

90/2020

## UMOWA NA UŻYWANIE LOKALU

zawarta w dniu 30 października 2020r w Ustroniu Morskim pomiędzy:

1. Gminą Ustronie Morskie ul. Rolna 2, 78-111 Ustronie Morskie, NIP 671-18-01-453 reprezentowaną przez: Zenona Wajgerta - Dyrektora Gminnego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Ustroniu Morskim, ul. Polna 3, 78-111 Ustronie Morskie zwanym w dalszej treści **Użyczającym**,

a

2. Nadmorskim Klubem Sportowym Astra reprezentowanym przez Marcina Walkowiaka, Prezesa NKS Astra, ul. Wojska Polskiego 24b zwanym dalej **Biorącym do używania**,

o niniejszej treści:

### § 1

1. Użyczający oświadcza, że jest uprawniony do zawarcia umowy na używanie lokalu użytkowego położonego w piwnicy w budynku znajdującym się w Ustroniu Morskim przy ul. Osiedlowej 2B, o powierzchni 142,66 m<sup>2</sup>, określanego dalej jako **Lokal**.
2. Użyczający oświadcza, że Przedmiot umowy nadaje się do celu zamierzonego przez Biorącego do używania i znajduje się w odpowiednim stanie technicznym.

### § 2

1. Przedmiotem umowy na używanie lokalu jest lokal opisany w § 1.
2. Odpłatność za używanie Lokalu ustalona zostaje na 10,00 zł netto miesięcznie płatne na podstawie faktury wystawionej przez Gminny Ośrodek Sportu i Rekreacji w Ustroniu Morskim
3. Lokal będzie wykorzystywany przez Biorącego do używania na następujące cele:
  - podnoszenie sprawności fizycznej,
  - przygotowania siłowego do rozgrywek,
  - rehabilitacji zawodników po odniesionych kontuzjach.
4. Biorący do używania ponosi odpowiedzialność za zapewnienie bezpieczeństwa osób korzystających z lokalu i sprzętu, stanowiącego jego wyposażenie, będących przedmiotem niniejszej umowy.

### § 3

1. Biorący do używania potwierdza, iż jest mu znany stan techniczny Lokalu.
2. Biorący do używania oświadcza, że Lokal przekazany do używania jest zdalny do użytku i nie wnosi zastrzeżeń.

### § 4

1. Biorący do używania przyjmuje Lokal do używania na czas określony od dnia 01.11.2020 roku do 31.12.2020 roku.

2. Biorący do używania przyjmuje Lokal do używania zgodnie z załączonym protokołem zdawczo-odbiorczym stanowiącym załącznik Nr 1 do niniejszej umowy oraz ze wszystkimi urządzeniami znajdującymi się w nim, zgodnie z załącznikiem Nr 2.

#### § 5

1. Biorący do używania zobowiązuje się do wykorzystywania Lokalu wyłącznie na cele określone w § 2 ust. 3.
2. Biorący do używania nie odda przedmiotu umowy do używania i nie podnajmie go osobom trzecim.

#### § 6

1. Biorący do używania zobowiązany jest zaprzestać użytkowania z Lokalu po zakończeniu okresu na jaki umowa została zawarta.
2. Po zakończeniu umowy Lokal ma pozostać w stanie niepogorszonym. Wszelkie koszty związane z przywróceniem Lokalu i sprzętu stanowiącego jego wyposażenie, wyszczególnionym w zał. Nr 2 do umowy, do stanu początkowego obciążają Biorącego do używania.

#### § 7

1. Strony mogą wypowiedzieć niniejszą umowę z zachowaniem dwutygodniowego terminu wypowiedzenia.
2. Użyczający może wypowiedzieć umowę bez zachowania terminu wypowiedzenia, jeśli Biorący do używania:
  - a/ używa Lokal w sposób niezgodny z przeznaczeniem, lub udostępni Lokal do używania osobom innym niż członkowie klubu NKS Astra.
  - b/ nie przestrzega Regulaminu Korzystania z Siłowni;
  - c/ używa Lokalu w sposób powodujący jego znaczne zniszczenie;
  - d/ zachowuje się w sposób uciążliwy dla korzystających z innych lokali w budynku;
  - e/ nie przestrzega przepisów ppoż. i BHP;
  - f/ nie dba o należyty stan techniczny i sanitarny w tym zasad ograniczających rozprzestrzeniania się wirusa SARS COV-2.

#### § 8

1. Wszelkie zmiany i uzupełnienia dotyczące niniejszej umowy wymagają formy pisemnej pod rygorem nieważności.

#### § 9

1. Umowa została zawarta w dwóch jednobrzmiących egzemplarzach, po jednym dla każdej ze stron.
2. W kwestiach, których nie reguluje niniejsza umowa należy odnieść się do właściwych przepisów Kodeksu Cywilnego.

**Wynajmujący:**

DYREKTOR ZOSIR  
w Ustroniu Morskim

mgr inż. Zenon Wa  
JAN KAZIMIEŻ ADAMCZYK  
Radca Prawny  
KO-821

*Wyreżem 2000p*

WÓJT GMINY

mgr Bernadeta Borkowska

**Najemca:**

Nadmorski Klub Sportowy „Astra”  
PREZES

Marcin Walkowiak

## PROTOKÓŁ ZDAWCZO-ODBIORCZY

Sporządzony w dniu: 29.10.2020r. pomiędzy:

1. Przekazujący: Gmina Ustronie Morskie ul. Rolna 2, 78-111 Ustronie Morskie, NIP 671-18-01-453 reprezentowana przez: Zenona Wajgerta - Dyrektora Gminnego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Ustroniu Morskim, ul. Polna 3, 78-111 Ustronie Morskie
2. Przejmujący: Nadmorski Klub Sportowy Astra reprezentowany przez Marcina Walkowiaka, Prezesa NKS Astra, ul. Wojska Polskiego 24b

Strona Przekazująca przekazuje, a strona Przyjmująca przejmuje w używanie:

Pomieszczenie siłowni zlokalizowane w piwnicy byłego ośrodka zdrowia w Ustroniu Morskim przy ul. Osiedlowej 2B składające się z:

1. Sali głównej wyposażonej w stolarkę okienną i drzwiową, na powierzchni podłogi położona jest wykładzina termalna PCV a w drugiej części mata do ćwiczeń-puzle.
2. Pomieszczenia recepcji wyposażonego w:
  - a) ladę – 1szt.
  - b) szafę ubraniową – 1szt.
  - c) szafkę na buty – 1szt.
  - d) umywalkę z postumentem i baterią – 1 kpl.
  - e) na podłodze położona jest terakota.
3. Pomieszczenia toalet wyposażone w:
  - a) umywalkę z postumentem – 2kpl.
  - b) baterię z mieszaczem wody – 2kpl.
  - c) muszlę klozetowa ze spłuczką – 2kpl.
  - d) na podłodze położona jest terakota.
4. Pomieszczenia natryski wyposażone w:
  - a) brodzik – 5szt.
  - b) baterię z mieszaczem wody – 5szt.
  - c) lustro – 1szt.
  - d) na podłodze jest terakota.
5. Sali sauny wyposażonej w:
  - a) piec Tylo – 1szt.

- b) wiadro drewniane – 1szt.
- c) ławy drewniane – 2szt.

Pomieszczenia wyposażone są w pełną instalację wodną, kanalizacyjną, elektryczną, centralnego ogrzewania.

Protokół sporządzono w 2-óch jednobrzmiących egzemplarzach po jednym dla każdej ze stron.

.....  
(data i podpis)

**Nadmorski Klub Sportowy „Astra”**  
**PREZES**  
*Marcin Walkowiak*

DYREKTOR GOSIR  
w Ustroniu Morskim

.....  
mgr inż. Zenon Wajgert  
(data i podpis)

**PROTOKÓŁ PRZEKAZANIA SPRZĘTU DO UMOWY UŻYWANIA SIŁOWNI  
Z DNIA 29.10.2020 ROKU**

Przekazany asortyment:

1. Termometr do mierzenia temperatury ciała – 1 szt.
2. Suwnica do wyciskania – 1 szt.
3. Maszyna do wyciskania, barki + klatka – 1 szt.
4. Ławeczka gimnastyczna – 1 szt.
5. Motylek – klatka – 1 szt.
6. Ławka m. grzbietu – 1 szt.
7. Ławka rzymska – 1 szt.
8. Stojak na hantle – 1 szt.
9. Stojak na hantle mały – 1 szt.
10. Maszyna dwugłowy uda – 1 szt.
11. Ławka prosta krótka – 1 szt.
12. Wyciąg podwójny – 1 szt.
13. Maszyna do wyprostowania nóg – 1 szt.
14. Ławka prosta – długa – 1 szt.

15. Obciążenia:

- 1 kg – 4 szt.
- 1,25 kg – 4 szt.
- 2 kg – 21 szt.
- 2,5 kg – 16 szt.
- 3,75 kg – 4 szt.
- 5 kg – 32 szt.
- 7,5 kg – 2 szt.
- 10 kg – 16 szt.
- 15 kg – 10 szt.
- 20 kg – 6 szt.

16. Hantle:

- 1 kg – 2 szt.
- 2 kg – 2 szt.
- Profi DB-102 :

- ✓ 10 kg - 2 szt.
- ✓ 20 kg - 2 szt.
- ✓ 15 kg - 2 szt.
- ✓ 25 kg - 2 szt.
- ✓ 30 kg - 2 szt.
- ✓ 35kg – 2szt.

17. Gryf prosty krótki (do hantli) – 14 szt. ( 3 sprawne )
18. Gryf łamany krótki – 3 szt.
19. Gryf prosty krótki – 1 szt.
20. Gryf prosty długi – 4 szt.
21. Zaciski do hantli – 25 szt.( 6 sprawnych )
22. Worek treningowy – 1szt.
23. Kosz na śmieci – 2 szt.
24. Lustro duże – 1 szt.
25. Lustro małe – 3 szt.
26. Głośniki – 2 szt.
27. Waga łazienkowa – 1 szt.
28. Rowerki treningowe:
  - MATT – 1 szt.
29. Orbitrek sportop – 1 szt.
30. Steper – 1 szt.
31. Twister – 1 szt.
32. Drabinka gimnastyczna – 2 szt.
33. Maszyna m. brzucha – 1 szt.
34. Maszyna m. przywodziciel i odwodziciel – 1 szt.
35. Bieżnia Kettler – 1 szt.
36. Czajnik bezprzewodowy – 1 szt.
37. Szafka na buty – 1 szt.
38. Półki wiszące – 2 szt.
39. Lustro małe, kasa – 1 szt.
40. Gaśnica 6 kg – 1 szt.
41. Wieża Philips – 1 szt.
42. Odkurzacz kercher – 1 szt.
43. Szafa ubraniowa – 1 szt.

- |  |          |
|--|----------|
| 44. Lada   | - 1 szt. |
| 45. Krzesło (repcja)                                       | - 1 szt. |
| 46. Umywalka z baterią                                     | - 1 szt. |
| 47. Apteczka   | - 1 szt. |
| 48. Wiaderko z mopem                                       | - 1 szt. |
| 49. Wspornik do worka treningowego                         | - 1 szt. |
| 50. Ławka gimnastyczna, szatnia męska                      | - 1 szt. |
| 51. Krzesło  | - 2 szt. |
| 52. Piłka gimnastyczna 56 cm BB 001 - Body Sculpture       | - 1 szt. |
| 53. Zestaw hantli 2 x 0,75 kg SHAPE - Spokey               | - 2 szt. |
| 54. Mata gumowa amortyzująca 0,6 cm – Insportline          | - 1 szt. |
| 55. Zestaw hantli 2 x 2 kg Spong - Spokey                  | - 2 szt. |
| 56. Mata do ćwiczeń z uchwytami Aero zielona – Insportline | - 2 szt. |
| 57. Gryf kratownica 28 mm 87cm PLATINUM FITNESS            | - 1 szt. |
| 58. Gryf kratownica 25 mm 85 cm THORN                      | - 1 szt. |
| 59. Sznur do wyciągu na triceps 70 cm PLATINUM FITNES      | - 1 szt. |
| 60. Sznur do wyciągu na triceps 85 cm PLATINUM FITNES      | - 1 szt. |
| 61. Guma treningowa POWER LOOP 64mm FLEXIFIT               | - 2 szt. |
| 62. Nakładki sztangi gryf hantle silikon                   | - 2 kpl. |
| 63. Pas kulturystyczny skórzany WIDTH METEOR               | - 2 szt. |
| 64. Drażek – uchwyt do wyciągu TRICEPS BAR FINNLO          | - 1 szt. |
| 65. Drażek – uchwyt do wyciągu LATISSIMUS BAR 78 cm FINNLO | - 1 szt. |
| 66. Wyciąg bramowy HES                                     | - 1 szt. |
| 67. Uchwyt gryfu mocowany do podłogi                       | - 1 szt. |
| 68. Gryf zaczepowy długi 122 cm                            | - 1 szt. |

Nadmorski Klub Sportowy „Astra”  
**PREZES**  
*Marcin Wałkowiak*

.....  
 (data i podpis)

DYREKTOR GOSIR  
 w Ustroniu Morskim

*mgr inż. Zenon Wajgert*

.....  
 (data i podpis)





Warszawa, 20 października 2020 r.  
Nr certyfikatu: 45765



# CERTYFIKAT UKOŃCZENIA KURSU

o specjalności  
MASTER PERSONAL TRAINER (MPT)

Pan/Pani

**Maciej Kowalski**

Program kursu obejmował:

1. Medical Training:
  - anatomia funkcjonalna,
  - omówienie funkcji poszczególnych grup mięśniowych i łańcuchów funkcjonalnych,
  - taśmy anatomiczne wg. Meyersa,
  - dysfunkcje aparatu ruchu
2. Stretching PNF
3. FMS, TRENING CROSS, KETTLEBELL, GYMSTICK, TRX, INDOOR CYCLING, TAŚMY
4. Kontuzje a trening
5. Warsztat: Dieta i aktywność w walce z nadmiernymi kilogramami
6. Coaching, motywowanie, proces coachingu (kontrakt)
7. Psychologia pracy indywidualnej z klientem (komunikacja werbalna i niewerbalna)
8. Dietetyka i reguły żywieniowe w sporcie, redukcja masy ciała w sporcie
9. Promocja zdrowia, suplementacja, odżywki anaboliczne, antykataboliki, wspomaganie odporności psychicznej

Długość trwania kursu: 127 h

**Mariusz Jachacy**  
Dyrektor

Akademia Dietetycznie Poprawni  
Placówka Kształcenia Ustawicznego nr 126522



**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI

**UNIA EUROPEJSKA**  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY



