

ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ ФИТНЕС ЗАЛА

1. Общие положения

1.1. Настоящие Правила посещения фитнес зала (далее – «Правила») являются едиными для всех пользователей и посетителей МАУ ДО «ФОК в р.п. Шатки Нижегородской области» (далее – комплекс) и направлены на обеспечение безопасности и комфортного пребывания на спортивном объекте.

1.2. Режим работы фитнес зала утверждается директором Муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Физкультурно-оздоровительный комплекс в р.п. Шатки Нижегородской области». Режим работы зала доводится до сведения посетителей путем размещения в местах, доступных для всеобщего обозрения (холл первого этажа), а также на официальном сайте учреждения.

1.3. Оплата услуг по предоставлению в пользование фитнес-зала осуществляется до начала занятий в соответствии с утвержденным прейскурантом на платные услуги, индивидуально через кассу рецепции либо по гражданско-правовым договорам.

1.4. В целях обеспечения безопасности во время занятий в зале рекомендуется до начала занятий пройти медицинское обследование и получить положительное медицинское заключение с рекомендациями по возможной и полезной физической нагрузке.

1.5. Посетители комплекса обязаны выполнять настоящие Правила и указания персонала комплекса.

1.6. Курение в зале, других помещениях комплекса и на прилегающей к нему территории запрещено.

1.7. Посетители комплекса обязаны бережно обращаться со спортивным оборудованием, инвентарем, иным имуществом учреждения, нести ответственность за его порчу и возмещать ущерб в порядке, установленном законодательством.

1.8. Посетители обязаны соблюдать чистоту и правила гигиены, правила поведения в общественных местах, проявлять уважение к персоналу учреждения и другим посетителям.

1.9. Посетители в состоянии алкогольного, наркотического, иного токсического опьянения в зал не допускаются.

1.10. В случае нарушения посетителем правил поведения в зале, во избежание травматизма других посетителей учреждение вправе вывести нарушителя общественного порядка из зала. В этом случае плата за пользование фитнес-залом не возвращается.

1.11. В случае нарушения посетителями настоящих Правил, а также в случае некорректного и агрессивного поведения, инструкторы по спорту, администраторы и контролеры контрольно-пропускного пункта предпринимают меры к пресечению противоправного поведения и вызывают наряд полиции.

1.12. Учреждение вправе прекратить доступ в фитнес зал лицам, неоднократно и систематически (более двух раз в течение календарного месяца) нарушающим настоящие Правила.

1.13. До начала занятий посетитель обязан пройти в гардероб, сдать верхнюю одежду и уличную обувь (для уличной обуви рекомендуется иметь специальный мешок), переобуться и пройти в раздевалку, в раздевалке переодеться в спортивную одежду. Оставлять в раздевалке ценные вещи (мобильные телефоны, деньги, украшения, планшеты и проч.) не рекомендуется, так как учреждение ответственности за их сохранность не несет.

1.14. Каждый посетитель самостоятельно определяет состояние своего здоровья и медицинское обеспечение.

1.15. При первом занятии посетители проходят у тренера-преподавателя или инструктора по спорту первичный инструктаж по технике безопасности и правилам поведения в зале.

2. Правила поведения в фитнес зале

2.1. Приступать к занятиям в зале можно только после ознакомления с настоящими Правилами. За травмы, полученные при нарушении настоящих Правил, посетители комплекса несут личную ответственность.

2.2. Вход в фитнес зал разрешается только в спортивной форме, не стесняющей движений, и сменной спортивной обуви на светлой подошве.

2.3. Запрещаются опоздания на занятия более чем на 5 минут. Опоздавшие более чем на 5 минут на занятия не допускаются, оплата данного занятия не возвращается и не компенсируется.

2.4. При нахождении в зале необходимо быть внимательным, соблюдать технику безопасности и правила поведения в фитнес зале.

2.5. Во время занятий необходимо соблюдать дисциплину и порядок. Передвигаться по залу необходимо не торопясь, не заходя в рабочую зону других занимающихся.

2.6. Все упражнения в зале выполняются только под непосредственным наблюдением инструктора по спорту (далее – инструктора). В отсутствие инструктора находиться в зале запрещено.

2.7. Во время занятий следовать указаниям инструктора. В групповом занятии занимать свободное место, не занимая рабочую зону других занимающихся.

2.8. Не использовать парфюмерии с резким запахом, соблюдать правила личной гигиены.

2.9. Во избежание травм и неприятных ощущений после занятий следует выбирать программу подготовки, соответствующую уровню физической подготовки.

2.10. Выполнять рекомендации врача, не выполнять упражнения, к которым имеются противопоказания.

2.11. При наступлении плохого самочувствия во время занятий необходимо немедленно прекратить тренировку и сообщить об этом инструктору зала.

2.12. По окончании занятия необходимо вернуть используемое снаряжение и оборудование в отведенные для этого места.

2.13. При возникновении чрезвычайной ситуации необходимо прекратить занятия и спокойно, не создавая затруднений ни себе, ни другим посетителям, покинуть зал и здание комплекса, следуя указаниям персонала комплекса и эвакуационным указателям.

2.14. Посетителям фитнес зала запрещается:

- находиться в зале и/или использовать спортивный инвентарь в отсутствие инструктора;
- использовать во время занятия мобильные телефоны;
- приступать к занятиям в зале при незаживших травмах и общем недомогании;
- заниматься с жевательной резинкой во рту;
- принимать пищу в зонах, предназначенных для тренировок;
- самостоятельно проветривать помещение;
- бегать, прыгать, толкаться, совершать любые действия, мешающие остальным посетителям, а также создавать ситуации, которые могут привести к травматизму посетителей;
- курить, приносить и распивать спиртные напитки, употреблять наркотики и иные токсические вещества;
- посещать фитнес зал с животными;
- пользоваться открытым огнем, применять взрывчатые и легковоспламеняющиеся вещества, в том числе пиротехнические изделия (фейерверки, бенгальские огни, петарды и т.п.);
- наносить любые надписи в зале, раздевалках, в фойе, туалетах и других помещениях комплекса;
- размещать объявления, рекламные материалы, проводить опросы и распространять товары на территории комплекса.

Приобретение абонемента или оплата разового посещения означает согласие посетителя с правилами посещения фитнес зала МАУ ДО «ФОК в р.п.Шатки Нижегородской области».

От соблюдения настоящих правил зависит ваше хорошее настроение при посещении физкультурно-оздоровительного комплекса.

Согласовано:

Заместитель директора
по спортивно-массовой работе _____ А.И. Юрлов

Заместитель директора
по учебно-воспитательной работе _____ А.И. Агапова

Старший администратор _____ Н.Е. Маякина

Юрисконсульт _____ Т.В. Птицына