

AO  
Cieplich

ul. Jana Pawła II 12

8745.21.DKP

Wpłynęło dn. 23-06-2021

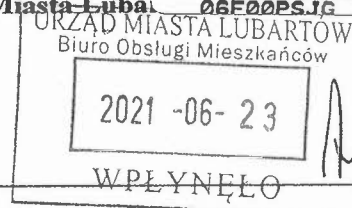
Przyjęto przez:

Agnieszka Szymczuk

Załącznik Nr 1 do



Formularz zgłoszenia Projektu do Budżetu Obywatelskiego Miasta Lubartów



Poniższe pola należy wypełniać DRUKOWANYMI literami:

1. Numer identyfikacyjny Projektu (wypełnia Urząd Miasta Lubartów)

AO.3041.14.2021

2. Tytuł Projektu

AAA czyli biceps, triceps i smukła sylwetka za free

3. Lokalizacja Projektu

Przy projekcie inwestycyjnym wymagane jest podanie numerów działek.

4. Skrócony opis Projektu

Informacje zawarte w tym punkcie powinny zawierać maksymalnie 1000 znaków. Opis ten powinien wskazywać najistotniejsze elementy Projektu.

Projekt dedykowany jest do osób, które chcą zadbać o swoją sylwetkę. Ma on zachęcić osoby do 55 roku życia do czynnego udziału w ćwiczeniach fizycznych pod okiem wykwalifikowanych instruktorów sportów siłowych oraz fitness. Uczestnicy projektu będą mogli nieodpłatnie uczestniczyć w zajęciach. Przewidziana ilość uczestników projektu to 780 osób, które to osoby będą mogły korzystać ze wszystkich urządzeń i dodatkowo sauny.

5. Szczegółowy opis Projektu

Prosimy o niepodawanie propozycji wykonawców realizujących projekty. Wybór konkretnego podmiotu realizującego dany Projekt zostanie dokonany przez Gminę Miasto Lubartów w ramach procedur określonych prawem.

W Lubartowie młodzi ludzie nie mają możliwości skorzystania w sposób nieodpłatny z zajęć prowadzonych przez specjalistów. Miasto nie posiada odpowiedniego zaplecza. Tymczasem coraz więcej osób ma nadwagę, wady postawy co skutkuje problemami zdrowotnymi. Dlatego przedkładałam mój projekt zajęć na siłowni dla osób do 55 roku życia. Powyższe zajęcia odbywać się będą pod okiem wykwalifikowanych instruktorów posiadających odpowiednie certyfikaty. Przewidywana ilość uczestników to 780 osób. Dodatkową możliwością poprawienia stanu fizycznego i zdrowotnego jest możliwość korzystania z sauny.

Ćwiczenia wykonywane na niżej wskazanych urządzeniach oraz zajęcia fitness mają za zadanie pozbycie się nadmiernych kilogramów, poprawieniu sylwetki, zbudowaniu tkanki mięśniowej (w zależności od oczekiwania konkretnej osoby – indywidualne programy treningowe).

Uczestnicy projektu będą mogli korzystać z następujących urządzeń:

1. Co najmniej 6 bieżni, które zmierzą prędkość biegu lub truchtu, tętno, czas treningu i pokonany dystans. Ponadto będzie można ustawić nachylenie i wskazać ilość oczekiwanych kalorii do spalenia.
2. Co najmniej 6 trenażerów eliptycznych z ruchomymi rękojeściami. Urządzenie będzie informowało trenującego o prędkości, poziomie obciążenia, tętnie, czasie trwania treningu, pokonanym dystans, spalonych kaloriach, profilu trasy, czasie ćwiczeń. Każde z urządzeń będzie miało minimum 25 poziomów obciążenia.
3. Co najmniej 6 rowerów poziomych które, zmierzą prędkość, poziom obciążenia, tętno, czas trwania treningu, pokonany dystans, spalone kalorie, profil trasy, zegar.
4. Co najmniej 6 rowerów pionowych, które będą miały 20 poziomów obciążenia i mierzyć będą: prędkość, poziom obciążenia, tętno, czas trwania treningu, pokonany dystans, spalone kalorie, profil trasy, czas.
5. Co najmniej 2 trenażerów wiosłarskich. Urządzenia będą mierzyć czas trwania treningu, dystans, tętno, spalone kalorie, moc, liczba ruchów wiosłem, tętno.
6. Co najmniej 11 rowerów do zajęć grupowych poprawiających wydolność organizmu.
7. Co najmniej 1 symulator schodów. Urządzenie będzie informować ćwiczącego komunikatami takimi jak czas programu, pozostały czas, liczba kroków, piętra, kalorie, prędkość, kroki, tętno.
8. Co najmniej 1 urządzenie na barki w kłęk, które umożliwi będzie ćwiczącemu wykonanie ćwiczenia podciągania się w pozycji kłęczącej, posiadać min. 2-pozycyjne uchwyty wyciskania ciężaru ciała, posiadać min. 2 pary uchwytów do podciągania, zlokalizowane na różnych wysokościach.
9. Co najmniej 1 urządzenie na mięsień najszerszy grzbietu z regulowaną blokadą nóg, które umożliwi ćwiczącemu wykonać niezależny ruch ramion wyposażone w zestaw ogumowanych talerzy.
10. Co najmniej 1 urządzenie wiosłarskie siedząc z niezależnym, rozbieżnym torem ruchu rąk posiadać wielopozycyjne uchwyty lub min. dwa uchwyty na każdą rękę, posiadać regulowane oparcie klatki piersiowej. Ponadto urządzenie będzie zawierać uchwyt lub półkę na ręcznik i bidon.
11. Co najmniej 1 urządzenie wiosłarskie siedząc. Urządzenie umożliwi ćwiczącemu niezależnie wykonywanie ruchów zbieżnych wyposażone w podwójne uchwyty w pozycji do wyciskania, siedzenie o regulowanej wysokości. Urządzenie posiadać będzie zestaw ogumowanych talerzy.
12. Co najmniej 1 stojak 45 stopni grzbiet ze skokową regulacją wysokości dla ćwiczącego z podparciem nóg.
13. Co najmniej 1 urządzenie na mięsień pleców i klatki piersiowej umożliwi będzie wykonanie ćwiczeń w pozycji siedzącej z niezależnym torem ruchu rąk, bez konieczności zmiany pozycji osoby ćwiczącej posiadać wielopozycyjne uchwyty lub min. dwa uchwyty na każdą rękę i posiadać regulowaną pozycję uchwytów.
14. Co najmniej 1 stojak do podciągania na mięsień brzucha umożliwi będzie wykonanie w zwisie, z oparciem pleców oraz podkładkami na łokcie umożliwić ćwiczenia mięśni trójgłowych ramion poprzez wyciskanie ciężaru własnego ciała przy pomocy antypoślizgowych uchwytów.
15. Co najmniej 2 urządzenia do ćwiczeń mięśni klatki piersiowej wachlując umożliwi będzie wykonanie ćwiczenia w pozycji siedzącej z niezależnym torem ruchu rąk, posiadać wielopozycyjne uchwyty lub min. dwa uchwyty na każdą rękę oraz regulowaną pozycję uchwytów.
16. Co najmniej 1 urządzenie do ćwiczeń mięśni klatki piersiowej umożliwi będzie wykonanie ćwiczenia w pozycji siedzącej z niezależnym, zbieżnym torem ruchu rąk posiadać będzie wielopozycyjne uchwyty lub min. dwa uchwyty na każdą rękę wyposażone w półkę na ręcznik i bidon.
17. Co najmniej 1 urządzenie do wypychania siedząc umożliwi będzie wykonanie ćwiczenia w pozycji siedzącej poprzez wyciskanie ciężaru ciała, dzięki ruchomemu siedzisku z oparciem, zamontowanemu na łożyskach na szynie oraz posiadać będzie min. 7-stopniową regulację pozycji startowej siedziska
18. Co najmniej 1 prowadnicę sztangi Ø50 mm. Urządzenie zapewniające płynny ruch pod kątem 90 stopni względem podłoża. Ponadto posiadać będzie min. 8 zintegrowanych uchwytów na talerze oraz posiadać min. 10 pozycji startowych. Urządzenie posiadać będzie zestaw ogumowanych talerzy.
19. Co najmniej 1 urządzenie na klatkę piersiową w wyciskaniu siedząc z zależnym torem ruchu rąk, posiadać będzie wielopozycyjne uchwyty lub min. dwa uchwyty na każdą rękę oraz regulowaną wysokość siedziska
20. Co najmniej 1 ława prosta ze stojakami. Urządzenie posiadać będzie wbudowany podest asekuracyjny, 6 zintegrowanych uchwytów na talerze oraz 2 poziomy uchwyty służących do odkładania sztangi.
21. Co najmniej 3 ławy uniwersalne wyposażone w siedzenie i oparcie automatycznie dopasowujące się do siebie oraz 5-krotna regulacja oparcia pod kątem 0° do min. 80°.

22. Co najmniej 1 ława na brzuch głową w dół z regulacją kąta. Urządzenie umożliwi ćwiczącemu kilkakrotne regulowanie stabilizację uda dla osób o różnym wzroście oraz regulować oparcie w 6 pozycjach pod kątem  $0^{\circ}$  do min.  $25^{\circ}$ .
23. Co najmniej 1 ława do wyciskania głową w dół wyposażona w min. 6 zintegrowanych uchwytów na talerze oraz min. 2 poziomy uchwytów służących do odkładania sztangi. Urządzenie posiadać będzie zestaw ogumowanych talerzy.
24. Co najmniej 1 ława skośna posiadająca min. 6 zintegrowanych uchwytów na talerze oraz min. 2 poziomy uchwytów służących do odkładania sztangi. Urządzenie posiadać będzie wbudowany podest asekuracyjny oraz regulowane siedzisko oraz zestaw ogumowanych talerzy.
25. Co najmniej 1 urządzenie na bicepsy umożliwiać będzie wykonanie ćwiczenia w pozycji siedzącej z zależnym torem ruchu rąk oraz posiadać będzie regulowaną wysokość siedziska – minimum 3 stopnie oraz jednocześnie podparcie łokci.
26. Co najmniej 2 Ławy Modlitewnik siedząc. Urządzenia wyposażone będą w siedzenie z wielostopniową regulacją oraz półki na sztangę.
27. Co najmniej 1 urządzenie na triceps horyzontalne. Urządzenie umożliwiać będzie wykonanie ćwiczenia w pozycji siedzącej z zależnym torem ruchu rąk. Ponadto posiadać będzie jednocześnie podparcie łokci oraz antypoślizgowe podpory stóp
28. Co najmniej 1 urządzenie na czworogłowy mięsień uda umożliwiać będzie wykonanie ćwiczenia w pozycji siedzącej posiadać uchwyt po obu stronach siedziska oraz posiadać min. 5 stopniową regulację położenia oparcia siedziska. Ponadto zawiera będzie uchwyt lub półkę na ręcznik i bidon.
29. Co najmniej 1 urządzenie na mięśnie dwugłowe uda leżąc, które posiadać będzie min. 4 -stopniową regulację wysokości położenia tapicerowanych podpór przedramion oraz min. 5-stopniową regulację położenia ruchomego ramienia maszyny.
30. Co najmniej 1 urządzenie na przywodziciela uda ze wspomaganie. Urządzenie posiadać będzie min. 5-stopniową regulację pozycji startowej ruchomych ramion maszyny oraz zawierać stos płytowy z selektorem wagi. Ponadto zawiera uchwyt, które znajdują się przy siedzisku. Przenosi obciążenie za pośrednictwem linki/linek stalowych w otulinie lub wzmacnianej taśmy.
31. Co najmniej 1 urządzenie na odwodziciela uda. Urządzenie umożliwia ćwiczenia w pozycji siedzącej. Posiada min. 7 stopniową regulację ruchomych ramion maszyny. Zawiera stos płytowy z selektorem wagi.
32. Co najmniej 1 suwnicę poziomą, na której można wykonywać ćwiczenia na leżąc i siedząc. Urządzenie posiada dwudzielne oparcie oraz antypoślizgową platformę stóp.
33. Co najmniej 1 suwnicę 45 stopni, która posiada min. 6 zintegrowanych uchwytów na talerze, regulowany kąta oparcia, uchwyt dłoni stabilizujące pozycję, minimum 2 pozycje startowe i regulowane zabezpieczenie umożliwiające ustawienie zakresu ruchu.
34. Co najmniej 1 stojak do przysiadów. Urządzenie o konstrukcji całkowicie zamknięta wyposażone w haki typu J, bolce zabezpieczające, 3 chowane dolne kołki z każdej strony, 2 dodatkowe rogi do przechowywania łańcucha, rogi do przechowywania min. 8 ciężarów olimpijskich.
35. Co najmniej 1 urządzenie na łydkę siedząc  $\varnothing 50\text{mm}$  wyposażone w siedzenie dopasowuje się do ruchu ramienia, oparcie na kolana.
36. Co najmniej 1 urządzenie na brzuch równoległe przeznaczone umożliwiać wykonanie ćwiczenia w pozycji siedzącej z możliwością podparcia łokci, wyposażone w uchwyt dłoni stabilizujące pozycję i wspomagające izolację mięśnia prostego brzucha.
37. Co najmniej 1 stojak na mięśnie brzucha. Urządzenieo wykonana z profili stalowych.
38. Co najmniej 1 ława na brzuch niska z oparcie na nogi. Urządzenie umożliwiać będzie niezależna od siebie regulacja siedziska i oparcia wyposażone w kółka transportowe.
39. Co najmniej 1 twister siedząc ze stosem górny umożliwiać będzie ćwiczącemu wykonanie ćwiczenia w pozycji siedzącej z możliwością podparcia rąk i stóp, posiadać będzie min. 10-stopniową skalę regulacji zakresu ruchu oraz uchwyt lub półkę na ręcznik i bidon.
40. Co najmniej 1 urządzenie na mięśnie pośladkowe stojąc z wałkiem umożliwiać będzie wykonanie ćwiczenia w pozycji pionowej i stojącej z podparciem klatki piersiowej i rąk oraz klatki
41. Co najmniej 2 wieża 4 stanowiskowe z regulacją blokady nóg i wysokim zbloczem linowym posiadać będzie min. 8 niezależnych stanowisk do ćwiczeń, w tym stanowisko do podciągania z min. 2 rodzajami uchwytów

oraz 8 niezależnych od siebie stosów z selektorami wagi, przy czym każdy ze stosów będzie zawierał regulator szybkiej progresji obciążenia wagi stosu. Ponadto urządzenie posiadać będzie 2 stanowiska do ćwiczeń mięśni grzbietu w pozycji siedzącej, polegających na przyciąganiu ciężaru z przodu do tyłu, 2 stanowiska do ćwiczeń na mięśnie trójgłowe ramion w pozycji stojącej z możliwością oparcia pleców, polegających na ściąganiu ciężaru z góry, 2 stanowiska do ćwiczeń mięśnia najszerzego grzbietu w pozycji siedzącej, polegających na ściąganiu ciężaru z góry.

42. Co najmniej 1 Łącznik stalowy do w/w 2 wieży.
43. Co najmniej 1 stojak na krążki wyposażony w 8 uchwytów na talerze zabezpieczonych gumową powłoką lub gumowymi odbojnikami chroniącymi ramę przed zniszczeniem.
44. Co najmniej 1 urządzenie na barki siedząc regulowane umożliwiać będzie wykonanie ćwiczenia w pozycji siedzącej z niezależnym torem ruchu rąk. Urządzenie posiadać będzie wielopozycyjne uchwyty, dwudzielną oparcie, poduszki na ramiona.
45. Co najmniej 1 urządzenie na mięśnie ramion z niezależnie wykonywanym ruchom zbieżnym, wyposażone będzie w podwójne uchwyty w pozycji do wyciskania, 4 zintegrowane haki na obciążenia.
46. Co najmniej 1 urządzenie do wypychania horyzontalne. Urządzenie umożliwiać będzie niezależnie wykonywanie ruchów zbieżnych. Ponadto wyposażone w podwójne uchwyty w pozycji do wyciskania, 4 zintegrowane haki na obciążenia.
47. Co najmniej 1 urządzenie do ćwiczeń mięśni klatki piersiowej w skosie. Urządzenie umożliwiać będzie niezależnie wykonywanie ruchów zbieżnych. Ponadto wyposażone w podwójne uchwyty w pozycji do wyciskania, 4 zintegrowane haki na obciążenia.
48. Co najmniej 1 zestaw Hantli ogumowanych ze stojakiem poziomym.
49. Co najmniej 1 zestaw Hantli ogumowanych ze stojakiem pionowym.
50. Co najmniej 1 zestaw obciążeń bumperowych.
51. Co najmniej 1 sztanga olimpijska mocno łamana z radełkowana część chwytną.
52. Co najmniej 1 sztanga olimpijska łamana z radełkowana część chwytną.
53. Co najmniej 4 zestawy uchwytów w kształcie trójkąta o różnym kącie rozchylenia.
54. Co najmniej 1 gryf równoległy.
55. Co najmniej 1 uchwyt prosty krótki.
56. Co najmniej 1 sznur na triceps.
57. Co najmniej 1 uchwyt zaczepowy długi łamany.
58. Co najmniej 5 sztang olimpijskich z tulejami obrotowymi łożyskowana.
59. Co najmniej 10 zacisków do gryfu sztangi.
60. Co najmniej 1 worek treningowy typu "Power Bag" o wadze 15 kg.
61. Co najmniej 1 worek treningowy typu "Power Bag" o wadze 20 kg.
62. Co najmniej 1 worek treningowy typu "Power Bag" o wadze 25 kg.
63. Co najmniej 2 skrzynie plyometryczne, wzmacniana od środka wyposażona w boczne otwory do przenoszenia z zaokrąglonymi krawędziami.
64. Co najmniej 1 platforma do balansowania z antypoślizgowa powierzchnia.
65. Co najmniej zestaw 10 sztuk Body Pump wyposażony w sztangi chromowane wraz z stojakiem do przechowywania zestawu.
66. Co najmniej zestaw 4 gum treningowych.
67. Co najmniej 1 półpiłka.
68. Co najmniej 10 hantelki neoprenowe 0,5kg.
69. Co najmniej 10 hantelki eoprenowe 1kg.
70. Co najmniej 10 hantelki neoprenowe 2 kg.
71. Co najmniej 1 obciążenie typu Kettle żeliwne ogumowane 4kg.
72. Co najmniej 1 obciążenie typu Kettle żeliwne ogumowane 6kg.
73. Co najmniej 1 obciążenie typu Kettle żeliwne ogumowane 8kg.
74. Co najmniej 1 obciążenie typu Kettle żeliwne ogumowane 12kg.
75. Co najmniej 1 obciążenie typu Kettle żeliwne ogumowane 16kg.

76. Co najmniej 1 guma treningowa poz. 4 z oporem 22,5kg.
77. Co najmniej 1 guma treningowa poz. 3 z oporem 15,5kg.
78. Co najmniej 1 guma treningowa poz. 2 z oporem 11,3kg.
79. Co najmniej 1 guma treningowa poz. 1 z oporem 6,9kg.
80. Co najmniej 1 zestaw sztang prosta z obciążeniem wraz ze stojakiem.
81. Co najmniej 1 zestaw kótek gimnastycznych.
82. Co najmniej 1 kółko do ćwiczeń mięśni brzucha, podwójnie prowadzące, antypoślizgowo wykończone.
83. Co najmniej 15 mat do ćwiczeń HD.
84. Co najmniej 1 Lina treningowa typu BRI.
85. Co najmniej 1 piłka lekarska.
86. Co najmniej 15 Steperów do aerobiku z antypoślizgową powierzchnią.
87. Co najmniej 1 komplet taśm do treningu w podwieszaniu z uchwytami pokryta gumą antypoślizgową.
88. Co najmniej 15 mat do siłowni typu Puzzle z granulat bezzapachowego w kolorze czarnym.
89. Co najmniej 15 mat do siłowni typu Puzzle z granulat bezzapachowego w kolorze szarym.
90. Co najmniej 15 trampolin.

#### 6. Szacunkowe koszty Projektu

Lp.	Składowa część Projektu	Koszt
	Dokumentacja (wymagana w przypadku projektów inwestycyjnych. Szacunkowy koszt dokumentacji to ok. 5% całości inwestycji)	
1.	Koszt całości projektu	78 000 zł
	<b>Suma</b>	

#### 7. Dane wnioskodawcy Projektu

Wnioskodawca jest osobą pełnoletnią/niepełnoletnią (niepotrzebne skreślić).

W przypadku osoby niepełnoletniej należy podać dane przedstawiciela ustawowego.

Imię i nazwisko	Telefon, adres poczty elektronicznej*

#### 8. Załączniki

**Uwaga!** Obowiązkowo należy załączyć zapytanie ofertowe dotyczące realizacji Projektu skierowane do podmiotu, z którego przedmiotem działalności związana jest realizacja Projektu oraz odpowiedź tego

podmiotu, która powinna określać co najmniej szacunkowy koszt realizacji Projektu. Inne, nieobowiązkowe załączniki to m.in. zdjęcia poglądowe, plany, mapy, specyfikacje związane z projektem proponowanym do realizacji.

Lp.	Tytuł załącznika
1.	Zapytanie ofertowe z dn. 20.06.2021.
2.	Oferta z dn. 22.06.2021.

#### 9. Zgody i oświadczenia

Należy wpisać „X” w kolumnie „Tak” wiersza z treścią zgody lub oświadczenia jako akceptację. W przeciwnym przypadku należy tę komórkę pozostawić pustą.

Tak	Treść zgody lub oświadczenia
	<p>Oświadczam, że do udostępnionych przeze mnie, na rzecz Gminy Miasta Lubartów, załączników zwanych dalej „Materiałami”, posiadam prawa pozwalające na ich udostępnienie osobom trzecim celem publikacji na stronie internetowej Urzędu Miasta Lubartów.</p> <p>Publikacja Materiałów na stronie internetowej Urzędu Miasta Lubartów nie będzie naruszała praw osób trzecich, w tym m.in. autorskich praw majątkowych i osobistych do utworu, oraz prawa do wizerunku. Wyrażam zgodę na nieodpłatne wykorzystanie, w tym opracowanie i modyfikację, Materiałów w celu publikacji na stronie internetowej Urzędu Miasta Lubartów.</p> <p>W przypadku wystąpienia osób trzecich przeciwko Gminie Miasto Lubartów lub innym podmiotom zaangażowanym w prowadzenie strony Urzędu Miasta Lubartów z jakimikolwiek roszczeniami, z tytułu naruszenia praw osobistych lub majątkowych, w związku z publikacją Materiałów na stronie Urzędu Miasta Lubartów, zobowiązuję się do zaspokojenia tych roszczeń, oraz pokrycia wszelkich kosztów, jakie w związku z tym wystąpieniem Gmina Miasto Lubartów lub inny podmiot zaangażowany w prowadzenie strony Urzędu Miasta Lubartów poniosły.</p>
	<p>Wyrażam zgodę na udostępnienie moich danych osobowych, tj. imienia i nazwiska, przez Gminę Miasto Lubartów, 21-100 Lubartów, ul. Jana Pawła II 12, na stronie internetowej Urzędu Miasta Lubartów w związku z udziałem w procedurze Budżetu Obywatelskiego Miasta Lubartów.</p>
	<p>Oświadczam, że zapoznałem(-łam) się z klauzulą informacyjną dotyczącą ochrony moich danych osobowych, dostępną na stronie internetowej <a href="http://www.lubartow.pl/">www.lubartow.pl/</a>.</p>

23.06.2021.....

Data

Czytelny podpis Wnioskodawcy

**Formularz zgłoszenia Projektu do Budżetu Obywatelskiego Miasta Lubartów**

Poniższe pola należy wypełniać DRUKOWANYMI literami:

1. Numer identyfikacyjny Projektu (wypełnia Urząd Miasta Lubartów)

2. Tytuł Projektu

AAA czyli biceps, triceps i smukła sylwetka za free

3. Lokalizacja Projektu

Przy projekcie inwestycyjnym wymagane jest podanie numerów działek.

4. Skrócony opis Projektu

Informacje zawarte w tym punkcie powinny zawierać maksymalnie 1000 znaków. Opis ten powinien wskazywać najistotniejsze elementy Projektu.

Projekt dedykowany jest do osób, które chcą zadbać o swoją sylwetkę. Ma on zachęcić osoby do 55 roku życia do czynnego udziału w ćwiczeniach fizycznych pod okiem wykwalifikowanych instruktorów sportów siłowych oraz fitness. Uczestnicy projektu będą mogli nieodpłatnie uczestniczyć w zajęciach. Przewidziana ilość uczestników projektu to 780 osób, które to osoby będą mogły korzystać ze wszystkich urządzeń i dodatkowo sauny.

5. Szczegółowy opis Projektu

Prosimy o niepodawanie propozycji wykonawców realizujących projekty. Wybór konkretnego podmiotu realizującego dany Projekt zostanie dokonany przez Gminę Miasto Lubartów w ramach procedur określonych prawem.

W Lubartowie młodzi ludzie nie mają możliwości skorzystania w sposób nieodpłatny z zajęć prowadzonych przez specjalistów. Miasto nie posiada odpowiedniego zaplecza. Tymczasem coraz więcej osób ma nadwagę, wady postawy co skutkuje problemami zdrowotnymi. Dlatego przedkładam mój projekt zajęć na siłowni dla osób do 55 roku życia. Powyższe zajęcia odbywać się będą pod okiem wykwalifikowanych instruktorów posiadających odpowiednie certyfikaty. Przewidywana ilość uczestników to 780 osób. Dodatkową możliwością poprawienia stanu fizycznego i zdrowotnego jest możliwość korzystania z sauny. **Rodzaj karnetów: miesięczne. Okres ich obowiązywania w zależności od miesiąca realizacji projektu do 31 dni. Karnety nie muszą być zrealizowane w ciągu jednego miesiąca. Oznacza to, że np. jeżeli w pierwszym miesiącu zgłosi się 300 osób, to kolejne niewykorzystane karnety przechodzą na kolejny miesiąc i kolejny, aż do wyczerpania puli 780 karnetów. Są to tzw. karnety open – czyli można na nich ćwiczyć bez ograniczeń czasowych (oczywiście w godzinach pracy siłowni).**

Ćwiczenia wykonywane na niżej wskazanych urządzeniach oraz zajęcia fitness mają za zadanie pozbycie się nadmiernych kilogramów, poprawieniu sylwetki, zbudowaniu tkanki mięśniowej (w zależności od oczekiwania konkretnej osoby – indywidualne programy treningowe).

Uczestnicy projektu będą mogli korzystać z następujących urządzeń:

1. Co najmniej 6 bieżni, które zmierzają prędkość biegu lub truchtu, tętno, czas treningu i pokonany dystans. Ponadto będzie można ustawić nachylenie i wskazać ilość oczekiwanych kalorii do spalania.
2. Co najmniej 6 trenażerów eliptycznych z ruchomymi rękojeściami. Urządzenie będzie informowało trenującego o prędkości, poziomie obciążenia, tętnie, czasie trwania treningu, pokonanym dystans, spalonych kaloriach, profilu trasy, czasie ćwiczeń. Każde z urządzeń będzie miało minimum 25 poziomów obciążenia.
3. Co najmniej 6 rowerów poziomych które, zmierzają prędkość, poziom obciążenia, tętno, czas trwania treningu, pokonany dystans, spalone kalorie, profil trasy, zegar.
4. Co najmniej 6 rowerów pionowych, które będą miały 20 poziomów obciążenia i mierzyć będą: prędkość, poziom obciążenia, tętno, czas trwania treningu, pokonany dystans, spalone kalorie, profil trasy, czas.
5. Co najmniej 2 trenażerów wiosłarskich. Urządzenia będą mierzyć czas trwania treningu, dystans, tętno, spalone kalorie, moc, liczba ruchów wiosłem, tętno.
6. Co najmniej 11 rowerów do zajęć grupowych poprawiających wydolność organizmu.
7. Co najmniej 1 symulator schodów. Urządzenie będzie informować ćwiczącego komunikatami takimi jak czas programu, pozostały czas, liczba kroków, piętra, kalorie, prędkość, kroki, tętno.
8. Co najmniej 1 urządzenie na barki w klęku, które umożliwi będzie ćwiczącemu wykonanie ćwiczenia podciągania się w pozycji klęczącej, posiadać min. 2-pozycyjne uchwyty wyciskania ciężaru ciała, posiadać min. 2 pary uchwytów do podciągania, zlokalizowane na różnych wysokościach.
9. Co najmniej 1 urządzenie na mięsień najszerszy grzbietu z regulowaną blokadą nóg, które umożliwi ćwiczącemu wykonanie niezależny ruch ramion wyposażone w zestaw ogumowanych talerzy.
10. Co najmniej 1 urządzenie wiosłarskie siedząc z niezależnym, rozbieżnym torem ruchu rąk posiadać wielopozycyjne uchwyty lub min. dwa uchwyty na każdą rękę, posiadać regulowane oparcie klatki piersiowej. Ponadto urządzenie będzie zawierać uchwyt lub półkę na ręcznik i bidon.
11. Co najmniej 1 urządzenie wiosłarskie siedząc. Urządzenie umożliwi ćwiczącemu niezależnie wykonywanie ruchów zbieżnych wyposażone w podwójne uchwyty w pozycji do wyciskania, siedzenie o regulowanej wysokości. Urządzenie posiadać będzie zestaw ogumowanych talerzy.
12. Co najmniej 1 stojak 45 stopni grzbiet ze skokową regulacją wysokości dla ćwiczącego z podparciem nóg.
13. Co najmniej 1 urządzenie na mięsień pleców i klatki piersiowej umożliwi będzie wykonanie ćwiczeń w pozycji siedzącej z niezależnym torem ruchu rąk, bez konieczności zmiany pozycji osoby ćwiczącej posiadać wielopozycyjne uchwyty lub min. dwa uchwyty na każdą rękę i posiadać regulowaną pozycję uchwytów.
14. Co najmniej 1 stojak do podciągania na mięsień brzucha umożliwi będzie wykonanie w zwisie, z oparciem pleców oraz podkładkami na łokcie umożliwić ćwiczenia mięśni trójgłowych ramion poprzez wyciskanie ciężaru własnego ciała przy pomocy antypoślizgowych uchwytów.
15. Co najmniej 2 urządzenia do ćwiczeń mięśni klatki piersiowej wachlując umożliwi będzie wykonanie ćwiczenia w pozycji siedzącej z niezależnym torem ruchu rąk, posiadać wielopozycyjne uchwyty lub min. dwa uchwyty na każdą rękę oraz regulowaną pozycję uchwytów.
16. Co najmniej 1 urządzenie do ćwiczeń mięśni klatki piersiowej umożliwi będzie wykonanie ćwiczenia w pozycji siedzącej z niezależnym, zbieżnym torem ruchu rąk posiadać będzie wielopozycyjne uchwyty lub min. dwa uchwyty na każdą rękę wyposażone w półkę na ręcznik i bidon.
17. Co najmniej 1 urządzenie do wypychania siedząc umożliwi będzie wykonanie ćwiczenia w pozycji siedzącej poprzez wyciskanie ciężaru ciała, dzięki ruchomemu siedzisku z oparciem, zamontowanemu na łożyskach na szynie oraz posiadać będzie min. 7-stopniową regulację pozycji startowej siedziska
18. Co najmniej 1 prowadnicę sztangi Ø50 mm. Urządzenie zapewniające płynny ruch pod kątem 90 stopni względem podłoża. Ponadto posiadać będzie min. 8 zintegrowanych uchwytów na talerze oraz posiadać min. 10 pozycji startowych. Urządzenie posiadać będzie zestaw ogumowanych talerzy.
19. Co najmniej 1 urządzenie na klatkę piersiową w wyciskaniu siedząc z zależnym torem ruchu rąk, posiadać będzie wielopozycyjne uchwyty lub min. dwa uchwyty na każdą rękę oraz regulowaną wysokość siedziska
20. Co najmniej 1 ława prosta ze stojakami. Urządzenie posiadać będzie wbudowany podest asekuracyjny, 6 zintegrowanych uchwytów na talerze oraz 2 poziomy uchwyty służących do odkładania sztangi.
21. Co najmniej 3 ławy uniwersalne wyposażone w siedzenie i oparcie automatycznie dopasowujące się do siebie oraz 5-krotna regulacja oparcia pod kątem 0° do min. 80°.



22. Co najmniej 1 ława na brzuch głową w dół z regulacją kąta. Urządzenie umożliwi ćwiczącemu kilkakrotne regulowanie stabilizację uda dla osób o różnym wzroście oraz regulować oparcie w 6 pozycjach pod kątem 0° do min. 25.
23. Co najmniej 1 ława do wyciskania głową w dół wyposażona w min. 6 zintegrowanych uchwytów na talerze oraz min. 2 poziomy uchwytów służących do odkładania sztangi. Urządzenie posiadać będzie zestaw ogumowanych talerzy.
24. Co najmniej 1 ława skośna posiadająca min. 6 zintegrowanych uchwytów na talerze  
Oraz min. 2 poziomy uchwytów służących do odkładania sztangi. Urządzenie posiadać będzie wbudowany podest asekuracyjny oraz regulowane siedzisko oraz zestaw ogumowanych talerzy.
25. Co najmniej 1 urządzenie na bicepsy umożliwić będzie wykonanie ćwiczenia w pozycji siedzącej z zależnym torem ruchu rąk oraz posiadać będzie regulowaną wysokość siedziska – minimum 3 stopnie oraz jednocześnie podparcie łokci.
26. Co najmniej 2 Ławy Modlitewnik siedząc. Urządzenia wyposażone będą w siedzenie z wielostopniową regulacją oraz półki na sztangę.
27. Co najmniej 1 urządzenie na triceps horyzontalne. Urządzenie umożliwić będzie wykonanie ćwiczenia w pozycji siedzącej z zależnym torem ruchu rąk. Ponadto posiadać będzie jednocześnie podparcie łokci oraz antypoślizgowe podpory stóp
28. Co najmniej 1 urządzenie na czworogłowy mięsień uda umożliwić będzie wykonanie ćwiczenia w pozycji siedzącej posiadać uchwyt po obu stronach siedziska oraz posiadać min. 5 stopniową regulację położenia oparcia siedziska. Ponadto zawiera będzie uchwyt lub półkę na ręcznik i bidon.
29. Co najmniej 1 urządzenie na mięśnie dwugłowe uda leżąc, które posiadać będzie min. 4 -stopniową regulację wysokości położenia tapicerowanych podpór przedramion oraz min. 5-stopniową regulację położenia ruchomego ramienia maszyny.
30. Co najmniej 1 urządzenie na przywodziciela uda ze wspomaganie. Urządzenie posiadać będzie min. 5-stopniową regulację pozycji startowej ruchomych ramion maszyny oraz zawierać stos płytowy z selektorem wagi. Ponadto zawiera uchwyt, które znajdują się przy siedzisku. Przenosi obciążenie za pośrednictwem linki/linek stalowych w otulinie lub wzmacnianej taśmy.
31. Co najmniej 1 urządzenie na odwodziciela uda. Urządzenie umożliwi ćwiczenia w pozycji siedzącej. Posiada min. 7 stopniową regulację ruchomych ramion maszyny. Zawiera stos płytowy z selektorem wagi.
32. Co najmniej 1 suwnicę poziomą, na której można wykonywać ćwiczenia na leżąco i siedząco. Urządzenie posiada dwudzielne oparcie oraz antypoślizgową platformę stóp.
33. Co najmniej 1 suwnicę 45 stopni, która posiada min. 6 zintegrowanych uchwytów na talerze, regulowany kąta oparcia, uchwyt dłoni stabilizujące pozycję, minimum 2 pozycje startowe i regulowane zabezpieczenie umożliwiające ustawienie zakresu ruchu.
34. Co najmniej 1 stojak do przysiadów. Urządzenie o konstrukcji całkowicie zamknięta wyposażone w haki typu J, bolce zabezpieczające, 3 chowane dolne kołki z każdej strony, 2 dodatkowe rogi do przechowywania łańcucha, rogi do przechowywania min. 8 ciężarów olimpijskich.
35. Co najmniej 1 urządzenie na łydkę siedząc Ø50mm wyposażone w siedzenie dopasowuje się do ruchu ramienia, oparcie na kolana.
36. Co najmniej 1 urządzenie na brzuch równoległe przeznaczone umożliwić wykonanie ćwiczenia w pozycji siedzącej z możliwością podparcia łokci, wyposażone w uchwyt dłoni stabilizujące pozycję i wspomagające izolację mięśnia prostego brzucha.
37. Co najmniej 1 stojak na mięśnie brzucha. Urządzenieo wykonana z profili stalowych.
38. Co najmniej 1 ława na brzuch niska z oparcie na nogi. Urządzenie umożliwić będzie niezależna od siebie regulacja siedziska i oparcia wyposażone w kółka transportowe.
39. Co najmniej 1 twister siedząc ze stosem górny umożliwić będzie ćwiczącemu wykonanie ćwiczenia w pozycji siedzącej z możliwością podparcia rąk i stóp, posiadać będzie min. 10-stopniową skalę regulacji zakresu ruchu oraz uchwyt lub półkę na ręcznik i bidon.
40. Co najmniej 1 urządzenie na mięśnie pośladkowe stojąc z wałkiem umożliwić będzie wykonanie ćwiczenia w pozycji pionowej i stojącej z podparciem klatki piersiowej i rąk oraz klatki
41. Co najmniej 2 wieża 4 stanowiskowe z regulacją blokady nóg i wysokim zbloczem linowym posiadać będzie min. 8 niezależnych stanowisk do ćwiczeń, w tym stanowisko do podciągania z min. 2 rodzajami uchwytów

oraz 8 niezależnych od siebie stosów z selektorami wagi, przy czym każdy ze stosów będzie zawierać regulator szybkiej progresji obciążenia wagi stosu. Ponadto urządzenie posiadać będzie 2 stanowiska do ćwiczeń mięśni grzbietu w pozycji siedzącej, polegających na przyciąganiu ciężaru z przodu do tyłu, 2 stanowiska do ćwiczeń na mięśnie trójgłowe ramion w pozycji stojącej z możliwością oparcia pleców, polegających na ściągnięciu ciężaru z góry, 2 stanowiska do ćwiczeń mięśnia najszerzego grzbietu w pozycji siedzącej, polegających na ściągnięciu ciężaru z góry.

42. Co najmniej 1 Łącznik stalowy do w/w 2 wieży.
43. Co najmniej 1 stojak na krążki wyposażony w 8 uchwytów na talerze zabezpieczonych gumową powłoką lub gumowymi odbojnikami chroniącymi ramę przed zniszczeniem.
44. Co najmniej 1 urządzenie na barki siedząc regulowane umożliwiać będzie wykonanie ćwiczenia w pozycji siedzącej z niezależnym torem ruchu rąk. Urządzenie posiadać będzie wielopozycyjne uchwyty, dwudzielną oparcie, poduszki na ramiona.
45. Co najmniej 1 urządzenie na mięśnie ramion z niezależnie wykonywanym ruchom zbieżnym, wyposażone będzie w podwójne uchwyty w pozycji do wyciskania, 4 zintegrowane haki na obciążenia.
46. Co najmniej 1 urządzenie do wypychania horyzontalne. Urządzenie umożliwiać będzie niezależnie wykonywanie ruchów zbieżnych. Ponadto wyposażone w podwójne uchwyty w pozycji do wyciskania, 4 zintegrowane haki na obciążenia.
47. Co najmniej 1 urządzenie do ćwiczeń mięśni klatki piersiowej w skosie. Urządzenie umożliwiać będzie niezależnie wykonywanie ruchów zbieżnych. Ponadto wyposażone w podwójne uchwyty w pozycji do wyciskania, 4 zintegrowane haki na obciążenia.
48. Co najmniej 1 zestaw Hantli ogumowanych ze stojakiem poziomym.
49. Co najmniej 1 zestaw Hantli ogumowanych ze stojakiem pionowym.
50. Co najmniej 1 zestaw obciążeń bumperowych.
51. Co najmniej 1 sztanga olimpijska mocno łamana z radełkowana część chwytną.
52. Co najmniej 1 sztanga olimpijska łamana z radełkowana część chwytną.
53. Co najmniej 4 zestawy uchwytów w kształcie trójkąta o różnym kącie rozchylenia.
54. Co najmniej 1 gryf równoległy.
55. Co najmniej 1 uchwyt prosty krótki.
56. Co najmniej 1 sznur na triceps.
57. Co najmniej 1 uchwyt zaczepowy długi łamany.
58. Co najmniej 5 sztang olimpijskich z tulejami obrotowymi łożyskowana.
59. Co najmniej 10 zacisków do gryfu sztangi.
60. Co najmniej 1 worek treningowy typu "Power Bag" o wadze 15 kg.
61. Co najmniej 1 worek treningowy typu "Power Bag" o wadze 20 kg.
62. Co najmniej 1 worek treningowy typu "Power Bag" o wadze 25 kg.
63. Co najmniej 2 skrzynie plyometryczne, wzmacniana od środka wyposażona w boczne otwory do przenoszenia z zaokrąglonymi krawędziami.
64. Co najmniej 1 platforma do balansowania z antypoślizgowa powierzchnia.
65. Co najmniej zestaw 10 sztuk Body Pump wyposażony w sztangi chromowane wraz z stojakiem do przechowywania zestawu.
66. Co najmniej zestaw 4 gum treningowych.
67. Co najmniej 1 półpiłka.
68. Co najmniej 10 hantelki neoprenowe 0,5kg.
69. Co najmniej 10 hantelki eoprenowe 1kg.
70. Co najmniej 10 hantelki neoprenowe 2 kg.
71. Co najmniej 1 obciążenie typu Kettle żeliwne ogumowane 4kg.
72. Co najmniej 1 obciążenie typu Kettle żeliwne ogumowane 6kg.
73. Co najmniej 1 obciążenie typu Kettle żeliwne ogumowane 8kg.
74. Co najmniej 1 obciążenie typu Kettle żeliwne ogumowane 12kg.
75. Co najmniej 1 obciążenie typu Kettle żeliwne ogumowane 16kg.

76. Co najmniej 1 guma treningowa poz. 4 z oporem 22,5kg.
77. Co najmniej 1 guma treningowa poz. 3 z oporem 15,5kg.
78. Co najmniej 1 guma treningowa poz. 2 z oporem 11,3kg.
79. Co najmniej 1 guma treningowa poz. 1 z oporem 6,9kg.
80. Co najmniej 1 zestaw sztang prosta z obciążeniem wraz ze stojakiem.
81. Co najmniej 1 zestaw kółek gimnastycznych.
82. Co najmniej 1 kółko do ćwiczeń mięśni brzucha, podwójnie prowadzące, antypoślizgowo wykończone.
83. Co najmniej 15 mat do ćwiczeń HD.
84. Co najmniej 1 Lina treningowa typu BRI.
85. Co najmniej 1 piłka lekarska.
86. Co najmniej 15 Steperów do aerobiku z antypoślizgową powierzchnią.
87. Co najmniej 1 komplet taśm do treningu w podwieszaniu z uchwytami pokryta gumą antypoślizgową.
88. Co najmniej 15 mat do siłowni typu Puzzle z granulat bezzapachowego w kolorze czarnym.
89. Co najmniej 15 mat do siłowni typu Puzzle z granulat bezzapachowego w kolorze szarym.
90. Co najmniej 15 trampolin.

#### 6. Szacunkowe koszty Projektu

Lp.	Składowa część Projektu	Koszt
	Dokumentacja (wymagana w przypadku projektów inwestycyjnych. Szacunkowy koszt dokumentacji to ok. 5% całości inwestycji)	
1.	Koszt całości projektu	78 000 zł
	<b>Suma</b>	

#### 7. Dane wnioskodawcy Projektu

Wnioskodawca jest osobą pełnoletnią/niepełnoletnią (niepotrzebne skreślić).

W przypadku osoby niepełnoletniej należy podać dane przedstawiciela ustawowego.

Imię i nazwisko	Telefon, adres poczty elektronicznej*

#### 8. Załączniki

Uwaga! Obowiązkowo należy załączyć zapytanie ofertowe dotyczące realizacji Projektu skierowane do podmiotu, z którego przedmiotem działalności związana jest realizacja Projektu oraz odpowiedź tego

podmiotu, która powinna określać co najmniej szacunkowy koszt realizacji Projektu. Inne, nieobowiązkowe załączniki to m.in. zdjęcia poglądowe, plany, mapy, specyfikacje związane z projektem proponowanym do realizacji.

Lp.	Tytuł załącznika
1.	Zapytanie ofertowe z dn. 20.06.2021.
2.	Oferta z dn. 22.06.2021.

#### 9. Zgody i oświadczenia

Należy wpisać „X” w kolumnie „Tak” wiersza z treścią zgody lub oświadczenia jako akceptację. W przeciwnym przypadku należy tę komórkę pozostawić pustą.

Tak	Treść zgody lub oświadczenia
	<p>Oświadczam, że do udostępnionych przeze mnie, na rzecz Gminy Miasta Lubartów, załączników zwanych dalej „Materiałami”, posiadam prawa pozwalające na ich udostępnienie osobom trzecim celem publikacji na stronie internetowej Urzędu Miasta Lubartów.</p> <p>Publikacja Materiałów na stronie internetowej Urzędu Miasta Lubartów nie będzie naruszała praw osób trzecich, w tym m.in. autorskich praw majątkowych i osobistych do utworu, oraz prawa do wizerunku.</p> <p>Wyrażam zgodę na nieodpłatne wykorzystanie, w tym opracowanie i modyfikację, Materiałów w celu publikacji na stronie internetowej Urzędu Miasta Lubartów.</p> <p>W przypadku wystąpienia osób trzecich przeciwko Gminie Miasto Lubartów lub innym podmiotom zaangażowanym w prowadzenie strony Urzędu Miasta Lubartów z jakimikolwiek roszczeniami, z tytułu naruszenia praw osobistych lub majątkowych, w związku z publikacją Materiałów na stronie Urzędu Miasta Lubartów, zobowiązuję się do zaspokojenia tych roszczeń, oraz pokrycia wszelkich kosztów, jakie w związku z tym wystąpieniem Gmina Miasto Lubartów lub inny podmiot zaangażowany w prowadzenie strony Urzędu Miasta Lubartów poniosły.</p>
	<p>Wyrażam zgodę na udostępnienie moich danych osobowych, tj. imienia i nazwiska, przez Gminę Miasto Lubartów, 21-100 Lubartów, ul. Jana Pawła II 12, na stronie internetowej Urzędu Miasta Lubartów w związku z udziałem w procedurze Budżetu Obywatelskiego Miasta Lubartów.</p>
	<p>Oświadczam, że zapoznałem(-łam) się z klauzulą informacyjną dotyczącą ochrony moich danych osobowych, dostępną na stronie internetowej <a href="http://www.lubartow.pl/">www.lubartow.pl/</a>.</p>

19.07.2021.....

Data

Czytelny podpis Wnioskodawcy

**KLAUZULA INFORMACYJNA O PRZETWARZANIU DANYCH OSOBOWYCH**  
**(dla osoby zgłaszającej projekt w ramach Budżetu Obywatelskiego Miasta Lubartów)**

W związku z realizacją wymogów 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 oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (ogólne rozporządzenia o ochronie danych „RODO”), informujemy o zasadach przetwarzania Pani/Pana danych osobowych oraz o przysługujących Pani/Panu prawach z tym związanych.

1. Administratorem Pani/Pana danych osobowych przetwarzanych w Urzędzie Miasta Lubartów jest: Burmistrz Miasta Lubartów, z siedzibą przy ul. Jana Pawła II 12, 21-100 Lubartów.
2. Jeśli ma Pani/Pan pytania dotyczące sposobu i zakresu przetwarzania Pani/Pana danych osobowych w zakresie działania Urzędu Miasta Lubartów, a także przysługujących Pani/Panu uprawnień, może się Pani/Pan skontaktować z Inspektorem Ochrony Danych w Urzędzie za pomocą adresu [iod@um.lubartow.pl](mailto:iod@um.lubartow.pl).
3. Pani/Pana dane osobowe przetwarzane będą w celu przeprowadzenia konsultacji społecznych w ramach Budżetu Obywatelskiego Miasta Lubartów.
4. Pani/Pana dane osobowe przetwarzane są na podstawie art. 5a ust. 7 pkt 1 ustawy z dnia 8 marca 1990 r. o samorządzie gminnym.
5. Odbiorcami Pani/Pana danych osobowych będą podmioty upoważnione na podstawie przepisów prawa. Dodatkowo dane te mogą być dostępne dla usługodawców wykonujących zadania na zlecenie Administratora w ramach świadczenia usług serwisu, rozwoju i utrzymania serwisów informatycznych.
6. Przysługują Pani/Panu z wyjątkami zastrzeżonymi przepisami prawa, następujące uprawnienia: prawo dostępu do treści swoich danych osobowych, prawo do ich sprostowania, usunięcia, jak również prawo do ograniczenia ich przetwarzania, prawo do wniesienia sprzeciwu wobec przetwarzania Pani/Pana danych osobowych.
7. Podanie przez Panią/Pana danych osobowych jest dobrowolne, lecz brak podania danych osobowych będzie skutkowało brakiem możliwości zgłoszenia projektu w ramach Budżetu Obywatelskiego Miasta Lubartów.
8. W przypadku uznania, iż przetwarzanie Pani/Pana danych osobowych narusza przepisy RODO, przysługuje Pani/Panu prawo wniesienia skargi do organu nadzorczego, którym w Polsce jest Prezes Urzędu Ochrony Danych Osobowych.
9. Pani/Pana dane osobowe będą przetwarzane, przez okres niezbędny do realizacji celu przetwarzania wskazanych w pkt 3, lecz nie krócej niż okres wskazany w przepisach o archiwizacji tj. w jednolitym rzeczowym wykazie akt organów gminy.
10. Pani/Pana dane nie będą przetwarzane w sposób zautomatyzowany oraz profilowane.