt. d bada się stan faktyczny uprawiania "sportu wyczynowego", "współzawodnictwo sportowe", "korzystanie z zajęć sportowych" lub "wydarzeń sportowych",
 - f) przy stwierdzeniu negatywnej weryfikacji klienta, Klub ma prawo odmówić obsługi powołując się na zakazy wynikające bezpośrednio obowiązujących przepisów,

- g) w przypadku braku akceptacji nowego regulaminu, niezrealizowane świadczenia ulegają zamrożeniu, do momentu odblokowania poprawnego funkcjonowania działalności rekreacyjnej, zgodnie z pierwotną treścią regulaminu,
- h) klientowi, któremu Calisthenics Academy nie jest w stanie świadczyć usług od 17.10.2020 r. z tytułu siły wyższej, przysługuje możliwość skorzystania z innych usług lub produktów w ramach pozostałej kwoty, z zaznaczeniem:
 - i. iż są one realizowane zgodnie z §6, 1, a-f,
 - ii. są potwierdzone na piśmie aneksem, sporządzone w formie fizycznej, w dwóch jednobrzmiących egzemplarzach pod rygorem nieważności,
- i) w przypadku zajęć sportowych, klub rezygnuje z dotychczasowej formy zajęć i na czas obowiązywania zakazów wymienionych w §6 realizuje jedynie kursy edukacji ruchowej, kursy celowe, zajęcia przygotowawcze, wydarzenia sportowe oraz seminaria sportowe.

Bydgoszcz 10.01.2021 r.

Załącznik nr 1

do Regulaminu „Calisthenics Academy”

Bezwzględne przeciwwskazania do treningu

1. Nadciśnienie tętnicze III i IV stopnia
2. Otyłość III stopnia
3. Rozległe zgrubienie opłucnej
4. Zespół Downa
5. Zaburzenie kompulsywno-impulsywne
6. Choroba Cushinga
7. Aktywne choroby nowotworowe
8. Zapalenie wielomięśniowe
9. Wada wzroku powyżej 6 dioptrii lub 3 z astygmatyzmem
10. Choroby psychiczne
11. Reumatoidalne zapalenie stawów w stanie zaostrzenia
12. Zesztywniające zapalenie stawów kręgosłupa w stanie zaostrzenia
13. Gorączka reumatyczna
14. Toczeń układowy
15. Choroba niedokrwienności serca
16. Częstoskurcz komorowy
17. Bakteryjne zapalenie wsierdzia
18. Zwężenia zastawek
19. Stany ropne płuc
20. Jałowe martwice kości
21. Niewydolność serca III i IV stopnia
22. Choroba Buergera
23. Tętniaki
24. Zakrzepica żył głębokich
25. Krwiomocz
26. Ostra niewydolność nerek
27. Jamistość rdzenia
28. Zapalenie szpiku kostnego
29. Łamliwość kości
30. Niewyrównane wady serca

Załącznik nr 2

do Regulaminu „Calisthenics Academy”

Względne przeciwwskazania do treningu

1. Nadciśnienie tętnicze II stopnia
2. Otyłość II stopnia
3. Płaskostopie
4. Wady postawy
5. Nadczynność i niedoczynność gruczołów
6. Bolesne mięsaczki
7. Przewlekłe stany zapalne
8. Stany pourazowe
9. Entezopatie
10. Kręcz szyi
11. Zespół cieśni nadgarstka
12. Zespół bolesnego barku
13. Kręgozmyk
14. Niewydolność serca II stopnia
15. Dyskopatie
16. Hiper i hipowitaminozy
17. Zwrodnienia stawowe
18. Niedrożność jelit
19. Zapalenie wyrostka robaczkowego
20. Gruźlica
21. Przepukliny
22. Choroby zakaźne