

Regulamin oraz warunki uczestnictwa w „WenDo – warsztat samoobrony i asertywności dla kobiet”, wydarzeniu organizowanym przez Narodowy Stary Teatr im. H. Modrzejewskiej w Krakowie.

## I Postanowienia ogólne

1. Warsztat jest skierowany do kobiet w wieku 30-50 lat.
2. Program warsztatu obejmuje m.in. ćwiczenia dot. pracy z oddechem i głosem, ćwiczenia z zakresu efektywnej komunikacji, symulacje, dyskusje w małych grupach i plenarne, scenki. W zakresie samoobrony fizycznej ćwiczymy m.in. ciosy, kopnięcia, uwolnienia, bloki, krzyk.
3. Warsztat stanowi całość od pierwszej do ostatniej godziny, dlatego wymagana jest obecność na całych zajęciach.
4. Osoby uczestniczące w warsztacie biorą całkowitą odpowiedzialność za stan swojego zdrowia fizycznego i emocjonalnego.
5. Problemy zdrowotne i fakt bycia w ciąży trzeba zgłosić przed warsztatem. Jeśli w trakcie zajęć pojawia się złe samopoczucie, należy o tym poinformować osobę prowadzącą.
6. W warsztatach mogą uczestniczyć jedynie osoby w pełni świadome, które nie są pod wpływem jakichkolwiek substancji zmieniających świadomość (alkohol, narkotyki, silne leki).
7. Osoby w trakcie leczenia psychiatrycznego, osoby, które ostatnio przeżyły kryzys emocjonalny lub chorują na depresję, powinny poinformować o tym prowadzącą, a swoją decyzję o udziale w warsztacie skonsultować z lekarką/zem prowadzącą/ym lub psychoterapeut/k/ą. Konsultację zalecamy wszystkim osobom, które mają wątpliwości co do tego, jak warsztaty mogą wpłynąć na ich stan.
8. W czasie warsztatów osoby uczestniczące mają prawo odmówić odpowiedzi na pytania oraz odmówić udziału w proponowanych ćwiczeniu/ćwiczeniach.
9. Narodowy Stary Teatr zastrzega sobie prawo do zmian związanych z organizacją warsztatów z przyczyn od siebie niezależnych.

10. Zgłoszenie udziału w warsztatach jest równoznaczne z przyjęciem do wiadomości i zaakceptowaniem niniejszego regulaminu, cennika oraz warunków uczestnictwa.
11. Liczba miejsc to maksymalnie 14 osób w grupie.
12. Każda uczestniczka zajęć jest zobowiązana do przestrzegania zasad współpracy, regulaminu obiektu, poszanowania mienia placówki i osób, przestrzegania zasad bezpieczeństwa na zajęciach i szacunku względem współuczestniczek zajęć oraz prowadzących zajęcia.
13. W trosce o najwyższą jakość warsztatów prosimy o przybycie na minimum 10 minut przed planowanym początkiem zajęć.

### II Warunki uczestnictwa w „WenDo – warsztat samoobrony i asertywności dla kobiet”.

Warunkiem uczestnictwa w warsztacie jest:

- zakup biletu;
- zgoda i przestrzeganie warunków i zasad udziału w warsztacie zawartych w niniejszym regulaminie.

### III Miejsce oraz czas zajęć

1. Warsztaty odbywać się będą w siedzibie Narodowego Starego Teatru im. H. Modrzejewskiej w Krakowie, przy ul Jagiellońskiej 1, kod pocztowy: 31-010.
2. Sala warsztatowa (Strefa BE) jest dostępna dla osób poruszających się na wózkach.
3. W sali warsztatowej obowiązuje zmiana obuwia na użytkowane wyłącznie wewnątrz.
4. Warsztat będzie trwał łącznie 13 godzin i odbędzie się w dniach 22-23 listopada 2025 r. w godz. 10.00-16.30.

### IV Pozostałe postanowienia

1. Wszystkie uczestniczki zajęć obowiązują bezwzględne przestrzeganie stosownych przepisów przeciwpożarowych, porządkowych i bezpieczeństwa.
2. W przypadku jakiegokolwiek zagrożenia, uczestniczki zajęć zobowiązane są do stosowania się do poleceń prowadzących.
3. Odpowiedzialność za zniszczenia wynikające z niewłaściwego użytkowania wyposażenia pracowni lub sali ponosi osoba nieprzestrzegająca zasad ich użytkowania.

## V Informacja o zasadach przetwarzania danych osobowych

Zgodnie z art. 13 ust 1 i 2 Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych (Rozporządzenie Ogólne – RODO) oraz ustawy o ochronie danych osobowych z dnia 10 maja 2018r. (Dz. U. z 2018r. poz. 1000 z późn. zm.), informuję, iż:

1. Administratorem Danych Osobowych jest Narodowy Stary Teatr im. H/ Modrzejewskiej w Krakowie, ul. Jagiellońska 5, 31-010 Kraków, NIP: 675-02-00-060, REGON: 000278764, tel. 12 421 29 77; tel. 12 422 80 20 lub 12 422 85 66, wew. 110, fax 12 421 33 53, pod adresem poczty elektronicznej: sekretariat@stary.pl lub e-mail: promocja@stary.pl, rezerwacja@stary.pl, [info@micet.pl](mailto:info@micet.pl).
2. Kontakt z Inspektorem Ochrony Danych odpowiedzialnym za ochronę danych osobowych w Starym Teatrze: tel. 12 422 80 20 lub 12 422 85 66, wew. 119, fax. 12 421 33 53, e-mail: [iod@stary.pl](mailto:iod@stary.pl).
3. Podanie przez Pana/Panią danych osobowych jest dobrowolne, a konsekwencją ich nie podania będzie brak możliwości udziału w zajęciach.
4. Dane nie będą podlegały automatycznemu profilowaniu. Dane nie będą podlegały transferowi do Państw Trzecich ani automatycznemu podejmowaniu decyzji.
5. Odbiorcami Pani/Pana danych osobowych mogą być podmioty upoważnione na podstawie obowiązujących przepisów prawa (np.: sądy, organy państwowe, skarbowe).
6. Posiada Pani/Pan prawo do: dostępu do treści swoich danych oraz ich sprostowania, a także prawo do usunięcia, ograniczenia przetwarzania, przenoszenia danych, wniesienia sprzeciwu wobec przetwarzania w przypadkach i na warunkach określonych w Rozporządzeniu Ogólnym.
7. Jeżeli przetwarzanie odbywa się na podstawie zgody, posiada Pani/Pan również prawo do cofnięcia zgody w dowolnym momencie bez wpływu na zgodność z prawem przetwarzania, którego dokonano na podstawie zgody przed jej cofnięciem. Wycofanie zgody na przetwarzanie danych osobowych można przesłać e-mailem na adres: rezerwacja@stary.pl, info@micet.pl, pocztą tradycyjną na adres Narodowy

# NARODOWY STARY TEATR

Stary Teatr im. H. Modrzejewskiej w Krakowie, ul. Jagiellońska 5, 31-010 Kraków,  
lub wycofać osobiście stawiając się w siedzibie Administratora Danych.

8. Posiada Pani/Pan prawo do wniesienia skargi do Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych w razie uznania, że przetwarzanie Pani/Pana danych osobowych narusza przepisy Rozporządzenia Ogólnego.
9. Padanie przez Pani/Pana danych osobowych jest niezbędne w zakresie określonym obowiązującymi przepisami prawa, a w pozostałym zakresie jest dobrowolne, ale konieczne dla celów związanych z nawiązaniem i przebiegiem Pana/Pani relacji z Narodowym Starym Teatrem.