

**ZASADY ORGANIZACJI OBOZÓW, WARSZTATÓW, SZKOLEŃ, KURSÓW  
i SPOTKAŃ LOKALNYCH  
w ramach działalności  
STOWARZYSZENIA PROMOCJI ZDROWIA QIGONG-LECĄCY ŻURAW  
im. Liu Zhongchuna**

**I. ORGANIZACJA OBOZÓW, WARSZTATÓW, SZKOLEŃ, KURSÓW.**

Realizując cele statutowe, związane z prowadzeniem ćwiczeń QIGONG styl Lecącego Żurawia, działalnością szkoleniową i promocyjną, Zarząd Stowarzyszenia organizuje centralne/ogólnopolskie obozy, warsztaty, szkolenia i kursy, które są poświęcone doskonaleniu formy, mają określoną ideę przewodnią, co ustala Zarząd w porozumieniu z Prezydium Rady Starszych. Są miejscem wymiany doświadczeń, rozwoju instruktorów i osób zaawansowanych oraz promowania ćwiczeń QIGONG styl Lecącego Żurawia wśród osób zainteresowanych ćwiczeniami.

1. Zarząd Stowarzyszenia lub upoważnione przez Zarząd osoby, organizują obligatoryjnie dwa ogólnopolskie spotkania w roku, minimum jeden obóz i jeden warsztat lub szkolenie/kurs.
  - 1.1. Jeden obóz lub warsztat /szkolenie/kurs, powinien być organizowany do końca czerwca każdego roku, w czasie trwania którego, zazwyczaj odbywa się Walne Zebranie Członków Stowarzyszenia.
  - 1.2. Miejsca w którym organizowane są obozy/warsztaty /szkolenia,kursy powinny uwzględniać, dogodny dojazd, korzystanie z sal do ćwiczeń i medytacji oraz dogodne warunki pobytu i wyżywienia.
  - 1.3. Terminy i miejsca obozów/warsztatów/szkoleń/kursów prezentowane są w grafiku umieszczanym na stronie [www.qigong.org.pl](http://www.qigong.org.pl) Stowarzyszenia, na wniosek Zarządu przez administratora strony.
  - 1.4. Zarząd podpisuje stosowną umowę z kierownictwem ośrodka, w którym planowany jest obóz/warsztat/szkolenie/kurs.
2. W ramach zajęć prowadzone są :
  - nauka formy QIGONG styl Lecącego Żurawia,
  - doskonalenie formy,
  - szkolenie oraz egzaminy instruktorskie,
  - weryfikacje aktualności uprawnień instruktorskich, przedłużanie ważności.
3. Ramowy plan obozu/warsztatu/szkolenia/kursu.

Obozy trwają 8 -10 dni. Czas trwania warsztatów/szkoleń/kursów może być krótszy.

W ramach zajęć prowadzone są:

  - część teoretyczna (omawiane są między innymi: forma, kanały i punkty energetyczne, wprowadzenie do medytacji, efekty ćwiczeń, wymiana doświadczeń, przekazywanie wskazówek Mistrza Liu itp.),

- praktyczna nauka formy - ćwiczenia w grupach,
  - zajęcia indywidualne i konsultacje wg potrzeb,
  - ćwiczenia wspólne uczestników obozu,
  - medytacja poranna i wieczorna,
  - warsztaty i spotkania instruktorskie,
  - zajęcia relaksacyjne,
  - zajęcia integracyjne i inne.
4. W obozach/warsztatach/szkoleniach/kursach organizowanych przez Zarząd Stowarzyszenia mogą uczestniczyć:
- członkowie Stowarzyszenia,
  - osoby niezrzeszone praktykujące QIGONG styl Lecącego Żurawia
  - osoby zainteresowane ćwiczeniami QIGONG styl Lecącego Żurawia, wyrażające chęć nauki.
5. W zależności od liczby uczestników ustalana jest liczba grup ćwiczących, tj.:
- grupa początkujących,
  - grupa średnio zaawansowanych,
  - grupa zaawansowanych/instruktorska.
6. Prowadzenie obozów/warsztatów.
- 6.1. Zarząd wyznacza kierownika (i jego zastępcę) obozu/warsztatu/ szkolenia/kursu odpowiedzialnego za organizację.
- 6.2. Zajęcia w poszczególnych grupach prowadzone są przez kadrę - doświadczonych instruktorów, wyznaczanych przez Zarząd w uzgodnieniu z Prezydium Rady Starszych.
- 6.3. Liczba instruktorów prowadzących zajęcia w grupach uzależniona jest od liczby uczestników.
- 6.4. W obozach/warsztatach/szkoleniach/kursach powinno uczestniczyć minimum trzech instruktorów członków Rady Starszych, mających uprawnienia do przeprowadzenia egzaminów i przedłużania ważności uprawnień instruktorskich oraz minimum jeden członek Zarządu.
- 6.5. Ze względu na minimalizację kosztów, wskazane jest aby wśród instruktorów prowadzących zajęcia w grupach, byli jednocześnie instruktorzy-członkowie Rady Starszych wyznaczeni do przeprowadzania egzaminów instruktorskich lub weryfikacji uprawnień instruktorskich, kierownik obozu i jego zastępca oraz Członek Zarządu.
- 6.6. Ćwiczenia wspólne prowadzą, instruktorzy uczestniczący w obozie/warsztacie/szkoleniu/kursie.
7. Opłaty za udział w obozie/warsztacie/szkoleniu/kursie.
- 7.1. Całkowita opłata za obóz uczestnika obejmuje:
- a) opłatę za noclegi i wyżywienie wg umowy z kierownictwem obiektu, w którym odbywa się obóz/warsztat/szkolenie/kurs. Opłata ta wpłacana jest na konto ośrodka, z ewentualną zaliczką lub po przyjeździe w recepcji ośrodka,
  - b) wpłatę na rzecz organizacji obozów/warsztatów/szkoleń/kursów, która przeznaczana jest między innymi na:
    - wg przepisów prawa, na opłatę za pobyt (noclegi i wyżywienie) oraz zwrot kosztów podróży kierownika/zastępcy kierownika obozu i instruktorów prowadzących zajęcia w grupach stanowiących kadrę, którzy pracują jako wolontariusze,

- wynajem sali do ćwiczeń,
  - materiały szkoleniowe,
  - inne wymagane opłaty i ponoszone koszty związane z organizacją.
- 7.2. Zarząd podaje do wiadomości uczestników wysokość oczekiwanej wpłaty na rzecz organizacji obozów/warsztatów/szkoleń/kursów. Wpłata ta jest niezależna od opłaty za noclegi i wyżywienia. Uczestnicy obozu/warsztatu/szkolenia/kursu dokonują wyznaczonym terminie wpłaty na konto Stowarzyszenia.
- 7.3. Wpłata uczestników na rzecz organizacji obozów/warsztatów/szkoleń/kursów może być różnicowana:
- dla członków Stowarzyszenia,
  - czynnych instruktorów prowadzących zajęcia QIGONG styl Lecącego Żurawia na swoim terenie,
  - osób niezrzeszonych.
- 7.4. Wpłaty na rzecz organizacji obozów/warsztatów/ szkoleń/kursów nie wnoszą:
- a) honorowi członkowie Stowarzyszenia,
  - b) kierownik obozu/warsztatu/szkolenia kursu i jego zastępca,
  - c) instruktorzy prowadzący zajęcia w grupach na obozach/warsztatach/szkoleniach/kursach - kadra,
  - d) w innych sprawach, decyzję o zwolnieniu z wpłaty na rzecz organizacji obozów/warsztatów/szkoleń/kursów podejmuje Zarząd.
- 7.5. Praca kadry na obozie/warsztacie/szkoleniu/kursie odbywa się w ramach wolontariatu.  
Decyzję o wyznaczeniu osób do pracy na obozie/warsztacie/szkoleniu/kursie podejmuje Zarząd w formie uchwały.
- 7.6. Koszty własne związane z organizacją obozów/warsztatów/szkoleń/kursów, Członkowie Zarządu, Członkowie Stowarzyszenia lub inne osoby wyznaczone do wykonywania tych prac przez Zarząd, rozliczają w ramach zawartej umowy lub delegacji tj. koszty przejazdów, noclegów, diety i inne na podstawie faktur, ryczałtów lub oświadczeń.

## **II. SPOTKANIA ORGANIZOWANE LOKALNIE.**

1. Doświadczeni instruktorzy z długoletnim stażem mogą organizować spotkania QIGONG styl Lecącego Żurawia, trwające kilka dni, lokalnie, na swoim terenie.
2. Spotkania te mają służyć doskonaleniu formy, promocji QIGONG styl Lecącego Żurawia oraz integracji członków Stowarzyszenia w danym środowisku.
3. Terminy tych spotkań powinny być uzgodnione z Zarządem Stowarzyszenia i wpisane w grafiku, umieszczanym na własnej stronie internetowej.
4. Na stronie Stowarzyszenia są umieszczane tylko ogłoszenia o spotkaniach QIGONG styl Lecącego Żurawia, które były uzgodnione z Zarządem Stowarzyszenia.
5. Zasady uczestnictwa, program zajęć i wysokość opłat za uczestnictwo w spotkaniach organizowanych lokalnie określają ich organizatorzy.

### **III. OCENA OBOZU/WARSZTATU/SZKOLENIA/KURSU LUB SPOTKANIA.**

1. Z każdego obozu/warsztatu/szkolenia/kursu organizowanego zarówno przez Zarząd Stowarzyszenia, jak i organizowanych lokalnie spotkań przez instruktorów, sporządzane jest krótkie sprawozdanie podsumowujące.
2. Wskazane jest przeprowadzenie „ankiety satysfakcji” wśród uczestników obozu/warsztatu/szkolenia/kursu lub spotkania, po jego zakończeniu.
3. Sprawozdanie zawierające wyniki ankiety przekazywane jest Zarządowi, przez osobę prowadzącą/organizatora, w krótkim terminie po zakończeniu obozu/warsztatu/szkolenia/kursu lub kursu.

Zarząd Stowarzyszenia