

Утверждаю  
Директор МАУ ДО «СШ «Альбатрос»

А.Ю. Першуков

20\_\_ г

## Правила посещения МАУ ДО «СШ «Альбатрос»

### 1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Настоящие правила посещения (далее – Правила) направлены на обеспечение безопасного и комфортного пребывания посетителей в МАУ ДО «СШ «Альбатрос», устанавливают права и обязанности посетителей, ряд запретов и ограничений во избежание причинения вреда жизни и здоровью посетителей.

1.2. Настоящие Правила разработаны на основании: Федерального закона от 04.12.2007 N 329-ФЗ (ред. от 24.06.2023) "О физической культуре и спорте в Российской Федерации", Федерального закона от 30.03.1999 г. №52-ФЗ (ред. От 01.01.2022) «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», Национального стандарта РФ ГОСТ Р 57015-2016 «Услуги населению. Услуги бассейнов. Общие требования.», Национального стандарта РФ ГОСТ Р 57116-2016 «Фитнес-услуги. Общие требования к фитнес-объектам.», Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы 2.1.2.1188-03 «проектирование, строительство и эксплуатация жилых зданий, предприятий коммунально-бытового обслуживания, учреждений образования, культуры, отдыха. Спорта. Плавательные бассейна. Гигиенические требования к устройству, эксплуатации и качеству воды. Контроль качества.»

1.3. Настоящие Правила являются обязательными для ознакомления, неукоснительного соблюдения и исполнения всеми посетителями бассейнов. Посетители бассейнов обязаны ознакомиться с настоящими Правилами до момента начала оказания услуг. Факт оплаты услуг, подтверждает, что посетитель ознакомился с настоящими Правилами, осведомлен о всех его положениях, согласен с ними, обязуется неукоснительно соблюдать и выполнять их. При посещении бассейнов организованной группой лиц, ответственность за соблюдение Правил всеми членами группы несет руководитель группы. Тарифы на платные услуги утверждаются Постановлением администрации Балаковского муниципального района.

1.4. Правила, описание услуг, тарифы на платные услуги размещаются на сайте Учреждения в сети интернет по адресу: <http://альбатрос64.рф>, в общедоступном месте на стенде у входа в бассейн.

1.5. Бассейны расположены в здании УСК «Альбатрос» по адресу: саратовская область, город Балаково. Улица Чапаева, дом 114/1.

Характеристики бассейнов:

Средний бассейн: длина – 16,6 м, ширина - 4,4 м, глубина – 110-145 см, температура воды: 30-32°C.

Большой бассейн: длина – 50 м, ширина - 21 м, глубина – 180-500 см, температура воды: 27-29°C. Бассейн разделен на 8 дорожек.

1.6. Право первоочередности посещения бассейнов имеют группы спортивной школы МАУ ДО «СШ «Альбатрос».

1.7. Услуги «свободное посещение» оказывается населению в свободное от учебного процесса время и (или) на свободных дорожках, и (или) могут быть совмещены с групповыми занятиями взрослых и детей при наличии свободных плавательных дорожек по усмотрению администрации Учреждения.

### 2. РЕЖИМ РАБОТЫ ПЛАВАТЕЛЬНЫХ БАССЕЙНОВ

2.1. Время работы бассейнов: ежедневно без обеда и выходных с 06.00 до 22.00, в летний период (с 1 июня по 31 августа) с 06.00 до 21.00. Расписание занятий устанавливается Учреждением и может изменяться в течении года в одностороннем порядке. Об изменениях в режиме работы посетители информируются путем объявлений на информационных стендах.

2.2. Время работы саун в раздевальных помещениях: ежедневно без обеда и выходных с 06.30 до 22.00, в летний период (с 1 июня по 31 августа) с 06.30 до 21.00. Администрация учреждения оставляет за собой право менять режим работы саун.

2.3. Администрация Учреждения вправе самостоятельно определять в какие нерабочие праздничные дни бассейны не осуществляют свою работу.

2.4. Администрация Учреждения вправе закрыть бассейны целиком или его определенные зоны для проведения профилактических, ремонтно-восстановительных или аварийных работ и мероприятий, а также вправе ограничивать доступ к оборудованию, вышедшему из строя и требующему замены или проведения ремонтно-восстановительных работ.

2.5. В случае проведения спортивно-массовых мероприятий Администрация Учреждения вправе ограничивать количество используемых посетителями бассейна дорожек. Уведомление о проведении спортивно-массового мероприятия и о возможном ограничении в связи с этим количества используемых посетителями бассейна дорожек размещается в качестве объявления на доске объявлений не менее чем за 3 календарных дня до начала проведения мероприятия.

### 3. ПОРЯДОК ДОПУСКА ПОСЕТИТЕЛЕЙ К УСЛУГАМ БАССЕЙНА

#### 3.1. Возрастные ограничения

3.1.1. В группы начального обучения плаванию в среднем бассейне и большом бассейне допускаются дети, достигшие возраста **5** (пяти) лет, при предъявлении его законным представителем свидетельства о рождении ребенка.

3.1.2. В грудничковую группу в среднем бассейне допускаются дети, не достигшие **5** (пяти) лет, при предъявлении его законным представителем свидетельства о рождении ребенка.

3.1.3. На свободное посещение в средний и большой бассейны допускаются дети, достигшие **12** лет, имеющие навыки плавания.

3.1.4. Дети до 12 лет могут посещать бассейны только в сопровождении лица, возраст которого достиг 18 лет и может быть документально подтвержден. Допускается один ребенок с одним взрослым. Присутствие взрослого в воде бассейна обязательно. В этом случае необходимо оплатить стоимость посещения, как взрослого, так и ребенка. Вовремя плавания взрослые не должны выпускать детей из поля своего зрения. Предварительно объяснив им правила поведения на воде. Ответственность за жизнь и здоровье ребенка несет сопровождающий ребенка взрослый.

3.1.5. Проход в раздевальные помещения детям другого пола разрешается только до 5-ти летнего возраста. Дети 5 лет и старше могут заходить только в раздевальные помещения своего пола.

#### 3.2. Порядок предоставления медицинских документов

3.2.1. Посетители бассейна должны иметь медицинскую справку, подтверждающую отсутствие противопоказаний к плаванию. Справка должны быть выдана не ранее, чем за 6 месяцев до посещения бассейна.

3.2.2. Справки посетителями сдаются медицинскому работнику бассейна для дальнейшего хранения.

3.2.3. Максимальный возрастной ценз для получения физкультурно-оздоровительных услуг – 75 лет.

3.2.4. Беременные женщины допускаются к плаванию по специальному направлению (разрешению к занятиям в бассейне) от врача акушера-гинеколога.

3.2.5. Потребитель услуг при покупке разового посещения обязан предъявить администратору-кассиру необходимые медицинские справки при каждом посещении бассейна.

3.2.6. Медицинский работник бассейна имеет право проводить внешний (телесный) осмотр посетителя бассейна независимо от наличия у него медицинской справки медицинского учреждения. При выявлении нарушения целостности кожных покровов, наличия грибковых заболеваний и симптомов респираторных заболеваний (кашель, насморк) медицинский работник имеет право не допускать посетителя в бассейн.

### 4. ПОРЯДОК ОФОРМЛЕНИЯ ПЛАТНЫХ УСЛУГ

4.1. Ознакомившись с действующими Тарифами на платные услуги, а также с Правилами посетитель выбирает и оплачивает вид и стоимость услуги безналичным или наличным платежом в кассу Учреждения перед началом оказания заказанной услуги, подтверждая этим согласие на

заключение публичного Договора на оказание платных физкультурно-оздоровительных (спортивных) услуг на территории Учреждения.

4.2. Срок действия абонемента определен его стоимостью и составляет 1 (один) месяц со дня оплаты, кроме безлимитных абонементов на 6 и 12 месяцев. Продление абонемента, кроме безлимитных абонементов, производится при предъявлении справки, подтверждающий факт отсутствия (медицинская справка, лист нетрудоспособности, приказ о направлении в командировку и т.п.) по письменному заявлению посетителя на срок, пропущенных дней. Перенос пропущенных или неиспользованных занятий по вине посетителя без уважительной причины не производится.

4.3. Льготы по оплате предоставляются только на основании документа, подтверждающего льготу, согласно действующих Тарифов на платные услуги.

4.4. Утерянный абонемент восстанавливается по заявлению, с учетом оставшегося времени оказания услуг.

4.5. Возврат денежных средств при расторжении Договора по инициативе посетителя в период действия абонемента осуществляется по предъявлению письменного заявления, паспорта, кассового чека и/или абонемента посетителя при условии оплаты Учреждению фактически понесенных им расходов. Возврат денежных средств осуществляется в течение 10 дней с момента предъявления указанных документов.

## 5. ПРАВА ПОСЕТИТЕЛЕЙ

5.1. Пользоваться в установленном порядке находящимися в раздевальных помещениях индивидуальными шкафами для хранения вещей.

5.2. Обращаться за медицинской помощью в медицинский пункт.

5.3. Сообщать Администрации Учреждения обо всех недостатках в Учреждении, некачественном обслуживании и высказывать свои пожелания улучшения его работы в книге «Жалоб и предложений», находящейся у администратора бассейна.

## 6. ОБЯЗАННОСТИ ПОСЕТИТЕЛЕЙ БАССЕЙНА

6.1. Посещать бассейн только после оплаты посещения.

6.2. Использовать абонемент только в установленный в нем период времени.

6.3. Ознакомится с настоящими Правилами посещения, обеспечить их неукоснительное соблюдение и выполнение.

6.4. Посещать групповые и индивидуальные занятия согласно расписания. Запрещен проход на групповые и индивидуальные занятия по истечению 10 минут от начала занятия. Проходить на свободное посещение бассейна в любое удобное время для посетителя по режиму работы комплекса. Последний вход в комплекс запрещен за час до его закрытия.

6.5. Предоставлять медицинскую справку, в необходимых случаях предоставить полную и достоверную информацию о состоянии своего здоровья и здоровья находящихся с ним несовершеннолетних детей, наличии заболеваний, перенесенных травмах и операциях, умения плавать, иную информацию, способную оказать влияние на способ и качество оказания услуг.

6.6. Внимательно относиться к личным вещам, не оставлять их без присмотра, не доверять их другим лицам.

6.7. При посещении групповых и индивидуальных занятий заблаговременно прибывать к началу занятий, соблюдать правила и требования безопасности занятий, использования спортивного инвентаря, уважительно относиться к другим участникам групповых занятий и тренерам (инструкторам). После занятий возвращать спортивный инвентарь в установленное место.

6.8. Соблюдать рекомендации тренеров (инструкторов) о продолжительности и интенсивности физкультурно-оздоровительных занятий.

6.9. Для проведения физкультурно-оздоровительных занятий переодеться в спортивную одежду и сменную обувь, соответствующую виду занятий.

6.10. Самостоятельно и ответственно контролировать свое собственное здоровье (при возникновении инфекционных, кожных и иных заболеваний, а так же обострения хронических заболеваний воздержаться от посещения занятий) и не ставить под угрозу здоровье окружающих его людей. Незамедлительно информировать тренера (инструктора) или медицинского работника в случае ухудшения самочувствия во время оказания услуги.

6.11. Посетитель обязан самостоятельно ознакомиться с инструкцией по технике безопасности, размещенной в общедоступных местах на территории бассейна и/или на сайте Учреждения, а также неукоснительно ее соблюдать.

6.12. Соблюдать правила общественного порядка, вести себя уважительно по отношению к другим посетителям, персоналу бассейна, и не совершать действий, которые могут угрозу жизни и здоровью окружающих.

6.13. Посетитель обязуется бережно относиться к имуществу и оборудованию бассейна. В случае повреждения или уничтожения имущества бассейна, его утраты полной или частичной, посетитель обязан восстановить его своими силами, за счет своих средств, или возместить ущерб в полном объеме.

## 7. ПОРЯДОК ПРОХОДА ПОСЕТИТЕЛЕЙ

7.1. Вход и выход посетителей и в специализированные зоны бассейна осуществляется через турникеты по электронным картам. До прохода через турникет посетитель обязан переобуться в сменную обувь. После прохода через турникет посетитель обязан сдать верхнюю одежду и уличную обувь в пакете в гардероб и получить браслет от шкафчика, находящегося в раздевальном помещении.

7.2. Вход посетителей услуг «групповое и индивидуальное посещение» осуществляется инструктором (тренером) за 10 минут до начала занятий. При опоздании более чем на 10 минут администратор или инструктор (тренер) вправе не допускать посетителя к занятиям.

7.3. Посетитель услуг «свободное посещение» имеет право находиться на территории специализированных зон бассейна в течение оплаченного им времени. Если выход из специализированных зон бассейна осуществляется при превышении приобретенного времени, посетитель обязан оплатить превышенное время согласно утвержденным тарифам.

7.4. Посетитель услуг «групповое и индивидуальное посещение» имеет право находиться на территории специализированных зон бассейна в течение 10 минут до начала занятия и 15 минут после его окончания.

7.5. В холле посетитель может находиться неограниченное время.

7.6. Вход в раздевальные помещения осуществляется только в чистой сменной обуви, пригодной для посещения бассейна (резиновые тапочки, сланцы).

7.7. Продвижение посетителей осуществляется по функциональной схеме: гардероб, раздевальные помещения, душевая, ванна бассейна.

7.8. На услугу «свободное посещение» в чашу большого бассейна допускается не более 120 посетителей одновременно (не более 15 человек на одну плавательную дорожку).

На услугу «свободное посещение» в чашу среднего бассейна допускает не более 30 посетителей одновременно.

На услугу «групповое и индивидуальное посещение» допускается не более 30 посетителей одновременно.

7.9. Для помощи и переодевания лиц от 5 до 10 лет и лиц с ограниченными физическими возможностями сопровождающие могут пройти в раздевальные помещения (строго в соответствии своей половой принадлежностью) только при наличии сменной обуви и без верхней одежды по согласованию с администрацией Учреждения.

7.10. Для посещения бассейна необходимо иметь купальные принадлежности (для женщин купальник, для мужчин плавки для купания). Полотенце, мыло, мочалку, резиновые тапочки (сланцы), шапочку для плавания, нарукавники для детей.

При отсутствии перечисленных предметов, посетители на территории специализированных зон бассейна не допускаются.

7.11. Для вместимости личных вещей в индивидуальные шкафчики для раздевания рекомендуется их приносить в пакете либо небольшой спортивной сумке, предметы личной гигиены разрешается приносить только в небьющейся таре (пластик, полиэтилен и т.п.).

7.12. За 10 минут до начала занятия пройти в раздевальные помещения, раздеться, при необходимости посетить туалет, пройти в душевую для мытья тела.

7.13. Вести себя спокойно в раздевальных помещениях и душевой, не мешать раздеваться, одеваться, мыться другим посетителям, аккуратно складывать свою одежду в шкафчики. Не создавать конфликтных ситуаций, быть вежливыми в общении друг с другом и персоналом бассейна.

7.14. Вымыться в душевой в течение 3-5 минут с мылом и мочалкой без купального костюма, при наличии косметики смыть ее с лица. Одеться в купальный костюм, надеть шапочку для плавания.

7.15. Получателю услуги «групповое и индивидуальное посещение» выйти в чашу бассейна за 2 минуты до начала занятия и предоставить медицинскому персоналу и/или инструктору (тренеру) возможность проверить качество вашего мытья в душе.

Все перемещения в помещениях бассейна посетители должны осуществлять только шагом и в резиновой обуви (резиновые тапочки, сланцы).

7.16. По окончании занятия получателю услуги «групповое и индивидуальное посещение» освободить чашу бассейна, ополоснуться под душем в течение 3-5 минут, выжать плавательные принадлежности и только после этого пройти в раздевальной помещении.

Покинуть территории специализированных зон бассейна по истечении 15 минут после окончания занятия.

7.17. Входить в чашу воды только по специальным лестницам, спиной к воде.

7.18. Плавать по дорожкам, указанным инструктором, не заплывать на соседние дорожки. Плавать против часовой стрелки по правой стороне плавательной дорожки, соблюдать интервалы 3-4 метра, не допускать столкновений. Обгон других посетителей на дорожке необходимо осуществлять только слева, проплывая между двумя встречными пловцами. Отдыхать только в углах плавательной дорожки. Для освобождения полости рта и нос от попавшей воды следует пользоваться сливными канавками.

7.19. Прыжки со стартовых тумб, вышек, трамплинов и бортика бассейна разрешены только для групп спортивного плавания или учебных групп под руководством своего тренера.

7.20. В случае отсутствия тренера (инструктора) вход отдельных занимающихся или групп в бассейн запрещен.

## **8. ПРИ НАХОЖДЕНИИ В БАССЕЙНЕ ЗАПРЕЩАЕТСЯ**

8.1. Посещать бассейн при наличии медицинских противопоказаний по состоянию здоровья, при наличии кожных, инфекционных заболеваний, кровотечениях, в плохом самочувствии.

8.2. Входить в здание бассейна и находиться в нем в состоянии алкогольного, наркотического или токсического опьянения.

8.3. Распивать в здании бассейна алкогольные и спиртосодержащие напитки либо потреблять наркотические или психотропные вещества.

8.4. Употреблять пищу и напитки в раздевальных помещениях бассейна.

8.5. Проносить на территорию бассейна стеклянную посуду, пожароопасные и взрывчатые вещества, огнестрельное и холодное оружие, колюще-режущие предметы, предметы из стекла, легковоспламеняющиеся, отравляющие и токсичные вещества, а также газовые баллончики.

8.6. Приносить и проводить в здание бассейна животных.

8.7. Приступать к занятиям сразу после приема пищи или большой физической нагрузки.

8.8. Курить, мусорить, бегать и шуметь, бросать что-либо, плевать в помещении бассейна, лить какие-либо жидкости в воду бассейна..

8.9. Находиться в чаше бассейна с жевательной резинкой во рту, бросать её в воду бассейна и на пол в помещениях бассейна.

8.10. Перед посещением бассейна и сауны запрещено втирать в кожу кремы, мазы, гели, масла и др. Запрещено лить воду на каменку в сауне, в том числе ароматические и эфирные масла, натираться медом, кремами, мазями и т.д. А также входить в сауну в мокрых купальниках (плавках).

8.11. Пользоваться бритвенными принадлежностями и средствами для эпиляции (производить маникюр, педикюр, эпиляцию, бритье и т.д.).

8.12. Принимать душ в купальном костюме, иной одежде.

8.13. Входить в чашу бассейна без предварительного посещения душа.

8.14. Находиться в чаше бассейна без купального костюма и шапочки для плавания или в одежде, не предназначенной для плавания (шортах, «бермудах» и т.п.)

8.15. Присутствовать в помещении бассейна, не оплатив посещение, если это не предусмотрено графиком открытых занятий (проведение соревнований).

- 8.16. Портить спортивный инвентарь, оборудование и имущество бассейна (сантехнику, двери, стены, мебель и др. оборудование, находящееся в помещениях бассейна).
- 8.17. Висеть на разделительных дорожках.
- 8.18. Ложно звать на помощь.
- 8.19. Хватать друг друга за руки, ноги, голову и другие части тела.
- 8.20. Прыгать в чашу бассейна с бортиков, вышек, стартовых тумб без разрешения тренера или инструктора.
- 8.21. Плавать под водой с длительной задержкой дыхания, нырять на дно бассейна без разрешения инструктора или тренера.
- 8.22. Плавать в стеклянных масках.
- 8.23. Пользоваться ластами без разрешения тренера или инструктора.
- 8.24. Производить фото и видеосъемку в раздевальных помещениях, душевых и чаше бассейна без специального разрешения администрации.
- 8.25. Использовать мобильные устройства при нахождении в воде.
- 8.26. Справлять естественные надобности в воду бассейна.
- 8.27. Проходить в бассейн в уличной обуви, в бахилах.
- 8.28. Входить в технические и служебные помещения бассейна.
- 8.29. Прикасаться, включать, выключать и регулировать любое инженерно-техническое оборудование.
- 8.30. Заходить на трибуны. Допуск на трибуны разрешается только в случаях предварительного согласования с администрацией учреждения и во время проведения соревнований.
- 8.31. Совершать действия, за которые установлена законодательством РФ административная и уголовная ответственность.

## **9. ПРАВА АДМИНИСТРАЦИИ БАССЕЙНА**

- 9.1. Перенести время занятия или отказать в проведении занятия, назначенного посетителю, в случае. Если обнаружится:
  - недостоверность или неполноты информации, предоставленной посетителями о состоянии здоровья;
  - признаки наличия у посетителя заболевания, в т.ч. при наличии внешних признаков острого или хронического инфекционного заболевания, или кожного заболевания, алкогольного или иного опьянения, препятствующие оказанию услуг;
  - иные обстоятельства, способные негативно повлиять на качество оказываемых услуг или на состояние здоровья посетителя.
- 9.2. При необходимости администрация учреждения вправе (болезнь тренера/инструктора, проведение соревнований, тренировочных сборов, праздничные и санитарные дни и т.п.) изменять расписание групповых и индивидуальных посещений, переносить занятия, расформировать группы, предварительно уведомив посетителя путем размещения информации на информационном стенде и/или на сайте учреждения.

Администрация учреждения не несет ответственность за любые возможные неблагоприятные последствия, связанные с незнакомлением посетителя с указанной информацией не по вине учреждения.
- 9.3. При необходимости заменять инструктора/тренера на занятия без предварительного уведомления посетителя.
- 9.4. Оказывать базовые и дополнительные услуги с привлечением третьих лиц.
- 9.5. Осуществлять фото и видеосъемку проводимых занятий. Путем фактической оплаты услуги посетитель выражает свое безусловное согласие на проведение фото и видеосъемки занятий как работниками бассейна, так и третьими лицами, возможное последующее размещение фото и видеоматериалов на телевидении, в сети «Интернет», печатной продукции (буклеты, визитки, периодические издания и т.п.).

При отсутствии согласия посетителя на фото и видеосъемку проводимых занятий, посетитель обязан уведомить администрацию учреждения в письменной форме в момент приобретения услуги.
- 9.6. Отменить занятия при аварийных сбоях в системах энерго-, теплоснабжения и по другим техническим причинам, произошедшим не по вине учреждения.

9.7. Персонал учреждения имеет право контролировать соблюдение посетителями настоящих правил, делать замечания, удалять посетителей, нарушающих настоящие Правила, докладывать о нарушениях администрации учреждения.

9.8. Администрация оставляет за собой право отказать посетителю в обслуживании или удалить его с территории учреждения сотрудниками полиции в случае:

- нарушения посетителями правил посещения учреждения;
- нарушения им общественного порядка или создания угрозы жизни, здоровью, отдыху других посетителей;
- поступления обоснованных жалоб от иных посетителей учреждения;
- в случае причинения или угрозы причинения вреда третьим лицам.

9.9. Администрация учреждения может вносить изменения и дополнения в настоящие Правила. Информация о вносимых изменениях и дополнениях размещается на сайте учреждения в сети интернет и на информационном стенде учреждения.

## **10. ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ПОСЕТИТЕЛЯ И АДМИНИСТРАЦИИ УЧРЕЖДЕНИЯ**

10.1. Администрация учреждения не несет ответственности за вред, причиненный жизни и здоровью посетителя в случае нарушения им Правил посещения, инструкций по технике безопасности, требований инструктора/ тренера/ медицинского работника и другого персонала бассейна.

10.2. Каждый посетитель бассейна несет личную ответственность за состояние своего здоровья и здоровья, находящихся с ним на занятиях несовершеннолетних детей.

10.3. Посетитель обязан самостоятельно контролировать состояние своего здоровья и здоровья несовершеннолетнего посетителя, представителем которого он является и сообщать инструктору/тренеру/ медицинскому работнику о любых изменениях в состоянии своего здоровья и/или здоровья несовершеннолетнего посетителя, которые могут повлиять на безопасность потребления услуги.

10.4. Родитель (законный представитель) несет ответственность за подлинность медицинских справок о состоянии здоровья ребенка, предоставленных сотрудникам учреждения.

10.5. Ответственность за жизнь, здоровье и безопасность детей во время их нахождения на территории учреждения до и после занятий лежит на их законных представителях или сопровождающих лицах, в т.ч. если ребенок занимается с указанными лицами.

Если дети занимаются в составе группы или секции, а также на персональной тренировке с инструктором/тренером без законного представителя или сопровождающего лица, ответственность за жизнь, здоровье и безопасность детей во время непосредственного проведения занятия лежит на инструкторе/тренере.

10.6. Администрация не несет ответственность за вред и жизни или здоровью посетителя, находящегося с ним несовершеннолетних детей и возможный травматизм в следующих случаях:

- при нарушении клиентов правил посещения, инструкций по технике безопасности, требований персонала учреждения;
- за травмы, полученные во время занятий по вине самого клиента;
- за травмы, полученные до начала проведения занятий и травмы, полученные после проведения занятий;
- за травмы, полученные вне территории учреждения;
- если травма не была зарегистрирована медицинским работником и не составлен соответствующий акт;
- ухудшение здоровья посетителя, наступления острого заболевания;
- обострения травм и хронических заболеваний посетителя;
- за любой вред, причиненный противоправными действиями третьих лиц.

10.7. Администрация учреждения не несет ответственность за утерянные или оставленные без присмотра личные вещи посетителя, за сохранность ценных вещей, денег и документов, оставленных в гардеробе, в раздевальных помещениях или в индивидуальных шкафчиках, которые не были сданы в сейф администратору под роспись.

10.8. Посетитель несет ответственность за порчу оборудования и имущества учреждения в действительной стоимости поврежденного имущества.

## 11. ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ САУНЫ

Посетитель обязан:

1. При посещении сауны иметь при себе тапочки, полотенце, простыню, а также принадлежности для душа.
2. Перед посещением сауны в обязательном порядке тщательно и не спеша принять душ, немного отдохнуть.
3. Предварительно постелить полотенце на сиденье для соблюдения требований личной гигиены.
4. Внимательно следить за своим самочувствием.
5. Не сорить, не использовать скрабы и крема, не использовать стеклянные предметы, бережно относиться к имуществу учреждения.
6. Не превышать рекомендованное время посещения саун – 15 минут.
7. После посещения саун принять душ перед погружением в воду бассейнов.

Посетителю запрещено:

1. Обливаться водой, использовать добавки в сауне.
2. Заливать печки, камни водой, использовать веники в сауне.
3. Детям до 14 лет запрещается посещение сауны без сопровождения взрослых.
4. Перед посещением сауны запрещено втирать в кожу косметические средства (крема, мази и т.д.) во избежание аллергии у других посетителей. Запрещено лить воду на каменку в сауне. В том числе ароматические и эфирные масла, натираться медом, кремами, мази и т.д. А также входить в сауну в мокрых купальниках (трусах).
5. Вставать ногами на сиденья.

## 12. ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ ВИП-САУНЫ.

12.1. Посетители ВИП – сауны обязаны:

- соблюдать порядок во время посещения;
- заранее внести предоплату в размере 50% от стоимости;
- в случае несвоевременного отказа (менее чем за три часа до начала сеанса) сумма предоплаты не возвращается;
- перед посещением сауны доплатить оставшуюся сумму и внести залог в размере 500 руб. за сохранность имущества сауны;
- в случае опоздания время сеанса не продлевается.
- во время посещения сауны посетителям предоставляется посуда и электрический чайник.

## 13. ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ ФИТНЕС И АТЛЕТИЧЕСКОГО ЗАЛОВ

13.1. Приступать к занятиям в фитнес зале можно только после ознакомления с настоящими правилами техники безопасности.

13.2. Занятия в фитнес зале разрешены только в чистой спортивной обуви. Рекомендуется использовать удобную закрытую обувь с резиновой и нескользящей подошвой. Запрещается использовать обувь на высоких каблуках, с кожаной подошвой, с шипами, тренироваться босиком или в открытой обуви.

13.3. Рекомендуется снять с себя предметы, представляющие опасность при занятиях в фитнес зале (часы, висячие серьги и т.п.), убрать из карманов колющие и другие посторонние предметы.

13.4. Перед началом занятий на тренажер под руководством инструктора фитнес зала проверить исправность и надежность установки крепления тренажера.

13.5. Все упражнения в фитнес зале выполняются только под непосредственным наблюдением инструктора. В отсутствие инструктора посетители в зал не допускаются.

13.6. При выполнении упражнений со штангой необходимо использовать замки безопасности. Выполнение базовых упражнений (жим лежа, приседания со штангой) необходимо производить при страховке со стороны партнера либо инструктора фитнес зала.

13.7. Выполнение упражнений в отягощении или весами близкими к максимальным для данного посетителя, разрешается только при непосредственной страховке опытным партнером или инструктором зала.

- 13.8. С отягощениями, штангами, гантелями следует обращаться предельно аккуратно. Все упражнения должны выполняться плавно, без рывков.
- 13.9. Запрещено брать блины, гантели, грифы, штанги влажными или потными руками. Это может привести к выскальзыванию отягощения из рук и его падению.
- 13.10. Не допускается перегрузка тренажерных устройств сверх нормы дополнительным навешиванием грузов.
- 13.11. Передвигаться по залу необходимо не торопясь, не заходя в рабочую зону других занимающихся. Запрещено бегать, прыгать, либо отвлекать внимание занимающихся иными способами.
- 13.12. Запрещается работа на неисправных тренажерах. В случае обнаружения неисправностей (надрыв троса, механические повреждения) необходимо сообщить об этом инструктору зала.
- 13.13. При выполнении базовых упражнений необходимо пользоваться атлетическим поясом.
- 13.14. После выполнения упражнений занимающийся обязан убрать используемое им спортивное оборудование (блины, гантели, штанги, инвентарь и т.д.) на специально отведенные места.
- 13.15. Запрещается приступать к занятиям в зале при незаживших травмах и общем недомогании. При наступлении плохого самочувствия во время занятий необходимо прекратить тренировку и сообщить об этом инструктору зала.
- 13.16. Запрещается прикасаться к движущимся частям блочных устройств.
- 13.17. Упражнения со свободными весами необходимо выполнять на расстоянии 1,5-2 метра от стекла и зеркал.
- 13.18. Запрещается ставить бутылки с водой на тренажеры, подключенные к электросети.
- 13.19. Необходимо следить, чтобы длинные и свободные детали одежды, шнурки, полотенца не попадали на движущиеся части тренажеров.
- 13.20. В начале тренировки на беговой дорожке необходимо становиться на подставки по краям движущейся ленты, установить минимальную скорость и начинать тренировку после того, как лента пришла в движение. Нельзя сходить с тренажера до полной остановки ленты.
- 13.21. В зале не разрешается заниматься с обнаженным торсом.
- 13.22. Во время тренировки необходимо обязательно использовать полотенца.
- 13.23. Прием и хранение пищи в зонах, предназначенных для тренировок, запрещен.
- 13.24. Запрещается самостоятельно регулировать системы кондиционирования и вентиляции зала. Громкость трансляции и подбор музыкального сопровождения.
- 13.25. При поломке или порче спортивного инвентаря необходимо прекратить занятие, и сообщить об этом инструктору. Занятия продолжать только после устранения неисправностей или замены спортивного оборудования (инвентаря).

#### **14. ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ ИГРОВОГО, БОРЦОВСКОГО ЗАЛОВ И ЗАЛА АЭРОБИКИ**

- 14.1. При использовании игрового, борцовского, атлетического залов и зала аэробики должно соблюдаться расписание, согласно которому осуществляется предоставление услуг.
- 14.2. Спортивные и подвижные игры должны проводиться в спортивной одежде и спортивной обуви с нескользящей и светлой подошвой.
- 14.3. Необходимо снять все украшения.
- 14.4. Во время использования спортивного зала, занимающиеся должны соблюдать правила соответствующего вида спорта, ношения спортивной одежды и спортивной обуви, правила личной гигиены.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 151888114763158279608975876681060942203612702701

Владелец Першуков Алексей Юрьевич

Действителен с 01.02.2023 по 01.02.2024