







REGULAMIN OBOZU SZKOLENIOWEGO

Obóz sportowo-rekreacyjny jest kontynuacją procesu szkoleniowego w danym roku i ma na celu dalsze podniesienie umiejętności technicznych i możliwości motorycznych zawodników oraz jak najlepsze ich przygotowanie do czekających zawodów. Nie jest to zgrupowanie wypoczynkowe czy kulturalno – oświatowe, ale sportowe i szkoleniowe, z czego wynikają konkretne zadania i obowiązki jego uczestników.

Udział w zgrupowaniu jest przywilejem dla zawodnika, a nie prawem, które mu się z jakichś powodów należy. Każdy uczestnik obozu zobowiązany jest, więc bezwzględnie przestrzegać zasad niniejszego regulaminu.

1. Każdy uczestnik ma prawo i obowiązek uczestniczyć we wszystkich formach zajęć organizowanych na obozie. Zawodnik sam przestrzega rozkładu dnia, trener nie ma obowiązku za każdym razem przypominać o zajęciach.
2. **W czasie trwania obozu telefony komórkowe uczestników będą w depozycie u wychowawcy i wydawane będą w godzinach 13.00 – 15.00 w celu kontaktu z rodzicami.**
Skład grupy oraz numer telefonu do wychowawcy do kontaktu w sprawach pilnych będzie umieszczony na stronie internetowej <http://delfin.torun.pl/>
3. Wszelkie sprzęty elektroniczne oraz cenne przedmioty uczestnicy zabierają na własną odpowiedzialność. Organizator obozu nie ponosi odpowiedzialności za zgubienie, kradzież bądź inne zniszczenia.
4. Każdy uczestnik ma prawo: 
 - ◆ do kulturalnego wyrażania swoich opinii oraz zadawania pytań i otrzymywania wyjaśnień od trenera.
5. Każdy uczestnik ma obowiązek: 
 - ◆ posiadać **SPRAWNY** rower (zaleca się dokonanie przeglądu w serwisie rowerowym) 
 - ◆ podczas wycieczek rowerowych każdy uczestnik obozu zobowiązany jest do **używania kasku** w sposób zgodny z jego przeznaczeniem. Osoby bez kasku nie będą dopuszczane do zajęć na rowerach!
 - ◆ informować na bieżąco trenera o wszelkich urazach, chorobach, uszkodzeniach i innych zagrożeniach,
 - ◆ utrzymywać porządek w miejscu zakwaterowania oraz przestrzegać kultury i higieny osobistej, dbać o powierzony sprzęt sportowy,
6. Zabrania się: 
 - ◆ samodzielnie, bez zgody trenera oddalać się z miejsca zajęć czy zakwaterowania np. wychodzić do miasta, na zakupy, schodzić ze szlaków turystycznych itd.
 - ◆ wychodzić z pokoi czy przeszkadzać innym (np. zbyt głośnym zachowaniem) podczas ciszy poobiedniej czy nocnej,
 - ◆ używać alkoholu, palić papierosów czy innych używek,
 - ◆ wykonywać samosądów czy wymierzać samemu sprawiedliwość,
 - ◆ wchodzić do pokoi bez zgody lub pod nieobecność jego mieszkańców
 - ◆ bez pozwolenia właścicieli brać i używać przedmiotów należących do osób trzecich,
 - ◆ dotykać przedmiotów mających połączenie z liniami wysokich napięć, manipulować niewypałami,
 - ◆ spożywać różnego rodzaju owoców, co do których nie ma pewności, że są jadalne, spożywać nieswieżych lub zbyt długo przechowywanych produktów mogących spowodować ewentualne zatrucia,
 - ◆ zaśmiecać środowisko naturalne, niszczyć urządzeń sportowych czy hotelowych, pisać i malować po ścianach, łamać meble, wybijać okien itd. W jakikolwiek sposób naruszać obowiązujących regulaminów obiektów, z których się korzysta,
 - ◆ zachowywać się niemoralnie, nieetycznie czy niegodnie sportowca, narażać w jakikolwiek sposób dobre imię Polski, województwa, klubu czy szkoły.
7. Zawodnicy lub ich rodzice ponoszą pełną odpowiedzialność materialną za wyrządzone szkody spowodowane z winy zawodnika (zwłaszcza w miejscu zakwaterowania, na stołówce).
8. Za rażące lub wielokrotne naruszenia regulaminu zawodnik zostanie wydalony z obozu na koszt własny rodziców, bez prawa zwrotu niewykorzystanych pieniędzy.
9. W sprawach nie ujętych niniejszym regulaminem decydujące znaczenie mają postanowienia trenera, kierownika obozu czy opiekuna. Brak reguł zachowania na każdą nieprzewidzianą okoliczność nie zwalnia zawodnika od obowiązku zachowania zdrowego rozsądku i ostrożności, na co dzień.
10. **Oświadczam, że w dniu 16.08.2017 r zostałem/am zapoznany/a z wymogami niniejszego regulaminu i własnoręcznym podpisem zobowiązuje się do ścisłego przestrzegania wymienionych wyżej zasad. Jestem przy tym świadomy/a grożących mi konsekwencji w razie ich naruszenia.**

Podpisy zawodników:

OŚWIADCZENIA UCZESTNIKÓW OBOZÓW

I w sprawie przeszkolenia przeciwpożarowego:

1. Zostałem/am zapoznany/a z przepisami ochrony przeciwpożarowej i zobowiązuje się do ich przestrzegania.
2. Zostałem/am zapoznany/a z ogólnym schematem ewakuacji obowiązującym w obiekcie zakwaterowania.
3. Umiem posługiwać się podręcznym sprzętem przeciwpożarowym dostępnym w miejscu zakwaterowania.
4. Wiem, że o każdym zauważonym pożarze lub sytuacji grożącej pożarem mam obowiązek powiadomić kierownictwo placówki (obozu), trenera (wychowawcę) a jeśli to konieczne i możliwe najbliższą straż pożarną lub komendę policji,
5. Wiem, że w przypadku powstania pożaru opuszczając zagrożone miejsce należy zachować bezwzględny spokój i nie wywoływać paniki, natychmiast ostrzec inne osoby znajdujące się w pobliżu oraz wykonywać polecenia trenera, kierownika obozu czy innej osoby kierującej akcją. Z chwilą przybycia straży pożarnej nie tylko podporządkowuję się poleceniom strażaków, ale udzielam wszelkich informacji.
6. Wiem, że uczestnikom obozu nie wolno:
 - ◆ rozniecać ognisk w lesie lub w ich pobliżu bez zgody leśniczego,
 - ◆ posługiwać się otwartym ogniem (zapalkami, świecami, pochodniami, lampami naftowymi, itd.) bez zgody trenera (wychowawcy),
 - ◆ palić w sypialniach świec, zapalek, papierosów, włączać grzałek elektrycznych, itd.
 - ◆ zaśmiecać terenu i miejsca zakwaterowania, ponieważ sprzyja to rozprzestrzenianiu się pożaru,
 - ◆ używać sprzętu przeciwpożarowego do celów nie związanych ze szkoleniem lub akcją ratowniczą, samowolnie włączać istniejących systemów alarmowych.
 - ◆ samowolnie zakładać, naprawiać, regulować instalacji elektrycznej czy gazowej.

II w sprawie korzystania z akwenów wodnych:

1. Zostałem zapoznany/a z zasadami bezpieczeństwa, które obowiązują podczas kąpieli i zobowiązuje się ich przestrzegać.
2. Wiem, że kąpiel zwłaszcza na terenach otwartych może się odbywać tylko w wyznaczonych miejscach, w formach zorganizowanych grup, pod opieką trenera, (wychowawcy) oraz ratownika.
3. Wiem, że na udział w takiej kąpeli każdy musi uprzednio uzyskać zgodę trenera (opiekuna) a na sygnał alarmowy natychmiast muszę wyjść z wody.
4. Wiem, że mi nie wolno:
 - ◆ samodzielnie, bez wiedzy i zgody trenera (opiekuna) wchodzić zwłaszcza do nieznanymi akwenów otwartych,
 - ◆ wypływać poza teren oznakowany, dozwolony przez opiekuna,
 - ◆ skakać do wody z brzegu, pomostów, kamieni, wpychać czy wciągać jeden drugiego do wody.
 - ◆ samodzielnie, bez powiadomienia opiekuna oddalać się z miejsca kąpieli, wychodzić niepostrzeżenie z wody czy ukrywać się przed innymi,
 - ◆ przytapiać innych, udawać, że się ktoś topi, wznosić okrzyków i wywoływać zbędnych alarmów.
5. Przebywając na brzegu obserwuję kąpiących się kolegów i w razie potrzeby zawiadamiam trenera, (opiekuna) o zaistniałym zagrożeniu.

III w sprawie bezpieczeństwa na drogach:

1. Oświadczam, że znane mi są ogólne zasady poruszania się po drogach i ulicach przez pieszych (zgodnie z Kodeksem Drogowym) i zobowiązuje się ich przestrzegać.
2. W czasie indywidualnego poruszania się po drogach i ulicach przestrzegam zwłaszcza następujących zasad:
 - ◆ na drogach pozamiejskich chodzę ścieżką obok jezdni po lewym poboczu, a gdy nie ma pobocza lub nie można z niego korzystać - chodzę jezdnią po lewej stronie, jak najbliżej jej krawędzi,
 - ◆ bezwzględnie ustępuję pierwszeństwa nadjeżdżającym pojazdom,
 - ◆ z drogi przeznaczonej tylko dla rowerzystów korzystam jedynie, gdy nie ma chodnika ani pobocza, zawsze ustępując im pierwszeństwa,
 - ◆ w miastach korzystam tylko z chodników,
 - ◆ idąc po jezdni w grupie idziemy jeden za drugim a tylko gdy nie ma na niej żadnego ruchu a widoczność jest bardzo dobra - wyjątkowo dwójkami ale jak najbliżej lewej krawędzi,
 - ◆ przez jezdnię i torowiska przechodzę tylko w wyznaczonych do tego miejscach upewniwszy się uprzednio czy z żadnej strony nie nadjeżdża pojazd,
 - ◆ nie wchodzę na przejście dla pieszych tuż przed nadjeżdżającym pojazdem, nie przechodzę w miejscach w których droga nie jest widoczna na dostateczną odległość (na zakrętach, pod stromymi wzniesieniami, w czasie burzy czy śnieżycy),
 - ◆ w innych miejscach wolno mi przechodzić przez jezdnię tylko wtedy, gdy w odległości 100 m nie ma wydzielonego przejścia oraz gdy nie ma także wydzielonego torowiska czy pasa dzielącego dwie jezdnie lub urządzeń takich jak bariery czy łańcuchy.
3. Podczas przemarszów zorganizowanych wykonuję na bieżąco wszystkie polecenia trenera lub innej osoby kierującej kolumną.

4. Podczas wycieczek rowerowych jedziemy jeden za drugim zwartą grupą zawsze prawą stroną jezdni lub drogi gruntowej, nie wyprzedzamy jadącego przed nami, utrzymujemy wyznaczony szyk. Przestrzegamy obowiązujących zasad przepisów o ruchu drogowym.

Oświadczam, że w dniu 16.08.2016 r zostałem zapoznany z zasadami bezpieczeństwa na drogach, bezpieczeństwa przeciwpożarowego oraz zasadami bezpieczeństwa na akwenach wodnych. Własnoręcznym podpisem zobowiązuję się uroczyście do ich bezwzględnego przestrzegania.

Zostałem ostrzeżony, że każdy naruszający wymienione wyżej zasady będzie dyscyplinarnie wydalony z obozu na koszt rodziców.

Podpisy zawodników:

REGULAMIN NAGRÓD I KAR

1. Za szczególne osiągnięcia oraz wyróżniające zachowanie uczestnicy obozu mogą zostać nagrodzeni:
 - ◆ pochwałą wychowawcy,
 - ◆ pochwałą kierownika obozu,
 - ◆ pochwałą na piśmie oraz powiadomieniem rodziców, władz klubu oraz szkoły,
 - ◆ drobną nagrodą rzeczową.
2. Z naruszenie regulaminu obozu uczestnik obozu może być ukarany:
 - ◆ upomnieniem ustnym wychowawcy,
 - ◆ naganą kierownika z wpisem do dziennika obozowego,
 - ◆ naganą kierownika wraz z ostrzeżeniem (powiadomienie rodziców, klubu i szkoły),
 - ◆ wydaleniem z obozu oraz karą statutową klubuza rażące naruszenie regulaminu kara nie podlega gradacji i może być nałożona kara najsurowsza.