

REGULAMIN SIŁOWNI

1. Z siłowni korzystać mogą:
 - - grupy sportowe, zorganizowane
 - - pod opieką trenera, instruktora lub innej uprawnionej osoby pełnoletniej
 - - wejście i korzystanie z siłowni po opłaceniu/zakupie odpowiedniego karnetu
 - - pozostałe osoby, które posiadają aktualny karnet upoważniający do korzystania z urządzeń siłowych w tym:
 - -pełnoletnie, które ponoszą pełną odpowiedzialność za bezpieczeństwo we własnym zakresie
 - -które nie ukończyły 18 lat
 - -pod opieką pełnoletniej osoby, na podstawie pisemnej zgody rodziców (opiekunów prawnych).
2. Osoby korzystające z siłowni jak również instruktorów fitness obowiązują strój sportowy i czyste obuwie zmienne.
3. Ze względów higienicznych podczas korzystania z urządzeń i przyrządów sportowych obowiązują używanie własnych ręczników.
4. Każda osoba korzystająca z urządzeń i sprzętu sportowego znajdujących się w siłowni jest obowiązana do zapoznania się z ich instrukcją obsługi i użytkowania oraz do ich bezwzględnego przestrzegania.
5. Przed rozpoczęciem ćwiczeń siłowych należy bezwzględnie przeprowadzić rozgrzewkę.
6. Osoby ćwiczące zobowiązane są do korzystania z urządzeń i przyrządów do ćwiczeń w sposób odpowiedzialny, nie powodujący zagrożenia dla zdrowia własnego i innych osób przebywających w siłowni.
7. Podczas wyciskania ciężarów wolnych wymagana jest asekuracja osoby towarzyszącej lub instruktora.
8. W siłowni bezwzględnie zabrania się:
 - a) a) korzystania z przyrządów bez wiedzy i obecności prowadzącego zajęcia (nie dotyczy osób indywidualnych)
 - b) b) ćwiczenia na przyrządach uszkodzonych lub niesprawnych,
 - c) c) dokonywania jakiejkolwiek modyfikacji przyrządów oraz przemieszczania wyposażenia ruchomego bez zgody personelu,
 - d) d) korzystania z przyrządów niezgodnie z ich przeznaczeniem, wchodzenia na konstrukcje przyrządów w innych miejscach niż do tego przeznaczone, wkładania kończyn pomiędzy ruchome części segmentów przyrządów,
 - e) e) ćwiczenia luźnymi przyborami poza miejscami do tego wyznaczonymi,
 - f) t) wchodzenia na salę w okryciach wierzchnich i nie zmienionym obuwie,
 - g) g) wnoszenia opakowań plastikowych, puszek, ostrych narzędzi, broni oraz innych niebezpiecznych przedmiotów,
 - h) h) wieszania na urządzeniach sportowych dresów i innych części garderoby lub ustawiania przedmiotów (toreb, butelek szklanych, itp.)
 - i) i) palenia tytoniu, spożywania alkoholu i innych używek lub środków odurzających,
 - j) j) żucia gumy lub spożywania pokarmów,
 - k) k) zaśmiecania lub zanieczyszczania terenu siłowni,

- l) l) ćwiczenia z nie spiętymi włosami oraz z biżuterią i ozdobami, mogącymi spowodować uszkodzenie ciała.
- 8) Noszenie okularów lub szkieł kontaktowych w czasie ćwiczeń, odbywa się na własne ryzyko.
- 9) Obowiązkiem korzystających z obiektu jest odpowiednie zabezpieczenie pozostawionych rzeczy osobistych. Właściciel siłowni nie ponosi odpowiedzialności za pozostawione przedmioty.
- 10) O wszelkich sytuacjach wypadkowych, zagrażających życiu lub zdrowiu użytkowników, nieprawidłowej pracy lub uszkodzeniu urządzeń, należy bezwzględnie i niezwłocznie powiadomić trenera lub właściciela siłowni.
- 11) W razie zauważenia usterki sprzętu należy w zaistniałej sytuacji bezwzględnie zgłosić problem obsłudze siłowni.
- 12) Skutki ewentualnych zdarzeń nie spowodowanych zaniedbaniem właściciela siłowni obciążają korzystające z siłowni osoby, kluby, szkoły.
- 13) Osoby korzystające z siłowni zobowiązane są do pozostawienia ładu i porządku po zakończonych ćwiczeniach, w tym odłożenia obciążeń w miejsce składowania. Opuszczenie siłowni przez ćwiczących następuje w obecności prowadzącego zajęcia (nie dotyczy osób indywidualnych).
- 14) Pracownicy i instruktorzy fitness sprawują ogólny nadzór nad przestrzeganiem niniejszego instruktażu, a wszystkie osoby przebywające na terenie siłowni zobowiązane są do podporządkowania się ich nakazom.
- 15) Osoby naruszające przepisy porządkowe lub regulamin, będą wzywane do opuszczenia siłowni, bez zwrotu zapłaty, niezależnie od ewentualnego skierowania sprawy na drogę postępowania sądowego.
- 16) Zakupienie karnetu na siłownię stanowi akceptację postanowień niniejszego instruktażu.
- 17) Właściciel siłowni nie ponosi odpowiedzialności za kontuzje powstałe w wyniku korzystania z urządzeń siłowych oraz za jakiegokolwiek zdarzenia wynikłe z nieprzestrzegania niniejszego instruktażu.
- 18) Instruktaż ogłasza się poprzez jego wywieszenie w siłowni
- 19) Teren obiektu jest monitorowany.
- 20) Wejście i korzystanie z siłowni tylko po zakupie odpowiedniego karnetu.
- 21) Udostępnienie karnetu osobom trzecim lub jego braku jest niedozwolone i będzie skutkowało nałożeniem na Klubowicza kary pieniężnej o wysokości 300 zł.
- 22) Klub oświadcza, iż na terenie klubu jest system monitoringu, a jego nagrania mogą stanowić podstawę pociągnięcia do odpowiedzialności u osób, które nie stosują się do przestrzegania niniejszego Regulaminu. W takim celu sprawa będzie przekazana jednostce policyjnej wraz z nagraniami naruszenia zasad.