

*Załącznik nr 1 do Zarządzenia nr 8/2024  
Prezesa Zarządu Chełmskiego Parku Wodnego  
i Targowisk Miejskich Sp. z o. o. w Chełmie z dnia  
22 lutego 2024 r.*

**Regulamin zajęć Aqua Aerobiku  
organizowanych przez Chełmski Park Wodny i targowiska Miejskie Sp. z o.o.  
w Chełmie**

**§ 1**

1. Chełmski Park Wodny [dalej również Pływalnia] jest obiektem ogólnodostępnym, którego właścicielem jest Chełmski Park Wodny i Targowiska Miejskie Sp. z o. o. w Chełmie.
2. Organizatorem zajęć Aqua Aerobik w Chełmskim Parku Wodnym jest Chełmski Park Wodny i Targowiska Miejskie Sp. z o.o., ul. Lubelska 133A, 22-100 Chełm, wpisana do rejestru przedsiębiorców Krajowego Rejestru Sądowego po numerem KRS 0000123412, której akta rejestrowe prowadzone są przez Sąd Rejonowy Lublin – Wschód z siedzibą w Świdniku VI Wydział Gospodarczy, NIP 5631953367 [dalej Organizator].

**§ 2**

1. Uczestnikiem zajęć Aqua Aerobiku może być osoba, która nie ma przeciwwskazań zdrowotnych do wykonywania ćwiczeń fizycznych w wodzie.
2. Każdy uczestnik zajęć Aqua Aerobiku ma obowiązek zapoznania się z niniejszym Regulaminem oraz Załącznikiem nr 1 do Regulaminu przeciwwskazania do treningu w wodzie.
3. Organizator nie odpowiada za ewentualne pogorszenie się stanu zdrowia uczestnika będące następstwem jego udziału w zajęciach.
4. Uczestnik biorąc udział w zajęciach potwierdza, że nie istnieją przeciwwskazania zdrowotne do jego udziału w zajęciach Aqua Aerobiku.
5. Zajęcia Aqua Aerobiku nie są przeznaczone dla osób o obniżonej wydolności organizmu wynikającej ze stanu zdrowia lub wieku uczestnika.
6. W przypadku złego samopoczucia lub jakichkolwiek problemów zdrowotnych podczas zajęć Aqua Aerobiku należy natychmiast poinformować o tym instruktora prowadzącego zajęcia.

**§ 3**

1. Zajęcia Aqua Aerobiku odbywają się w systemie grupowym, bez wcześniejszego zapisu na zajęcia.
2. Zajęcia organizowane są w każdy wtorek i czwartek o godz. 18:30. Organizator zastrzega możliwość zmiany dnia i godziny zajęć. Zajęcia prowadzone są przez cały rok z wyjątkiem wakacji.
3. Zajęcia Aqua Aerobiku trwają 45 minut, przy czym pobyt w Strefie basenowej trwa 120 minut.
4. Płatności za zajęcia odbywa się w formie:
  - a) karnetu na 4 bądź 8 wejść;

- b) jednorazowego wstępu na zajęcia w cenie biletu normalnego na Strefę basenową na 120 minut, zgodnie z obowiązującym cennikiem.
5. Ceny karnetów wskazano w Cenniku karnetów i zajęć indywidualnych obowiązujących w Chełmskim Parku Wodnym i Targowisku Miejskim Sp.z o.o. w Chełmie.
  6. Ważność karnetów:
    - a) Karnet na 4 wejścia - 30 dni;
    - b) Karnet na 8 wejść - 45 dni.
  7. Karnet jest imienny nie można go odstąpić innej osobie.
  8. Przy płatności za jednorazowe wstęp honorowana jest kara MultiSport, PZU Sport, Medicover Sport, Fit Profit.
  9. Wstęp na zajęcia mają tylko osoby posiadające aktualny karnet w dniu rozpoczęcia zajęć karnet, bądź wykupią jednorazowe wstęp na zajęcia.

#### § 4

1. Organizator zajęć Aqua Aerobiku nie zwraca wpłaconych i niewykorzystanych w terminie ważności karnetu kwot.
2. Za niewykorzystanie wejść na zajęcia Aqua Aerobiku w terminie ważności karnetu nie przysługuje zwrot kosztów.
3. W przypadku niewykorzystania możliwości uczestnictwa w zajęciach w terminie ważności karnetu określonym w § 3 ust. 6 nie ma możliwości przedłużenia ważności karnetu.

#### § 5

1. Zajęcia Aqua Aerobiku prowadzone są przez doświadczoną kadrę instruktorską posiadającą uprawnienia instruktorskie w zakresie rekreacji ruchowej.
2. Zajęcia odbywają się w grupach liczących maksymalnie 25 osób.
3. Podczas zajęć w basenie sportowym należy założyć czepek.

#### § 6

1. Każdy uczestnik zajęć Aqua Aerobiku zobowiązany jest do przestrzegania obowiązujących Regulaminów, a to: Regulaminu ogólnego Chełmskiego parku Wodnego i Targowisk Miejskich Sp. z o.o. w Chełmie, Regulaminu zajęć Aqua Aerobiku organizowanych przez Chełmski Park Wodny i Targowiska Miejskie Sp.z o.o. w Chełmie i instrukcji bezpiecznego użytkowania poszczególnych Stref Parku Wodnego.
2. Dokonując płatności za zajęcia uczestnik deklaruje, iż zapoznał się z treścią powyższych Regulaminów i akceptuje warunki w nich zawarte.
3. Za konsekwencje wynikające z nieprzestrzegania regulaminów, uczestniczenia w zajęciach pomimo przeciwwskazań zdrowotnych, nieprzestrzegania poleceń i wskazówek instruktora prowadzącego zajęcia oraz dyżurującego ratownika WOPR organizator nie ponosi odpowiedzialności.
4. W trakcie zajęć, ze względów bezpieczeństwa, zabronione jest posiadanie na sobie jakiegokolwiek biżuterii, zegarków itp.
5. Chełmski Park Wodny i Targowiska Miejskie Sp. z o.o. zastrzega sobie możliwość dokonania zmian w Regulaminie w każdym czasie.
6. Regulamin zostanie zamieszczony na stronie internetowej [www.parkwodnychelm.pl](http://www.parkwodnychelm.pl) jak również będzie dostępny w Strefie Kas i Sekretariacie Chełmskiego Parku Wodnego i Targowisk Miejskich w Chełmie.

Prezes Zarządu

mgr Artur Paweł Juszcak

### **Przeciwwskazania do treningu w wodzie**

1. Choroby układu krążenia:
  - a) niewydolność krążenia sercowo-pochodna;
  - b) częstoskurcz napadowy na podłożu organicznej choroby serca;
  - c) migotanie przedsionków jeżeli jest objawem choroby serca;
  - d) zaburzenia rytmu na tle bloków przewodzenia;
  - e) ostre i podostre zapalenie mięśnia serca;
  - f) zapalenie wsierdzia;
  - g) zapalenie osierdzia;
  - h) wady serca wrodzone;
  - i) zakrzepowe zapalenie żył.
2. Choroby układu oddechowego:
  - a) zapalenie oskrzeli, zapalenie płuc, zawał płuc, zaporowa rozedma płuc, dychawica oskrzelowa w częstych napadach, odma samoistna, sarkoidoza.
3. Choroby przewodu pokarmowego:
  - a) wrzód żołądka i dwunastnicy;
  - b) ostry nieżyt żołądka;
  - c) ostre zapalenie jelit;
  - d) wirusowe zapalenie wątroby;
  - e) zapalenie pęcherza i dróg żółciowych.
4. Choroby układu dokrewnego:
  - a) nadczynność tarczycy – pełnoobjawowa;
  - b) cukrzyca z powikłaniami;
  - c) niedoczynność kory nadnerczy.
5. Choroby laryngologiczne:
  - a) uszkodzenie małżowiny i przewodu słuchowego zewnętrznego;
  - b) wyprysk lub czyraki małżowiny lub przewodu słuchowego zewnętrznego;
  - c) rozlane zapalenie przewodu słuchowego zewnętrznego;
  - d) ostre zapalenie ucha wewnętrznego;
  - e) powikłania zapalenia ucha wewnętrznego;
  - f) ostre i przewlekłe nieżyty trąbek słuchowych;
  - g) choroby narządu przedsionkowego (np. błędniaka);
  - h) ostry i przewlekły nieżyt nosa i jam bocznych nosa;
  - i) zapalenie migdałków podniebiennych.
6. Przeciwwskazania okulistyczne:
  - a) ostre i przewlekłe zapalenia spojówek;
  - b) zapalenie woreczka łzowego;
  - c) zapalenie twardówki;
  - d) zapalenie i wrzody rogówki;
  - e) zapalenie tęczówki i ciała rzęskowego;
  - f) zapalenie naczyńówki;
  - g) zapalenie siatkówki;
  - h) krwotok do ciała szklanego;
  - i) odwarstwienie siatkówki.
7. Przeciwwskazania chirurgiczne:
  - a) ostre zapalne stany narządów jamy brzusznej;
  - b) stany zapalne skóry, tkanki podskórnej, powięzi mięśni;
  - c) czyraki;
  - d) ropne zakażenia.



8. Choroby ginekologiczne:

- a) stany zapalne narządu rodnego,;
- b) mięśniaki macicy z krwawieniami;
- c) ciąża ale tylko 6 tygodni przed porodem.

9. Inne:

- a) stany pourazowe zagrażające udarem mózgu;
- b) ostre i przewlekłe zapalenia nerek;
- c) choroby reumatyczne w stanie nasilenia;
- d) choroby krwi o przebiegu ostrym i postępującym;
- e) wszystkie choroby przebiegające z podwyższoną temperaturą ciała.

Przeciwwskazania do zajęć Aqua Aerobiku zależą od jednostki chorobowej, jak również od jej zaawansowania. Czynniki te powinny być uwzględnione przez lekarza, który powinien zdecydować o dopuszczeniu lub zakazie uczestniczenia w zajęciach. Przeciwwskazania, które są powyżej wymienione mogą mieć charakter stały lub czasowy. Przeciwwskazania stałe dotyczą osób, u których rodzaj i zaawansowanie wady czy schorzenia wykluczają całkowicie wysiłek fizyczny w środowisku wodnym. Przeciwwskazania czasowe dotyczą osób w okresie rekonwalescencji po chorobach, które z powodu: osłabienia, możliwości wystąpienia nawrotu choroby lub powikłań nie powinny jeszcze podejmować wysiłku fizycznego lub przebywać w środowisku wodnym. Czas niezdolności do ćwiczeń musi określić lekarz indywidualnie dla danej osoby.