

## **Regulamin obowiązujący na akcjach szkoleniowych KWM tenisa stołowego w województwie mazowieckim**

Każdy uczestnik akcji winien posiadać legitymację szkolną, zgodę rodziców, licencje zawodniczą oraz aktualne zaświadczenie lekarskie o zdolności do uprawiania sportu.

### **Wszystkich uczestników podczas wyjazdu i pobytu obowiązuje:**

1. Zastosowanie się do regulaminu akcji.
2. Dyscyplina i troska o porządek w czasie podróży, treningu, zwiedzania i w miejscu zakwaterowania, kultura słowa i właściwe zachowanie.
3. Całkowity zakaz spożywania napojów alkoholowych, palenia tytoniu itp. pod groźbą natychmiastowego usunięcia ze zgrupowania, odesłania do domu na koszt rodziców i dalszych konsekwencji dyscyplinarnych.
4. Troska o zdrowie i bezpieczeństwo własne i innych w trakcie pobytu na akcji w szczególności na zajęciach szkoleniowych.
5. Korzystanie z dostępnych urządzeń zgodnie z ich przeznaczeniem pod kontrolą trenerów lub właścicieli.
6. Zachowanie wszelkich przepisów obowiązujących na szlakach turystycznych w miejscach treningu, na ulicach i w miejscu zakwaterowania itp., oraz bezwzględne stosowanie się do wskazówek i poleceń kierownika akcji, trenerów i przewodnika.
7. Odpowiednie obuwie i strój, stosowne do rodzaju zajęć, warunków atmosferycznych, terenowych itp..
8. Troska o miłą atmosferę w duchu życzliwości, przyjaźni i radości.
9. Natychmiastowe zgłoszenie wszelkich problemów zdrowotnych kierownikowi akcji i trenerom. Dopuszcza się zażywanie leków osobistych, po wcześniejszym zgłoszeniu oraz w oparciu o oświadczenie rodziców.
10. Zapoznanie z regulaminem zasad poruszania się pieszo na akcji szkoleniowej zgodnie z załącznikiem nr 1 (kodeks drogowy).
11. Zapoznanie z regulaminem zasad poruszania się rowerem na akcji szkoleniowej zgodnie z załącznikiem nr 2 (kodeks drogowy)\*.
12. Zapoznanie z regulaminem zasad kąpielii na akcji szkoleniowej zgodnie z załącznikiem nr 3\*.
13. Zapoznanie z regulaminem zasad korzystania ze sprzętu pływającego (kajak, łódź, osad itp.) na akcji szkoleniowej zgodnie z załącznikiem nr 4\*.
14. Odwiedziny mogą odbywać się po wcześniejszym zgłoszeniu Kierownikowi, tylko w czasie wolnym od zajęć szkoleniowych.
15. Wszystkie wyjścia poza miejsce zakwaterowania lub trasę treningu mogą odbywać się tylko za wiedzą i zgodą osób odpowiedzialnych na akcji szkoleniowej (kierownika, trenera).

### **Wszystkim uczestnikom podczas wyjazdu i pobytu na akcji zabrania się:**

1. Wzajemnych odwiedzin w pokojach (dziewcząt u chłopców i odwrotnie).
2. Korzystania z obiektów sportowych, urządzeń i sprzętu sportowego bez zgody i nadzoru trenera.
3. Kąpielii bez zgody trenera oraz nadzoru ratownika lub trenera z uprawnieniami ratownika.

Oświadczam, iż zostałem zapoznany z przepisami przeciwpożarowymi obowiązującymi w miejscu zakwaterowania, wyżywienia oraz odbywania zajęć szkoleniowych. Przyjmuję również do wiadomości zakaz używania własnych urządzeń elektrycznych i gazowych (grzałek, kuchenek, itp.).

Oświadczam, że zostałem zapoznany z niniejszym regulaminem wraz jego załącznikami i zobowiązuję się do jego przestrzegania, potwierdzając to własnoręcznym podpisem.

**Konsekwencją nie zastosowania się do Regulaminu podczas wyjazdu i pobytu na akcji obowiązujący zawodników Kadry Wojewódzkiej jest usunięcie, odesłanie do domu na koszt rodziców oraz dalsze konsekwencje dyscyplinarne.**