



Н.Е. Мухгалеева

ПРАВИЛА
посещения спортивных объектов муниципального автономного
учреждения дополнительного образования
«Спортивная школа олимпийского резерва «Юность»»

1. Общие положения

1.1. Настоящие правила определяют порядок посещения спортивных объектов муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Спортивная школа олимпийского резерва «Юность»» (далее - Учреждение).

2. Общие правила для посетителей

2.1. Правила посещения являются едиными для всех посетителей Учреждения. Посетители обязаны ознакомиться с настоящими правилами до начала пользования услугами. Оплата услуг является согласием посетителей с настоящими правилами.

2.2. Часы работы спортивных объектов Учреждения устанавливаются с 08 час. 00 мин. до 23 час. 00 мин. Учреждение имеет право изменять часы работы. Информация об изменениях часов работы располагается на информационном стенде в Учреждении, у дежурных администраторов и на сайте Учреждения – www.sk-junost.ru.

2.3. Перед тем, как приступить к занятиям в Учреждении, посетителю рекомендуется пройти медицинское обследование, в случае, если у него имеется предрасположенность к заболеваниям сердца, повышенному давлению, если посетитель курит, имеет пристрастие к алкогольным напиткам, страдает ожирением или если в течение последнего года не занимался физической культурой и спортом, а также, если у посетителя имеются иные проблемы со здоровьем, препятствующие занятием тем или иным видом спорта.

2.4. В случае если во время занятий посетитель почувствовал слабость, головокружение, отдышку, боль, иное ухудшение самочувствия посетитель

должен немедленно прекратить занятия и обратиться к медицинскому работнику за оказанием первой медицинской помощи.

2.5. Противопоказаны занятия на спортивных объектах при наличии высокой температуры, при обострении хронических заболеваний, острых сердечных заболеваний.

2.6. В стоимость услуг входит право пользоваться специальными вспомогательными зонами Учреждения (душевыми, раздевалками, туалетами), предназначенными для посетителей.

2.7. Посетитель обязан оплатить абонемент или разовое посещение занятий в соответствии с действующим прейскурантом.

Абонемент выдается администратором и предъявляется при каждом посещении занятий. Абонементом считается приобретение 4-х и более занятий. Срок действия абонемента – 1 (один) месяц со дня приобретения.

2.8. В случае отмены занятий по техническим причинам администрация предоставляет право посетить занятие в другой день по предварительному согласованию.

2.9. Посетитель имеет право находиться на территории специализированных зон в течение 15 минут до начала занятия, во время занятия и в течение 15 минут после окончания занятия. В фойе посетитель имеет право находиться неограниченное время, но не более чем до закрытия Учреждения.

2.10. На занятия необходимо приносить спортивную форму, рекомендуемую для занятия соответствующим видом спорта.

2.11. Занятия проводятся только в дни и часы, указанные в чеке или абонементе.

2.12. Пропущенные занятия не по вине Учреждения не возмещаются.

2.13. В здании спортивного комплекса разрешается ходить только в чистой сменной обуви или с надетыми на обувь чистыми бахилами. Нахождение в обуви на тонком каблуке «Шпилька» (даже в бахилах) в помещениях, имеющих спортивное покрытие, не допускается. Администрация имеет право не допускать посетителя на тренировку в обуви, не предназначенной для конкретного типа занятий. Посетитель не имеет права использовать для занятий шипованную обувь. В помещениях Учреждения (раздевалках, душевых) разрешается находиться только в сменной чистой обуви (резиновых сланцах).

2.14. Посетитель Учреждения в порядке, указанном в настоящих Правилах, обязан представить справку, выданную медицинским учреждением.

2.15. Посетители Учреждения должны строго соблюдать правила техники безопасности, противопожарной безопасности, санитарно-гигиенические требования, выполнять требования персонала, в том числе требования медицинского персонала Учреждения в части соблюдения санитарно-гигиенических требований.

2.16. Посетитель должен соблюдать общественный порядок и общепринятые нормы поведения, вести себя уважительно по отношению к другим посетителям, персоналу Учреждения, не допускать действий, создающих опасность для окружающих.

2.17. Посетители обязаны соблюдать чистоту в Учреждении.

2.18. Посетители Учреждения должны бережно относиться к имуществу Учреждения, не допуская его порчу или утрату. После окончания занятий посетитель должен вернуть на место использованный им инвентарь и оборудование.

2.19. Администрация Учреждения не несет ответственности за ценные вещи, документы, деньги, сотовые телефоны, оставленные без присмотра.

2.20. Администрация Учреждения не несет ответственности за вред, связанный с ухудшением здоровья, если состояние здоровья занимающегося ухудшилось в результате острого заболевания, обострения травмы, хронического заболевания.

2.21. Администрация Учреждения не несет ответственности, если причиной нанесения вреда здоровью стало нарушение правил посещения спортивных объектов, правил безопасности и пользования тренажерами и другим оборудованием.

2.22. Администрация Учреждения не несет ответственности за вред здоровью и имуществу, причиненный противоправными действиями третьих лиц.

2.23. Администрация Учреждения не несет ответственности за технические неудобства, вызванные проведением городскими властями, сезонных, профилактических и строительно-ремонтных работ.

2.24. Посетитель несет материальную ответственность за утерю и порчу спортивного инвентаря и прочего имущества Учреждения.

2.25. Лица, нарушившие настоящие правила, лишаются права посещения спортивных объектов Учреждения без последующей компенсации.

2.26. Посетителю запрещено:

2.26.1. Приносить на территорию Учреждения огнестрельное оружие, колющие, режущие и легко бьющиеся предметы, отравляющие, токсичные, ядовитые вещества и жидкости, бытовые газовые баллоны.

2.26.2. Пользоваться открытым огнем, пиротехническими устройствами (фейерверками, бенгальским огнем, петардами и т.п.).

2.26.3. Курить в помещениях и на территории Учреждения, употреблять алкогольную и спиртосодержащую продукцию, наркотические средства и токсические вещества, употреблять в пищу семечки с очисткой от шелухи.

2.26.4. Жевать конфеты, жевательную резинку, принимать во время занятий пищу.

2.26.5. Принимать пищу в местах, предназначенных для тренировок, в зонах отдыха и раздевалках.

2.26.6. Приходить на занятия в болезненном состоянии, в состоянии алкогольного, наркотического или токсического опьянения.

2.26.7. Осуществлять фото– и видеосъемку без специального разрешения администрации учреждения, если это не противоречит действующему законодательству Российской Федерации.

2.26.8. Входить в служебные и технические помещения Учреждения.

2.26.9. Бегать по коридорам, лестницам и душевым помещениям.

2.26.10. Самостоятельно регулировать любое инженерно-техническое оборудование Учреждения.

2.26.11. Оставлять без присмотра детей! Администрация Учреждения не несет ответственности за ребенка, находящегося без присмотра родителей, и за его здоровье.

2.26.12. Стричь и сбривать волосы.

2.26.13. Использовать кремы, скрабы, масла, гели.

2.26.14. Размещать объявления, рекламные материалы, проводить опросы и распространять товары на территории Учреждения без письменного разрешения руководства.

2.26.15. Входить на территорию Учреждения с домашними животными, за исключением лиц с ограниченными возможностями с собаками-поводырями (при наличии соответствующих документов).

2.26.16. Клиентам, гостям и сотрудникам Учреждения запрещается вести любую частную предпринимательскую деятельность, проводить деловые встречи и т.п.

2.27. При нарушении настоящих правил администрация Учреждения имеет право расторгнуть договор оказания услуг без возвращения оплаты за неиспользованное по договору время или отказать в продлении договора.

2.28. Посетителям следует незамедлительно сообщать администрации Учреждения и в правоохранительные органы о случаях обнаружения подозрительных предметов, вещей, захвата людей и обо всех случаях возникновения задымления или пожаров.

2.29. Посетители при получении информации об эвакуации должны действовать согласно указаниям администрации Учреждения и сотрудников органов внутренних дел, ответственных за обеспечение правопорядка, соблюдая спокойствие и не создавая паники.

2.30. Посетители обязаны строго соблюдать правила посещения Учреждения.

2.31. Посетители обязаны подчиняться указаниям и требованиям инструкторов по физической культуре, дежурных по спортивному залу, администраторов, медперсонала, администрации Учреждения.

2.32. Администрация Учреждения оставляет за собой право изменять и дополнять настоящие Правила с целью улучшения работы Учреждения и создания более комфортной обстановки для его посетителей. Все изменения и дополнения должны быть своевременно отражены на информационном стенде Учреждения.

3. Порядок посещения тренажерного зала

3.1. Посетители, посещающие тренажерный зал, руководствуются общими правилами посещения спортивных объектов Учреждения и дополнительно, должны соблюдать следующий порядок:

3.1.1. Перед посещением тренажерного зала рекомендуется обратиться к врачу для определения функционального состояния Вашего здоровья и соответствующего выбора нагрузок и снарядов.

3.1.2. Последний прием пищи осуществлять не позднее, чем за 2 часа до начала тренировки. Рекомендуется брать с собой на занятия не газированную воду, фитнес напитки. В случае необходимости можно воспользоваться кулером, расположенном в тренажерном зале или питьевым фонтанчиком.

3.1.3. Запрещается входить в тренажерный зал с жевательной резинкой.

3.1.4. Для обеспечения собственной безопасности перед использованием специального оборудования необходимо пройти у инструктора по

физической культуре первичный инструктаж с росписью в журнале инструктажа.

3.1.5. К занятиям в тренажерном зале допускаются посетители только в спортивной обуви и спортивной одежде.

3.1.6. Посетитель обязан снять с себя предметы, представляющие опасность для себя и других посетителей (часы, висячие сережки и т.д.).

3.1.7. Посетитель обязан убрать из карманов спортивной формы колющие и другие посторонние предметы.

3.1.8. Заходить в зал, брать спортивный инвентарь и т.д., только с разрешения дежурного по спортивному залу.

3.1.9. Соблюдать правила личной гигиены: во время тренировки использовать личное полотенце и не применять парфюмерию с резким запахом.

3.1.10. Внимательно слушать и выполнять все требования дежурного по спортивному залу.

3.1.11. Посетитель должен соблюдать осторожность при занятиях на тренажерах.

3.1.12. Посетитель обязан вести себя в рамках общественных норм поведения, не отвлекаться самому и не отвлекать других.

3.1.13. Персонал не несет ответственности за состояние Вашего здоровья и возможный травматизм, если Вы тренируетесь самостоятельно без консультации тренера и не следуете разработанной для Вас индивидуальной программе.

3.1.14. Бережно относиться к спортивному инвентарю, оборудованию и использовать его в соответствии с его назначением.

3.1.15. В случае обнаружения неисправности спортивного оборудования тренажерного зала просим незамедлительно сообщить об этом дежурного по спортивному залу, который обязан в кратчайшие сроки принять меры по устранению данных неисправностей.

3.1.16. Посетитель обязан после окончания тренировки все используемое оборудование убрать в отведенное для его хранения место, а тренажеры привести в исходное положение.

3.1.17. К занятиям не допускаются дети младше 14 лет, с 14 лет тренировки разрешаются только в присутствии персонального тренера или вместе с родителями.

3.1.18. Время занятий в тренажерном зале не должно превышать 2 часов.

3.1.20. Посетитель обязан закончить тренировку за 15 минут до закрытия тренажерного зала.

3.1.19. Опоздание или пропуск не компенсируется. Резервировать место в зале запрещено.

3.1.20. Посетитель ни в коем случае не должен использовать максимальную нагрузку, в случае если он впервые посетил занятие в Учреждении, если у него имеются проблемы со здоровьем, имеется предрасположенность к заболеваниям сердца, повышенному давлению, если он курит, имеет пристрастие к алкогольным напиткам, страдает ожирением или если в течение года не занимался физической культурой и спортом, у него отсутствует необходимая спортивная подготовка.

3.1.21. Упражнения с максимальными весами и нагрузками в тренажерном зале необходимо выполнять в обязательном порядке с инструктором по спорту или партнером для Вашей безопасности и безопасности окружающих.

4. Порядок посещения игрового спортивного зала

4.1. Посетители, посещающие игровой спортивный зал, руководствуются общими правилами посещения спортивных объектов Учреждения и дополнительно, должны соблюдать следующий порядок:

4.1.1. При посещении игрового спортивного зала необходимо иметь: спортивную форму, сменную обувь для игровых видов спорта (со светлой подошвой).

4.1.2. Убрать из карманов спортивной формы колющиеся и другие посторонние предметы.

4.1.3. Посетитель обязан снять с себя предметы, представляющие опасность для себя и других посетителей (часы, висячие сережки и т.д.).

4.1.4. Прежде чем пройти в игровой спортивный зал, сообщите об этом администратору и предъявите абонемент или чек на разовое посещение.

4.1.5. Брать ключ от раздевалки у администратора и сдавать его вовремя.

4.1.6. Порядок расчета с посетителями игрового спортивного зала производится через кассу у администратора.

4.1.7. Пользование душем после тренировки ограничено по времени – не более 15 минут.

4.2. Посетителям запрещается:

4.2.1. Находиться в игровом зале в верхней одежде и уличной обуви.

4.2.2. Приходить в нетрезвом виде, курить, употреблять спиртные напитки, нецензурные выражения.

4.2.3. Вносить в игровой спортивный зал стеклянную посуду и стеклянные предметы.

4.2.4. Без разрешения открывать окна в игровом спортивном зале.

4.2.5. Во время занятий не отвлекаться самому и не отвлекать других.

4.2.6. Преднамеренно причинять ущерб имуществу Учреждения (например, бить по защитным решёткам ламп игрового зала мячом и т.п.).

5. Порядок посещения фитнес-зала

5.1. Посетители, посещающие фитнес-зал, руководствуются общими правилами посещения спортивных объектов Учреждения и дополнительно, должны соблюдать следующий порядок:

5.1.1. Посещение может быть разовым или по абонементу. Пропущенные занятия по неуважительным причинам не могут быть восстановлены. Пропущенные занятия по уважительным причинам можно посетить в течение срока действия абонемента (срок действия абонемента – 1 календарных месяца).

5.1.2. Посетитель фитнес-зала полностью берет на себя ответственность за состояние своего здоровья.

5.1.3. Занятия фитнесом проводятся по расписанию и только по предварительной записи.

5.1.4. Записаться на занятия фитнесом можно по телефону 8(391) 224-01-39.

5.1.5. Если посетитель записался на занятие заранее и не сможет его посетить, то он должен предупредить администратора не позднее, чем за 3 часа до начала занятия.

5.1.6. Срок действия абонемента – 1 месяца со дня первого посещения. По истечению срока неиспользованные посещения «сгорают», деньги не возвращаются.

5.1.7. В фитнес-зал можно проходить только в сменной обуви.

5.1.8. На занятие нужно приходиться не позднее, чем за 10 минут до его начала.

5.1.9. Если посетитель опоздал на занятие, не предупредив об этом, то:
– при наличии свободных мест в зале он может пройти на занятие с разрешения инструктора по физической культуре;

– при отсутствии свободных мест он может посетить следующее по расписанию занятие в удобное для него время.

5.1.10. Входить без инструктора по физической культуре в фитнес–зал не разрешается.

5.1.11. После окончания занятия посетителям необходимо вернуть спортивный инвентарь в специально отведенные места.

6. Порядок посещения спортивных объектов в период принятия мер по нераспространению новой коронавирусной инфекции COVID-19 или иных инфекций, распространяющихся воздушно-капельным путем при отдельных распоряжениях Управления Роспотребнадзора по Красноярскому краю.

6.1. Посетители, посещающие спортивные объекты Учреждения в период принятия мер по нераспространению новой коронавирусной инфекции COVID-19 или иных инфекций, распространяющихся воздушно-капельным путем при отдельных распоряжениях Управления Роспотребнадзора по Красноярскому краю и иных уполномоченных органов власти в сфере надзора и управления, руководствуются общими правилами посещения спортивных объектов Учреждения и дополнительно, должны соблюдать следующий порядок:

6.1.1. Проход на спортивные объекты Учреждения посетителей 18 лет и старше, только при наличии QR-кода, паспорта и в индивидуальной медицинской или многоразовой маске. В маске необходимо находиться в течение всего времени нахождения на территории спортивных объектов Учреждения, за исключением самого занятия.

6.1.2. При входе в помещения спортивных объектов Учреждения обязательный замер температуры и обработка рук антисептиком персоналом учреждения. В случае фиксации повышенной температуры тела (37,2 и выше) в посещение будет отказано.

6.1.3. Соблюдение социальной дистанции (1,5 метра): при оплате услуг, прохождении обязательных мер профилактики, рассадке в раздевалке, соблюдать и поддерживать общественный порядок и общепринятые нормы поведения, вести себя уважительно по отношению к другим посетителям, обслуживающему персоналу.