



REGULAMIN SZKOLENIA/KURSU SAMOOBRONY

„MOGĘ! UMIEM! POTRAFIĘ!”

organizowanego przez Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Olkuszu oraz Komendę Powiatową Policji w Olkuszu pod patronatem honorowym Przewodniczącej Rady Powiatu w Olkuszu Małgorzaty Węgrzyn

Rozdział I

Postanowienia ogólne

§ 1

Organizatorem szkolenia samoobrony jest Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Olkuszu oraz Komenda Powiatowa Policji w Olkuszu.

§ 2

Celem prowadzonego szkolenia/kursu jest nauka właściwych reakcji i stosowania technik samoobrony w sytuacjach i miejscach zagrożenia bezpieczeństwa osobistego.

§ 3

Uczestnicy nie ponoszą opłat za udział w kursie.

§ 4

Uczestnikiem może być osoba pełnoletnia, pracownik jednostki organizacyjnej pomocy społecznej z terenu powiatu olkuskiego, u którego nie występują przeciwwskazania do udziału w szkoleniu ze względu na stan zdrowia.

Rozdział II

Organizacja szkolenia

§ 1

Zajęcia w ramach szkolenia/kursu będą realizowane w sali ćwiczeń i auli Komendy Powiatowej Policji przy ul. Jana Pawła II 32.

§ 2

Po zakończonych ćwiczeniach istnieje możliwość skorzystania z zaplecza sanitarnego przy sali ćwiczeń.



§ 3

Treningi – zajęcia praktyczne prowadzić będzie instruktor samoobrony z Komendy Powiatowej Policji w Olkuszu.

§ 4

Zajęcia praktyczne z samoobrony odbywać się będą w poniższych terminach:

Grupa I	25.09.2015r.
Grupa II	28.09.2015r.
Grupa III	29.09.2015r.
Grupa IV	02.10.2015r.

§ 5

W treningu może uczestniczyć grupa nie większa niż 15 osób.

§ 6

Zgłoszenia na szkolenie/kurs przyjmowane są w Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie w Olkuszu, ul. Piłsudskiego 21. O zakwalifikowaniu się do udziału w szkoleniu decyduje kolejność zgłoszeń.

§ 7

Osoby zgłaszające się na kurs samoobrony są zobowiązane do złożenia karty zgłoszenia wraz z oświadczeniem, stanowiącym załącznik nr 1 i 2 do niniejszego Regulaminu.

§ 8

Do zajęć praktycznych wymagany jest strój sportowy. Organizator kursu nie zapewnia stroju sportowego używanego podczas ćwiczeń.

§ 9

W trakcie prowadzonych zajęć uczestnicy kursu mogą wykonywać wyłącznie ćwiczenia wskazane przez instruktora i pod jego bezpośrednim nadzorem. Naruszenie powyższego obowiązku uzasadnia pozbawienie uczestnika możliwości dalszego udziału w kursie.

§ 10

Przebywając podczas zajęć w obiekcie sportowym i korzystając z jego wyposażenia Uczestnicy kursu muszą stosować się do obowiązującego regulaminu obiektu, przepisów bhp oraz instrukcji i poleceń wydawanych przez prowadzącego zajęcia.



§ 11

W trakcie zajęć zabrania się używania jakichkolwiek przedmiotów niezaakceptowanych do ćwiczeń przez prowadzącego zajęcia, używania wyposażenia hali sportowej niezgodnie z przeznaczeniem, stosowania nadmiernej siły fizycznej i niereagowania na sygnały o zakończeniu ćwiczenia (rezygnacji z dalszego ćwiczenia) dawane przez partnera.

§ 12

W przypadku wystąpienia symptomów kontuzji, stanu zagrożenia zdrowia czy innego rodzaju problemów obowiązkiem ćwiczących jest natychmiastowe powiadomienie instruktora.