

## UPROSZCZONA OFERTA REALIZACJI ZADANIA PUBLICZNEGO

### POUCZENIE co do sposobu wypełniania oferty:

Ofertę należy wypełnić wyłącznie w białych pustych polach, zgodnie z instrukcjami umieszczonymi przy poszczególnych polach brzoźw przypisach.

Zaznaczenie gwiazdką, np.: „pobieranie\*/niepobieranie\*” oznacza, że należy skreślić niewłaściwą odpowiedź, pozostawiając

prawidłową. Przykład: „pobieranie\*/niepobieranie\*”.



### I. Podstawowe informacje o złożonej ofercie

<b>1. Organ administracji publicznej, do którego jest adresowana oferta</b>	Urząd Miejski w Wołominie; ul. Ogrodowa 4; 05-200 Wołomin
<b>2. Rodzaj zadania publicznego<sup>1)</sup></b>	Wspieranie i upowszechnianie kultury fizycznej.

### II. Dane oferenta(-tów)

<b>1. Nazwa oferenta(-tów), forma prawna, numer w Krajowym Rejestrze Sądowym lub innej ewidencji, adres siedziby, strona www, adres do korespondencji, adres e-mail, numer telefonu</b>	Stowarzyszenie Zabiegany Wołomin, stowarzyszenie, KRS 0000882949, ul. Polna 1/17, 05-200 Wołomin; <a href="http://www.zabieganywolomin.pl">www.zabieganywolomin.pl</a> , [redacted]
<b>2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)</b>	[redacted]

### III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

<b>1. Tytuł zadania publicznego</b>	„Wakacyjny reset II - Zabiegane środy dla każdego”			
<b>2. Termin realizacji zadania publicznego<sup>2)</sup></b>	Data rozpoczęcia	01.07.2026	Data zakończenia	26.08.2026
<b>3. Syntetyczny opis zadania (wraz ze wskazaniem miejsca jego realizacji)</b>				
<p>Celem projektu jest promocja zdrowego trybu życia, sportu - w szczególności biegania oraz zwiększenie sprawności fizycznej poprzez zachęcenie mieszkańców gminy Wołomin do aktywnego spędzania czasu wolnego w wakacje pod okiem profesjonalnego trenera.</p> <p>Projekt obejmuje przeprowadzenie 9 cyklicznych treningów: biegowych z elementami usprawnienia fizycznego, wzmacniających i rozciągających oraz przygotowania motorycznego. Treningi zostaną przeprowadzone przez certyfikowanych instruktorów, trenerów lekkiej atletyki lub osoby z doświadczeniem treningowym w zakresie biegania.</p> <p>Jest to kolejna edycja wakacyjnych treningów dla każdego – bez względu na poziom zaawansowania. Dla osób, które chciałyby rozpocząć przygodę z bieganiem, jest to możliwość bezpiecznego i profesjonalnego startu. Dla zaawansowanych biegaczy jest szansą na optymalny i skutecznie ukierunkowany rozwój. Dla wszystkich uczestników, dla których ważny jest rozwój, w szczególności w zakresie sprawności fizycznej - jest okazją do urozmaicenia metodyki treningowej i trenowania w grupie.</p> <p>Grupa docelowa to mieszkańcy gminy Wołomin, (łącznie w projekcie przewiduje się udział minimum 180 osób). Minimalny wiek - 12 lat.</p> <p>Zajęcia odbywać się będą raz w tygodniu – w środy, na ogólnodostępnych terenach Gminy Wołomin, w tym bieżni OSiR Huragan oraz hali sportowej OSiR Huragan w Wołominie przy ul. Korsaka 4 w godzinach, w których obiekty są udostępniane mieszkańcom. Zajęcia będą trwały 75 minut.</p>				

Projekt przewiduje zakup m.in. sprzętu treningowego takiego jak: worek bułgarski, lina treningowa, sztanga treningowa do wykorzystania podczas treningów. Zakup tego sprzętu umożliwi przeprowadzanie wszechstronnych treningów rozwijających siłę, wytrzymałość, koordynację ruchową oraz ogólną sprawność fizyczną uczestników.

Worek bułgarski wykorzystywany jest do treningu funkcjonalnego całego ciała. Pozwala rozwijać siłę mięśni głębokich, stabilizację, dynamikę oraz koordynację ruchową. Dzięki swojej konstrukcji umożliwia wykonywanie ćwiczeń angażujących jednocześnie wiele grup mięśniowych, co przekłada się na poprawę sprawności ogólnej i przygotowania motorycznego zawodników. Lina treningowa jest doskonałym narzędziem do treningu wytrzymałościowego i siłowego. Ćwiczenia z wykorzystaniem lin poprawiają kondycję, siłę ramion, barków oraz mięśni korpusu, a także rozwijają wydolność organizmu. Trening z linami pozwala również zwiększać intensywność zajęć oraz urozmaica formę ćwiczeń, co pozytywnie wpływa na zaangażowanie uczestników. Sztanga treningowa stanowi podstawowe wyposażenie do treningu siłowego i ogólnorozwojowego. Umożliwia rozwijanie siły mięśniowej, poprawę stabilizacji oraz naukę prawidłowych wzorców ruchowych. Dzięki możliwości dostosowania obciążenia sprzęt może być wykorzystywany zarówno przez osoby początkujące, jak i bardziej zaawansowanych uczestników treningów. Zakup wymienionego sprzętu pozwoli na prowadzenie bardziej profesjonalnych, bezpiecznych i atrakcyjnych zajęć treningowych, dostosowanych do różnych poziomów zaawansowania uczestników. Sprzęt będzie służył do realizacji regularnych treningów sportowych oraz rozwijania sprawności fizycznej i aktywności ruchowej uczestników projektu.

Zakup ww. sprzętu pozwoli również urozmaicić trening oraz zwrócić uwagę dorosłym, jak i młodszym uczestnikom na konieczność wzmacniania mięśni głębokich oraz rozciągania, które przy siedzącym trybie życia jest niezbędne dla zachowania mobilności ciała i zwiększenia zakresu ruchomości w stawach.

Podczas treningów wykorzystany zostanie sprzęt sportowy będący w zasobach stowarzyszenia, m.in. taśmy TRX, gumy wzmacniające krótkie i długie, płotki lekkoatletyczne, piłki lekarskie, skakanki, maty.

Planowane jest również nagrodzenie 5 osób, które wykażą się najwyższą frekwencją podczas trwania projektu. Nagrody będą miały charakter sportowy.

Przygotowane zostaną również drukowane materiały reklamowe (plakaty), które następnie zostaną rozwieszane w Wołominie, aby zachęcić jak największą liczbę osób do udziału w projekcie.

Dla właściwego udokumentowania kosztów – rozliczenie projektu zostanie zlecone firmie świadczącej usługi księgowe.

W zakresie spełnienia obowiązku informacyjnego zapewniamy, iż podczas trwania wydarzenia uczestnicy będą informowani o dofinansowaniu imprezy ze środków z budżetu gminy Wołomin. Stosowna informacja zostanie zamieszczona także na materiałach reklamowych (m.in. plakaty/banery) oraz w kilkudziesięciu postach w mediach społecznościowych z użyciem wymaganych hashtagów.

Zapewniamy dostępność osobom ze szczególnymi potrzebami poprzez:

- 1) Dostępność cyfrowa: Treści wykorzystywane do promocji jak i charakterystyka wykonania zadania będą dostępne na stronie oferenta w formie danych teleadresowych, narzędzi kontaktowych np. tłumacz języka migowego w razie zaistniałej potrzeby.
- 2) Dostępność informacyjno-komunikacyjna: Obsługa z wykorzystaniem poczty elektronicznej, SMS, MMS, strony internetowej lub przez wykorzystanie zdalnego dostępu on-line do obsługi tłumacza przez strony internetowe.
- 3) Dostępność architektoniczna: Wydarzenie odbędzie się na terenie Wołomina, gdzie zapewnimy dostęp wolny od barier architektonicznych.

Mając na uwadze doświadczenie z poprzednich edycji wydarzenia, Stowarzyszenie Zabiegany Wołomin przeprowadziło analizę ryzyka w obszarach związanych z frekwencją oraz warunkami atmosferycznymi:

1) Frekwencja - dane dotyczące liczby uczestników wydarzenia zostały opracowane na podstawie organizacji wydarzenia w latach poprzednich. W celu utrzymania wysokiej frekwencji przeprowadzona zostanie intensywną kampanię reklamową m.in. w mediach społecznościowych.

2) Warunki atmosferyczne - niezależnie od warunków pogodowych – zajęcia odbędą się na bieżni lub hali sportowej.

1) Rodzaj zadania zawiera się w zakresie zadań określonych w art. 4 ustawy z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie (Dz. U. z 2018 r. poz. 450, z późn. zm.).  
2) Termin realizacji zadania nie może być dłuższy niż 90 dni.

#### 4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego

Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
Ilość przeprowadzonych treningów	9	Lista obecności, zdjęcia z zajęć

ilość uczestników projektu ogółem	180	Lista obecności, zdjęcia z zajęć
-----------------------------------	-----	----------------------------------

**5. Krótka charakterystyka Oferenta, jego doświadczenia w realizacji działań planowanych w ofercie oraz zasobów, które będą wykorzystane w realizacji zadania**

Stowarzyszenie Zabiegany Wołomin od siedmiu lat prowadzi bezpłatnie cykliczne treningi dla mieszkańców Wołomina i okolic. Są to m.in. wtorkowe marszobiegi, Zabiegane Środy dla każdego, niedzielne wybiegania czy organizowane w zależności od potrzeb treningi siły biegowej - górki.

W latach 2020 - 2025 Stowarzyszenie zorganizowało po raz piąty Biegu Andrzejkowego w Wołominie. W roku 2021 Stowarzyszenie zorganizowało pierwszy Biegu Nad Łąkami (we współpracy z Urzędem Miasta w Wołominie), Bieg Flagi oraz Bieg dla dzieci w ramach Festynu Sołeckiego w Czarnej, Bieg Bałwana. Wszystkie organizowane wydarzenia cieszyły się dużym zainteresowaniem i popularnością. Pozytywna ocena współpracy z Urzędem Miasta przy organizacji Biegu nad Łąkami zaowocowała współpracą przy organizacją kolejnej edycji biegu. W latach 2021 oraz 2025 Stowarzyszenie Zabiegany Wołomin realizowało również zadania publiczne w zakresie prowadzenia cyklicznych treningów w okresie wakacyjnym w Wołominie, które zostały pozytywnie rozliczone.

Stowarzyszenie w latach 2023 i 2026 uzyskało dofinansowanie na zadania publiczne z budżetu województwa mazowieckiego na realizację zadania publicznego polegającego na organizacji imprezy sportowej dla mieszkańców całego województwa (IV, V, VI Bieg Andrzejkowy). Wydarzenie w roku 2024 i 2025 odbyło się pod Honorowym Patronatem Marszałka Województwa Mazowieckiego, Pana Adama Struzika. Sprawozdanie finansowe z przedmiotowej imprezy zostało przyjęte bez zastrzeżeń i pozytywnie rozliczone. W roku 2026 Stowarzyszenie Zabiegany Wołomin – również otrzymało dofinansowanie do kolejnej już 6 edycji Biegu Andrzejkowego.

Zabiegany Wołomin od siedmiu lat przyłącza się również do obchodów Europejskiego Tygodnia Sportu organizując w Wołominie wydarzenia promujące poprawę sprawności fizycznej i wspierające integrację społeczną. Każdorazowo około 100 dzieci uczestniczyło w różnego rodzaju aktywnościach sportowych organizowanych przez Stowarzyszenie na terenie Wołomina. W latach 2022-2023 Zabiegany Wołomin dołączył się do obchodów organizując wydarzenia skierowane również dla dorosłych.

**IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego**

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	Wynagrodzenie trenerów wraz z pochodnymi	3 600,00	3 600,00	0
2.	Sprzęt sportowy	1 300,00	1 300,00	0
3.	Nagrody	1 300,00	1 300,00	0
	Wynajem sali do treningów	350	350	0
4.	Księgowość	500,00	500,00	0
5.	Koordinacja	600,00	600,00	0
6.	Reklama	350,00	0	350,00
<b>Suma wszystkich kosztów realizacji zadania</b>		<b>8 000,00</b>	<b>7 650</b>	<b>350,00</b>

**V. Oświadczenia**

Oświadczam(-my), że:

- 1) proponowane zadanie publiczne będzie realizowane wyłącznie w zakresie działalności pożytku publicznego oferenta(-tów);
- 2) pobieranie świadczeń pieniężnych będzie się odbywać wyłącznie w ramach prowadzonej odpłatnej działalności pożytku publicznego;
- 3) oferent\* / oferenci\* składający niniejszą ofertę nie zalega(-ją)\* / zalega(-ją)\* z opłacaniem należności z tytułu zobowiązań podatkowych;



4) oferent\* / oferenci\* składający niniejszą ofertę nie zalega(-ją)\* / zalega(-ją)\* z opłacaniem należności z tytułu składek na ubezpieczenia społeczne;

5) dane zawarte w części II niniejszej oferty są zgodne z Krajowym Rejestrem Sądowym\* / inną właściwą ewidencją\*;

6) wszystkie informacje podane w ofercie oraz załącznikach są zgodne z aktualnym stanem prawnym i faktycznym; ofert, w tym z gromadzeniem, przetwarzaniem i przekazywaniem danych osobowych, w szczególności, osoby, których dotyczą te dane, złożyły stosowne oświadczenia zgodnie z

Data 18.V.2026

*Wotomiu*

STOWARZYSZENIE  
*Zabiegany Wotomiu*

osób upoważnionych do składania oświadczeń

woli w imieniu oferentów)

NIP: 1251715458, REGON: 388172950  
KRS: 0000882949