

Утверждаю  
Директор ГАУ КО «Дирекция  
спортивных сооружений»

  
Е.В. Филиппова  
«29» сентября 2017 г.

## **ПРАВИЛА** **посещения тренажерного зала** **ГАУ КО «Дирекция спортивных сооружений»**

### **I. Общие положения.**

1.1. Настоящие правила определяют порядок допуска и норму поведения посетителей тренажерного зала ГАУ КО «Дирекция спортивных сооружений» (далее – Зала), расположенного по адресу: Калининградская область, г. Калининград, ул. Горького, д. 87 (далее – бассейн), являются обязательными к исполнению и направлены на обеспечение безопасности посетителей во время посещения Зала.

1.2. За несоблюдение настоящих правил администрация Зала оставляет за собой право отказать посетителю в посещении и нахождении на территории Зала.

1.3. Посещение Зала посетителями осуществляется на платной основе. Право на бесплатное пользование Залом имеют организованные группы обучающихся учреждений подведомственных Министерству спорта Калининградской области на основании государственного задания, утвержденного Правительством Калининградской области. Право на льготное посещение Зала имеют отдельные категории граждан, перечень которых утверждается приказом директора на основании действующего законодательства РФ.

1.4. Право пользования Залом возникает у посетителей с момента приобретения услуги. Перед приобретением абонемента или чека посетитель бассейна обязан ознакомиться с настоящими правилами посещения. Приобретая услугу посещения бассейна, посетитель выражает свое согласие с настоящими правилами.

1.5. Под услугой понимается посещение Зала. Услуги пользования гардеробом, раздевалками, душевыми, саунами - являются сопутствующими услугами и работают согласно отдельному расписанию.

1.6. Режим работы тренажерного зала ФОКа:  
понедельник – суббота – 8.00 – 20.00  
воскресенье – 8.00 – 19.00

1.7. Режим работы тренажерного зала для свободного посещения определяется графиком свободных посещений, составленным с учетом занятий спортивных школ.



1.8. Посетители обязаны снять верхнюю (уличную) одежду и переобуться в сменную обувь в холле ФОКа на 1-ом этаже и сдать верхнюю одежду и уличную обувь в гардероб. В гардероб уличную обувь необходимо сдавать в пакете.

1.9. Администрация ФОКа вправе не допустить посетителя на 2-ой этаж ФОКа в уличной обуви и верхней одежде. В верхней одежде можно находиться только в холле первого этажа. Шкафчики в раздевалках используются для размещения одежды (кроме верхней и уличной обуви).

1.10. Посетитель обязан покинуть территорию ГАУ КО «Дирекция спортивных сооружений» до времени окончания работы ФОКа.

## II. Основания для посещения Зала.

2.1. Основанием для посещения Зала является:

- чек об оплате (для разового посещения),
- абонемент;

2.2. С момента приобретения услуги договор на оказание ГАУ КО «Дирекция спортивных сооружений» (далее – Учреждение) физкультурно-оздоровительных услуг посещения Зала автоматически считается заключенным. Срок действия договора определяется сроком действия абонемента (разового посещения).

2.3. Приобретая услугу, посетитель подтверждает, что он не имеет медицинских противопоказаний для посещения Зала и полностью принимает на себя ответственность за состояние своего здоровья.

2.4. Посетитель вправе отказаться от услуги посещения Зала в соответствии с настоящими правилами.

2.5. Администрация может отказать посетителю в посещении Зала в случаях, предусмотренных настоящими правилами.

2.6. Чек - квитанция кассы о приеме денег от посетителя, свидетельствующая об оплате и дающая возможность получить разовую услугу посещения Зала. Разовое посещение Зала осуществляется в порядке, установленном разделом 2 настоящих Правил.

2.6.1. Воспользоваться услугой разового посещения посетитель может в любое удобное для него время согласно п.1.5-1.7 настоящих Правил.

2.7. Абонемент - документ, удостоверяющий заранее приобретенное право пользоваться в течение фиксированного срока услугами Зала ГАУ КО «Дирекция спортивных сооружений».

2.7.1. Абонемент в Зал является именованным. Передача абонемента иному лицу запрещается.

2.7.2. **Абонемент (8-12 раз)** дает право посетителю 8-12 раз в месяц воспользоваться услугами тренажерного зала согласно режиму работы Зала и пункта 1.7 настоящих правил. Срок действия абонемента в течение 30 дней с момента покупки абонемента.

2.7.3. Окончание срока действия абонемента влечет прекращение ГАУ КО «Дирекция спортивных сооружений» обязательств по предоставлению услуг посещения Зала.



2.7.4. Абонемент на посещение Зала может быть приобретен посетителем в любой день. Срок действия всех абонементов в течение 30 дней с момента покупки абонемента.

2.7.5. Посещение Зала по абонементу осуществляются в соответствии с разделом 2 настоящих Правил.

2.8. В случае порчи или утери имущества ФОКа, посетитель должен возместить его стоимость согласно действующему законодательству и прейскуранта ГАУ КО «Дирекция спортсооружений».

2.9. При нарушении посетителями условий настоящих Правил, Учреждение вправе пересмотреть условия договора, в случае систематических нарушений со стороны посетителей - отстранить от посещения Зала Учреждения.

2.10. Согласно статье 32 Закона РФ от 07.02.1992 № 2300-1 "О защите прав потребителей" посетитель вправе отказаться от абонемента в любое время в течение срока его действия при условии оплаты исполнителю фактически понесенных им расходов, связанных с исполнением обязательств ГАУ КО «Дирекция спортивных сооружений» по данному абонементу. Определение фактически понесенных расходов производится, исходя из стоимости аналогичного разового посещения Зала согласно прейскуранту цен. Период, прошедший с момента приобретения абонемента до момента отказа от абонемента, считается периодом, в течение которого услуги по предоставлению Зала оказаны полностью.

2.11. Во всем остальном, что не урегулировано договором на оказание физкультурно-оздоровительных услуг посещения Зала и настоящими Правилами, Учреждение и Посетители должны руководствоваться действующим законодательством Российской Федерации.

### **III. Правила поведения в тренажерном зале.**

3.1. Посетители Зала вправе заниматься в любое удобное для них время в режиме работы Учреждения согласно пункту 1.7. Рекомендуемое время нахождения в Зале не более 2-х часов.

3.2. С целью обеспечения безопасности посетителей, а также для профилактики травм при занятиях в тренажерном зале рекомендуется пройти первичный инструктаж по технике безопасности у дежурного по спортивному залу.

3.3. Посещение тренажерного зала рекомендуется в специальной спортивной одежде и спортивной закрытой сменной обуви. Желательно наличие полотенца и бутылочки с водой.

3.4. Перед началом занятий в тренажерном зале необходимо убедиться в наличии свободного спортивного инвентаря и оборудования.

3.5. Посетитель обязан соблюдать нормы поведения в тренажерном зале: не занимать сидения тренажеров и скамейки в перерывах между подходами, соблюдать выдержку: не издавать громких горловых звуков при выполнении упражнений, следить за чистотой своей спортивной одежды, стелить полотенце



на сидение, скамейки и опорные подушки тренажеров, не разговаривать громко, уступать друг другу дорогу при передвижении между тренажерами, отключать звуковые сигналы мобильных телефонов.

3.6. Во избежание получения травм, рекомендуется проводить перед началом занятий тщательную разминку.

3.7. Посетитель обязан быть внимательным, соблюдать технику безопасности и правила эксплуатации тренажеров. При травмоопасной технике выполнения упражнений посетитель несет ответственность за себя самостоятельно.

3.8. Для проведения занятий в тренажерном зале Посетители должны использовать только спортивный инвентарь Учреждения. Посетители несут материальную ответственность за порчу и утрату спортивного инвентаря Учреждения.

3.9. При занятиях на тренажерах и со свободным весом Посетители должны устанавливать вес и делать количество подходов, соответствующие их функциональным возможностям. Во время таких занятий не рекомендуется разговаривать и смеяться.

3.10. При работе с тяжелыми весами рекомендуется пользоваться атлетическими ремнями, лямками для тяги, валиками для штанги и эластичными бинтами.

3.11. После занятий Посетитель обязан убирать за собой оборудование на установленное место, а предметы личного пользования забирать с собой.

3.12. Учреждение не несет ответственности за вред, причиненный здоровью в результате выполнения физических упражнений при несоблюдении рекомендаций дежурных по спортивному залу и медицинского работника. В тренажерный зал не разрешается приносить с собой сумки, ценные вещи, за сохранность которых Учреждение ответственности не несет.

#### **IV. Рекомендуется.**

4.1. Перед началом посещения Зала рекомендуется проконсультироваться у врачебных специалистов по вопросу допустимо возможной нагрузки во время тренировочного процесса.

4.2. При наличии острых инфекционных и/или кожных заболеваний, а также при обострении хронических заболеваний внутренних органов, воздержитесь от посещения тренажерного зала. Это создает опасность для Вашего здоровья и для здоровья окружающих Вас людей.

#### **V. Запрещается.**

5.1. Использовать стеклянную тару во избежание порезов.

5.2. Бегать в Зале.

5.3. Курить в помещениях Зала.

5.4. Передвигать тренажеры.

5.5. Заниматься в тренажёрном зале детям до 14 лет.

5.6. Находиться детям в тренажерном зале до 14 лет в период занятий родителей.

5.7. Проводить тренировки (используя оборудование и т.д.) другим Посетителям (родственникам, друзьям, знакомым и т.д.). В случае выявления данной ситуации Учреждение вправе отстранить от посещения занятий, расторгнуть договор в одностороннем порядке.

5.8. При занятиях на кардиооборудовании пользоваться электронными устройствами и мобильными телефонами, жевать жевательную резинку.

5.9. Поднимать штангу без использования замков. Это грозит тяжелыми травмами Вам и Посетителям тренажерного зала, занимающихся рядом.

5.10. Занятия в тренажерном зале в состоянии алкогольного, наркотического или токсического опьянения или при наличии остаточных явлений алкогольного опьянения (похмельный синдром) **СТРОГО ЗАПРЕЩЕНЫ.**

5.11. Ставить диски в горизонтальное положение, бодибары, грифы, опирая их на колонны, стены, зеркала.

5.12. Бросать гантели и ударять их одна о другую.

5.13. Бросать штангу на пол.

5.14. Ставить ноги на тренажеры, гантели, штанги, стены, подоконники и батареи.

5.15. Самостоятельное устранение поломок спортивного инвентаря. В случае поломки спортивного инвентаря Посетители обязаны сообщить об этом дежурному по спортивному залу.

5.16. Самостоятельно открывать окна и настраивать жалюзи на окнах.

5.17. Оставлять стаканы в зале, возле тренажеров и спортивных снарядов, на музыкальной аппаратуре, на тренажерах. Использованные стаканы для воды необходимо выбрасывать в урну.

5.18. Поливать себя водой при занятиях на всех видах кардиотренажеров.

ПРИБРЕТЕНИЕ АБОНЕМЕНТА ИЛИ РАЗОВОГО ПОСЕЩЕНИЯ  
ПО КАССОВОМУ ЧЕКУ – ЯВЛЯЕТСЯ СВИДЕТЕЛЬСТВОМ ОЗНАКОМЛЕНИЯ И  
БЕЗОГОВОРЧНОГО ПРИНЯТИЯ ДАННЫХ ПРАВИЛ!