Приложение № 1
К Приказу №08-П/19 от «02» декабря 2019г.

УТВЕРЖДАЮ:
Генеральный директор
ООО «СКПЦ»
_____ / Г.Г. Гавриленко
м.п.

Правила посещения спортивных объектов на территории СОК «Звезда» ООО «СКПЦ»

Термины и определения

Правила – настоящий документ, устанавливающий правила посещения спортивных объектов на территории СОК «Звезда».

СКПЦ – общество с ограниченной ответственностью «Спортивный культурно-патриотический центр» (ООО «СКПЦ»).

Спортивный оздоровительный комплекс «Звезда» (СОК «Звезда») – спортивный объект СКПЦ, расположенный по адресу: 121309, г. Москва, ул. Большая Филёвская, дом 20.

Администрация - управляющий СОК «Звезда» или лицо, временно исполняющее обязанности управляющего СОК «Звезда», менеджер, дежурный администратор.

Исполнитель – ООО «СКПЦ».

Заказчик – юридическое лицо / индивидуальный предприниматель / в полном объеме дееспособное физическое лицо, заключившее с Исполнителем Договор на оказание Услуг.

Клиент (Потребитель) - физическое лицо, в отношении которого оказывается Услуга. Клиент и Заказчик могут являться одним лицом, либо быть разными лицами.

Гость – посетитель СКПЦ, приглашенный Заказчиком / Клиентом в порядке, определенном Правилами.

Инструктор – штатный работник либо лицо, привлеченное Исполнителем на договорной основе, проводящий Занятия.

Услуга – предоставляемые СКПЦ услуги, перечень и объем которых определяется в соответствии с Прейскурантом СКПЦ и может являться, как разовой услугой, так и услугой, предоставляемой в течение определенного промежутка времени (Абонемент).

«Абонемент» - приобретенное Заказчиком за плату право пользования Услугами в рамках заключенного с Исполнителем договора на определенное количество занятий, на протяжении определенного промежутка времени.

Занятие – Услуга Исполнителя по проведению своими силами физкультурно-оздоровительных занятий и мероприятий с Клиентами в группах или индивидуально / проведение Заказчиком с Клиентами тренировок, игр, по видам спорта, проведение семинаров и спортивных мероприятий, спортивных состязаний по видам спорта и т.д., в случаях оказания Исполнителем услуг по предоставлению спортивных объектов СКПЦ.

Мероприятие – крупные корпоративные мероприятия Исполнителя (праздники, спартакиады, эстафеты и пр.).

Прейскурант – локальный нормативный акт Исполнителя, утвержденный приказом генерального директора СКПЦ устанавливающий наименование и стоимость Услуг, оказываемых Исполнителем.

Клубная карта – пластиковая карта (бланк на бумаге), удостоверяющая право Клиента пользоваться Услугами.

Настоящие Правила не являются исчерпывающими, так как Исполнитель вправе самостоятельно их дополнять и изменять в одностороннем порядке. Соблюдение настоящих Правил обязательно для всех лиц (Заказчиком, Клиентами, Гостями, третьими лицами, посещающих спортивные объекты СОК «Звезда»). Оплата Услуг, оказываемых Исполнителем/заключение письменного договора Заказчиком / Клиентом подтверждает согласие с настоящими Правилами и готовность их соблюдать. Настоящие Правила вступают в силу со дня их размещения на информационном стенде, расположенном в общедоступном месте на территории СОК «Звезда». Срок действия настоящих правил устанавливается до момента отмены настоящих правил Исполнителем путем их удаления с информационного стенда СОК «Звезда» или замены на новую редакцию.

Спортивные объекты СОК «Звезда»

Закрытые спортивные сооружения:

- **Парный теннисный корт (№ 1 и № 4);**
- **Непарный теннисный корт (№ 2 и № 3);**
- **Сквош корт 12×6 (№ 1 и № 2);**
- **Тренажерный зал (9,66×14,85);**
- **Зал аэробики (7,86×14,7);**
- **Зал детского фитнеса (3,86×7,47);**
- **Бойцовский зал (14,37×12,10);**
- **Сауна-джакузи;**
- **VIP-сауна;**
- **Детская игровая комната (4,96×7,22).**

Открытые спортивные сооружения:

- **Парный теннисный корт (грунт).**

1. Заказчик обеспечивает внимательное изучение Клиентами положения Договора, касающиеся правил поведения, требований и предложений, а также руководство своими Клиентами положениями Договора и настоящими Правилами / Клиент (физическое лицо заключившее письменный Договор с Исполнителем) внимательно изучил положения Договора, касающиеся правил поведения, требований и предложений и обязуется руководствоваться положениями Договора и настоящими Правилами / Оплачивая Услуги Исполнителя Заказчик (физическое лицо заключившее с Исполнителем публичный договор, по средствам оплаты Услуг Исполнителя) подтверждает, что он внимательно изучил и полностью согласен с положениями настоящих Правил и обязуется руководствоваться настоящими Правилами.
2. Режим работы СОК «Звезда»:
   - Ежедневно – с 06:30 до 23.30.
   - 1-е и 2-е января каждого года – выходной.
   - Открытые спортивные сооружения, являются сезонными спортивными объектами СОК «Звезда» и эксплуатируются в период с июня по август.
   - перерывы в работе СОК «Звезда» или отдельных зон, возможны, в рамках проведения санитарных работ, аварийного/капитального/текущего ремонта и проведением городскими службами сезонных профилактических и ремонтно-строительных работ, а также по усмотрению Администрации, о чем Заказчик / Клиент будет предупрежден по средствам размещения информации на информационных стендах СОК «Звезда».
   - Исполнитель имеет право изменять расписание Занятий, часы работы спортивных объектов СОК «Звезда» в одностороннем порядке. Информация об изменениях размещается на информационных стендах СОК «Звезда».
   - во время проведения Мероприятий оказание Услуг может быть ограничено.
3. Спортивные объекты СОК «Звезда» заканчивают свою работу за 30 (Тридцать) минут до закрытия.
4. Допуск в спортивные объекты СОК «Звезда» осуществляется в соответствии с оплаченным временем Услуг и согласно расписанию спортивных объектов, СОК «Звезда». Расписание спортивных объектов СОК «Звезда» является внутренним локальным актом Исполнителя.
5. На территории СОК «Звезда» ведется видео наблюдение, а также в целях повышения качества сервисного обслуживания, возможна аудиозапись разговоров.
6. Заказчик / Клиенты могут пользоваться Услугами, помещениями и оборудованием только в оплаченные часы Занятий и только в часы работы СОК «Звезда».
7. Время начала оказания Услуг строго соответствует расписанию и оплаченному времени Занятия, и не зависит от времени фактического начала оказания Услуг. Опоздание Заказчика / Клиента не влечет за собой продление времени Занятия или компенсацию разницы оплаченного и фактического времени оказания Услуг.
8. Исполнитель не рекомендует посещать групповые Занятия, проходящие по расписанию, при опоздании более чем на 5 минут, так как это может привести к травмам и нежелательным последствиям. Инструктор вправе не допускать Клиентов и их Гостей на Занятие при опоздании более чем на 10 минут.
9. Пропуском в помещения СОК «Звезда» является Клубная карта, которая выдается Клиенту на основании заключенного с Исполнителем Договора / документ удостоверяющий личность. Клубную карту / документ удостоверяющий личность необходимо предъявлять на рецепции и по требованию сотрудника рецепции на посту охраны при каждом посещении.
10. Ключи от шкафчиков выдаются на рецепции СОК «Звезда», только в обмен на Клубную карту, за исключением случаев, оговоренных в п. 11 Правил.

11. По договоренности с Исполнителем Заказчик получает ключи от шкафчиков для Клиентов на основании пропуска Заказчика.

12. Заказчик / Клиент имеет право провести на территорию СОК «Звезда» Гостей на условиях, предусмотренных настоящими Правилами или Прейскурантом. При этом на Гостя распространяется действие настоящих Правил. При входе в помещение СОК «Звезда» Гость обязан предъявить документ удостоверяющий личность зарегистрироваться у сотрудника рецепции. Гость вправе посещать территорию спортивных объектов СОК «Звезда» исключительно в сопровождении пригласившего его представителя Заказчика / Клиента, достигшего совершеннолетия. Заказчик / Клиент несёт солидарную ответственность за соблюдение приглашёнными им лицами настоящих Правил, а также за причинённый ущерб имуществу Исполнителя в размере, определённом Исполнителем. В случае невозможности исполнения Гостем своей части обязательств по возмещению ущерба, причинённого имуществу Исполнителя, ответственность за причинённый ущерб в полном объёме несёт Заказчик / Клиент, пригласивший Гостя. Оформление факта причинения ущерба Исполнителю осуществляется согласно внутренним локальным актам Исполнителя.

13. Как оператор персональных данных Исполнитель обязуется исполнять требования Федерального закона от 27.07.2006 N 152-ФЗ «О персональных данных», а именно обрабатывать персональные данные согласно закону; получать у владельца разрешения в тех случаях, когда этого требует закон; гарантировать конфиденциальность; отвечать на любые вопросы владельца касательно его персональной информации, в сроки установленные законодательством; уничтожать данные после того, как прошли сроки их обрабатывания; сообщать Управлению Роскомнадзора об обработке персональных сведений и мерах, предпринимаемых с целью защиты их; не раскрывать третьим лицам и не распространять персональные данные без согласия субъекта персональных данных, если иное не предусмотрено федеральным законом.

14. В случае утери Клубной карты, ключей от шкафчика, номерка от гардероба, полотенца, взятого в прокат инвентаря, Заказчик / Клиент обязан оплатить соответствующую плату в размере, предусмотренном действующим Прейскурантом, или рыночной стоимостью инвентаря в случае отсутствия размера компенсации за его порчу/утерю в действующем Прейскуранте.

15. Исполнитель имеет право без предварительного согласия с Заказчиком / Клиентом привлекать третьих лиц для оказания Услуг по Договору.

16. До начала посещения Занятий Клиентам рекомендуется пройти медицинское обследование, так как Клиент несет персональную ответственность за свое здоровье.

17. Перед началом Занятия при обнаружении на территории спортивного объекта СОК «Звезда» беспорядка, неисправностей, подозрительных предметов или иных проблем, Занятия необходимо приостановить до устранения вышеуказанных обстоятельств и немедленно сообщить об этом Администрации.

18. Перед началом Занятий Исполнитель настоятельно рекомендует Клиентам пройти вводный инструктаж (индивидуальный или групповой).

19. Исполнитель не несет ответственность за вред, причиненный жизни и здоровью Клиента, наступивший в результате:

- Предоставления Клиентом недостоверных сведений о состоянии своего здоровья;
- Острого или хронического заболевания;
- Нарушения Заказчиком / Клиентом настоящих Правил и/или правил техники безопасности при пользовании Услугами, и/или рекомендаций Инструктора;
- Неосторожности Клиента;
- Занятия Заказчика / Клиента по собственной программе, не согласованной с Инструктором;
- Иных случаев, произошедших не по вине Исполнителя/работника Исполнителя.

20. Заказчик / Клиенты должны бережно относится к спортивному и иному оборудованию, инвентарю Исполнителя.

21. По окончании Занятия необходимо вернуть используемый инвентарь на специально отведенное место. Заказчик / Клиенты несут материальную ответственность за утерю и/или порчу используемого оборудования и инвентаря, а также за ущерб, причиненный Исполнителю, приглашенными ими Гостями. Оформление факта причинения ущерба Исполнителю оформляется в соответствии с п.п. 12, 14 Правил.

22. Во избежание травм и нанесения вреда здоровью настоятельно рекомендуем Клиенту посещать Занятия, соответствующие его индивидуальному уровню подготовленности.

23. В случае ухудшения самочувствия во время Занятия необходимо информировать об этом Инструктора или иного представителя Исполнителя.

24. В случае дождя, сильного ветра, температуры воздуха выше +35С° или ниже +5С° и/или других неблагоприятных погодных явлений Занятия на открытом воздухе могут быть отменены. За отмену Занятий по метеорологическим условиям Исполнитель ответственности не несет, Занятия на другое время не переносятся, денежные средства возврату не подлежат.

25. Посещать Занятия необходимо в специальной одежде и обуви для занятия физической культурой / спортом, соответствующей стандартам безопасности и направленности Занятия. Клиентам рекомендуется снимать украшения на время оказания Услуг.

26. Клиенты должны соблюдать правила личной и общей гигиены, поддерживать чистоту на территории СОК «Звезда».

27. Представитель Заказчика / Клиент должен уважительно относится к другим Клиентам, клиентам Исполнителя, работникам Исполнителя, имуществу Исполнителя и третьим лицам, находящимся на территории СОК «Звезда».

28. Клиентам запрещается:

- Пользоваться Услугами Исполнителя при плохом самочувствии, в острый период заболевания (в том числе являющихся носителями передающихся инфекционных заболеваний) и/или в период обострения хронического заболевания;
- Находиться в помещениях на территории спортивных объектов СОК «Звезда» в верхней одежде, уличной обуви;
- Самовольно (без специального приглашения Администрации) заходить и находиться в служебных помещениях СОК «Звезда»;
- Провозить (проносить) в помещения и на территорию открытых спортивных сооружений СОК «Звезда» коляски, велосипеды, самокаты и другие транспортные средства, за исключением вспомогательных средств, предназначенных для передвижения людей с ограниченными возможностями;
- Заниматься с голым торсом, в купальном костюме, в верхней одежде, уличной обуви, в шлепках, босиком или в носках (кроме специальных Занятий), а также без специальной защиты, если таковая предусмотрена Занятиями;
- Заниматься в обуви с красящейся подошвой (подошвы сменной обуви не должны оставлять черных или цветных следов на напольном покрытии);
- Клиентам, занимающимся в абонементных группах, запрещается входить в спортивные объекты СОК «Звезда» без сопровождения Инструктора;
- Продолжать Занятие в случае обнаружения неисправности/поломки оборудования, о чем немедленно сообщить дежурному Инструктору или Администрации;
- Резервировать тренажеры, оборудования и инвентарь, места в зале на время продолжительного отсутствия Клиента;
- Выносить с территории спортивных объектов СОК «Звезда» оборудование, предназначенное для Занятий;
- Во избежание несчастных случаев, самостоятельно использовать оборудование, предназначенное только для групповых Занятий;
- Заниматься во время технического перерыва, используемого работниками Исполнителя для установки и демонтажа специального оборудования, устранения технической неисправности, уборки;
- Принимать пищу в местах, предназначенных для Занятий и раздевалках;
- Использовать стеклянную посуду для напитков на всех спортивных объектах СОК «Звезда», за исключением зон общепита, размещенных на территории СОК «Звезда». Необходимо пользоваться только пластиковыми стаканами и/или иными емкостями, не состоящими из стекла;
- Ставить стаканы и другие емкости с водой и/или иными напитками на тренажеры, музыкальную аппаратуру, оборудование;
- Курить и/или распивать спиртосодержащие напитки, в том числе находиться на территории СОК «Звезда» в состоянии алкогольного, наркотического, токсического опьянения, а также с наличием остаточного состояния алкогольного опьянения;
- Использовать ненормативную лексику, на спортивных площадках во время проведения Занятий, при общении и в разговорах по телефону на территории СОК «Звезда»;
- Пользоваться мобильным телефоном во время Занятий;
- Жевать жевательную резинку во время Занятий;
- Использовать парфюмерию, мази, и другую косметическую продукцию с резким запахом, а также средства, портящие или загрязняющие оборудование и интерьер спортивных объектов СОК «Звезда» (мед, грязевые маски, скрабы, масла, краска для волос и т.п.);
- Самостоятельно менять температурный режим в помещениях спортивных объектов СОК «Звезда», уровень освещенности, направленность телевизионных панелей и громкость звукового сопровождения, пользоваться музыкальной и другой аппаратурой Исполнителя, в том числе включать и демонстрировать аудио-, видео- и иные аудиовизуальные произведения с использованием/применением любых носителей и/или оборудования в помещениях спортивных объектов СОК «Звезда». Исполнитель в лице Администрации, оставляет за собой исключительное право на выбор произведений, транслируемых в помещениях и на территориях спортивных объектов СОК «Звезда»;
- Проводить кино-, видео- фотосъемку на территории спортивных объектов СОК «Звезда» без письменного разрешения Исполнителя;
- Собирать и распространять любыми способами информацию о личной жизни Клиентов Исполнителя, работников Исполнителя;
- Самостоятельно размещать на территории СОК «Звезда» объявления, рекламные материалы, проводить опросы и вести другую рекламную, маркетинговую и иную деятельность;

- использовать территорию СОК «Звезда» с целью извлечения доходов или иной выгоды без письменного согласия Исполнителя.

29. Для помощи в переодевании детей не старше 7 лет, а также лиц с ограниченными физическими возможностями сопровождающие (один человек) могут пройти в раздевальное помещение только при наличии сменной обуви или надетых бахил и без верхней одежды. Вход во взрослые раздевальные помещения лицам противоположного пола воспрещен.

30. Несовершеннолетние в возрасте до 13 лет должны находиться на территории СОК «Звезда», а равно перемещаться по его территории только в сопровождении родителей (законных представителей) или Инструкторов.

31. Без разрешения Инструктора лица, сопровождающие несовершеннолетних детей, могут ожидать их только в холле 1-го этажа СОК «Звезда».

32. При обнаружении в раздевалках СОК «Звезда» беспорядка, неисправностей, подозрительных и бесхозных предметов или иных подобных случаях необходимо обращаться к Администрации.

33. По окончании Занятия представитель Заказчика / Клиент обязан покинуть раздевалку в течение 30 минут.

34. Посещение спортивных объектов СОК «Звезда» может быть регламентировано дополнительными специальными правилами, касающимися отдельных спортивных объектов СОК «Звезда».

35. Исполнитель вправе в одностороннем порядке изменить режим работы СОК «Звезда» в целом или его отдельных спортивных объектов, а также ограничить или прекратить доступ представителей Заказчик / Клиентов в задействованные спортивные объекты СОК «Звезда» в связи с проведением Исполнителем Мероприятий, в рамках проведения санитарных работ, аварийного/капитального/текущего ремонта и проведением городскими службами сезонных профилактических и ремонтно-строительных работ без возмещения стоимости Услуг.

36. В случае аварийных ситуаций и/или обстоятельств непреодолимой силы, произошедших не по вине Исполнителя, принятия законодательных актов, изменяющих условия оказания Услуг, Исполнитель может в одностороннем порядке ограничить объем и порядок предоставления Услуг.

37. В случае возникновения экстренной ситуации, Клиенты обязаны строго выполнять требования персонала СОК «Звезда».

38. За технические неудобства, вызванные проведением городскими учреждениями, организациями, коммунальными и эксплуатационными службами, сезонных профилактических и/или ремонтных работ, Исполнитель ответственности не несет.

39. Исполнитель не несет ответственность за вред здоровью и имуществу Клиента, причиненный противоправными действиями третьих лиц; за транспортные средства, оставленные на прилегающей территории СОК «Звезда»; за утерянные или оставленные без присмотра вещи. Забытые Клиентами вещи при их обнаружении работниками Исполнителя хранятся в течение 1 (Одного) месяца, после чего утилизируются.

40. Возможность отмены или переноса Занятия Заказчика / Клиента по вине Заказчика / Клиента, предварительно согласовывается с Администрацией не менее чем за 24 часа до оплаченного Занятия. В случае отмены Занятия, пропущенного по вине Заказчика / Клиента без предварительного согласования с Администрацией, Услуга считается оказанной и компенсации не подлежит.

41. За грубые нарушения техники безопасности и/или настоящих Правил, представитель Заказчика / Клиент **МОЖЕТ БЫТЬ ЛИШЕН ПРАВА ПОСЕЩАТЬ СОК «Звезда»** с возмещением убытков Исполнителя в размере остаточной стоимости оплаченных Услуг.

42. Лица, нарушившие настоящие Правила и причинившие ущерб СОК «Звезда», компенсируют его в установленном порядке и размере, а также несут иную ответственность в случаях, предусмотренных действующим законодательством Российской Федерации.

Правила посещения тренажерного зала:

1. Будьте внимательны, соблюдайте технику безопасности и правила эксплуатации тренажеров.
2. Клиентам запрещено находиться, а также перемещаться по залу с открытым торсом.
3. Клиентам запрещается заниматься на тренажерах в шлепанцах или босиком.
4. Заказчику / Клиентам запрещается передвигать тренажеры.
5. Самостоятельное нахождение в зале несовершеннолетних, не достигших 16 лет, запрещается. Дети с 14 до 16 лет имеют право заниматься с Инструктором или под присмотром полностью дееспособного представителя.
6. В целях проведения ремонтных или профилактических работ доступ к любому из тренажеров может быть ограничен Администрацией.
7. На время отдыха между упражнениями на тренажере следует освободить его для использования другими Клиентами Исполнителя.
8. Администрация не несет ответственности за вред, причиненный здоровью Клиента в результате выполнения им физических упражнений в нарушение требований техники безопасности и правил эксплуатации тренажеров.
9. Рекомендуется использовать оборудование, выбирать интенсивность и продолжительность тренировок в соответствии с уровнем подготовки Клиента.
10. Исполнитель настоятельно рекомендует Клиентам пользоваться атлетическими ремнями, лямками для тяги, замками штанги для безопасности.
11. Упражнение в зале, предполагающее использование максимального веса, необходимо выполнять только при наличии подстраховки.
12. При занятиях на тренажерах и со свободным весом Клиенты должны устанавливать вес и делать количество подходов и повторений, соответствующие их функциональным возможностям.
13. Запрещено использование тренажеров, силовых рам и спортивного инвентаря одновременно несколькими Клиентами.
14. Использование зала Клиентами с целью извлечения доходов или иной выгоды разрешено только с письменного согласия Исполнителя.
15. Клиенты СОК «Звезда» должны самостоятельно убирать за собой оборудование и спортивный инвентарь после его использования на специально отведенные места.
16. Запрещается использовать оборудование и тренажёры не по назначению.
17. Запрещается бросать (гантели, штанги, блины и прочее) на пол, так как это ведет к повреждению оборудования и напольного покрытия и создает повышенный шум.
18. В случае плохого самочувствия или получения травмы необходимо немедленно прекратить Занятие.
19. Запрещается пользоваться неисправными тренажерами и другим неработоспособным оборудованием;
20. В случае неисправности оборудования следует немедленно прекратить Занятие на нем и незамедлительно сообщить об этом Инструктору или Администрации.

Правила посещения сауны:

1. ***Правила пользования сауной:***

1.1. Во избежание несчастного случая Клиенту рекомендуется посещать сауну при наличии хотя бы еще одного Клиента.

1.2. Посещать сауну рекомендуется при хорошем общем самочувствии. Не рекомендуется париться сразу после еды, во время простудных заболеваний.

1.3. Перед посещением сауны (парной):

1.3.1. Необходимо снять макияж, контактные линзы, украшения из металлов (цепочки, кольца, браслеты, часы, серьги).

1.3.2. Необходимо тщательно вымыться с мылом и мочалкой под душем и вытереть тело досуха. Рекомендуется не мочить голову перед заходом в парную, чтобы не вызвать, перегрев головы, либо пользоваться специальным головным убором.

1.4. Не рекомендуется сразу же заходить в парную на длительное время. Рекомендуется со второго захода, постепенно повышать длительность посещения.

1.5. При посещении сауны следует использовать полотенца и стелить их на скамью.

1.6. Необходимо избегать соприкосновения с поверхностью каменки – это может вызвать сильные ожоги.

1.7. Находясь в парной необходимо контролировать свое самочувствие.

1.8. Передвижение по сауне должно быть осторожным во избежание падения на скользком полу из-за остатков воды, шампуня, мыла и т.д.

1.9. После парной необходимо тщательно с мылом и мочалкой смыть с себя пот, только после этого пользоваться джакузи/бассейном.

1.10. Каждый посетитель несет личную ответственность за состояние своего здоровья и за здоровье находящихся с ним детей во время посещения сауны.

1.11. Перед посещением сауны рекомендуем уточнить у администратора температуру в парной.

1.12. **Внимание! Слишком долгое пребывание в горячей сауне вызывает повышение температуры тела, что может оказаться опасным для здоровья.**

2. ***В парной запрещается:***

2.1. Использовать крема, скрабы, мёд и масла для тела.

2.2. Заходить в парную с остатками мыла на теле.

2.3. Использовать ароматические добавки (масла) не предусмотренные изготовителем для использования в парилке сауны.

2.4. Поливать камни смесями с ароматическими добавками (маслами), либо водой не из специального ковша, и объемом более 100 мл., в период времени не ранее чем 10 мин.

2.5. Заходить со стеклянными и пластмассовыми предметами.

2.6. Курить.

2.7. Бегать, прыгать, толкать друг друга.

2.8. Посещать сауну детям без сопровождения полностью дееспособных представителей.

2.9. Париться с использованием веников пород лиственных деревьев;

3. ***Правила пользования бассейном в сауне:***

3.1. Клиент обязан иметь при себе сменную обувь, купальный костюм, мыло, мочалку, полотенце.

3.2. Перед купанием в бассейне и после купания в бассейне Клиент обязан вымыться с мылом и мочалкой под душем.

3.3. Не допускается втирать в кожу различные кремы и мази перед купанием в бассейне.

3.4. После пользования туалетом и перед последующим купанием в бассейне также необходимо воспользоваться душем.

3.5. Дети до 14 лет должны пользоваться бассейном только в сопровождении полностью дееспособных представителей.

3.6. Перед спуском в бассейн необходимо снять обувь.

3.7. Для спуска в чашу бассейна необходимо пользоваться лестницей. Опускаться нужно не спеша, держась за перила.

3.8. Не допускается попадание в чашу бассейна посторонних предметов – это может вывести из строя оборудование бассейна.

3.9. Передвижения по помещению, в котором расположен бассейн, должны быть осторожными во избежание падения из-за остатков воды, шампуня, мыла и пр.

4. ***В бассейне сауны запрещается:***

4.1. Находиться за пределами раздевалки в верхней одежде и уличной обуви.

4.2. Пользоваться бассейном в нетрезвом виде.

4.3. Вносить в бассейн или ставить на бортик стеклянную посуду и стеклянные предметы (шампуни, одеколоны, маски для подводного плавания и т.д.) и бритвенные принадлежности. Приносить с собой режущие, колющие предметы.

4.4. Нырять с бортиков, во время купания в бассейне захватывать друг друга, топить, нырять на встречу друг другу.

4.5. Бегать, прыгать, толкать друг друга в помещении, где расположен бассейн.

4.6. Оставлять без присмотра детей, допущенных к совместному плаванию с полностью дееспособным представителем.

4.7. Посетители с инфекционными и кожными заболеваниями, а также с повреждениями кожных покровов не могут пользоваться бассейном.

4.8. Каждый Клиент несет личную ответственность за состояние своего здоровья и за здоровье находящихся с ним детей во время посещения бассейна.

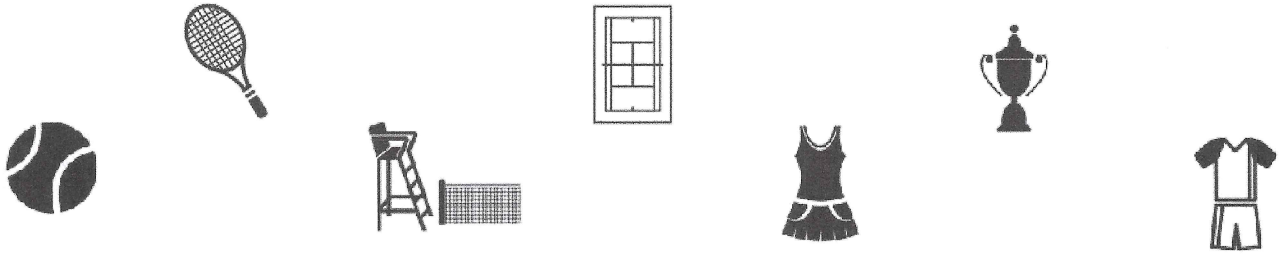
4.9. Посетителям с детьми необходимо принять во внимание, что бассейн не относится к категории детских и оздоровительных бассейнов. Температура воды в бассейне может быть от 14 до 18 °С. Перед купанием необходимо уточнить температуру воды в бассейне у администратора. Купание детей в бассейне допускается под личную ответственность полностью дееспособных представителей.

5. Минимальное время сеанса – 2 часа. За каждый неполный час оплата взимается как за полный час.

6. Администрация вправе отказать в посещении бани лицам, находящимся в состоянии алкогольного и наркотического опьянения, а также любому клиенту без объяснения причины.

7. Администрация вправе прервать сеанс посещения бани, если Клиенты нарушают данные правила. При этом возврат денежных средств за неиспользованное время не производится.

Правила посещения теннисных кортов



1. Общие требования к безопасности:

1.1. Игровой час составляет 60 минут. Разминка и сбор мячей входит в игровой час. «Игровое время» - фактическое время на теннисном корте, предоставляется по предварительной заявке и кратно 30 мин. (1 час, 1,5 часа и т.д.)

1.2. К индивидуальным и групповым занятиям большим теннисом допускаются лица, не имеющие медицинских противопоказаний для занятий большим теннисом, одетые в спортивную форму и обутые в чистую спортивную обувь с нескользкой и не оставляющей подошвой подошвой.

1.3. Клиент должен быть одет в свободную, не сковывающую движения спортивную форму, соответствующую окружающему температурному режиму, и спортивную обувь, не скользящую и не оставляющую следов на покрытии корта. Недопустимо играть в обуви, в которой Клиент играл на открытых кортах с естественным покрытием, без предварительной очистки.

1.4. Запрещается выходить на корты раньше оплаченного времени и находиться на корте дольше оплаченного времени. Если нахождение на корте превышает 10 минут сверх оплаченного времени, то Клиент обязан оплатить 30 минут следующего часа. Клиент может продлить время пребывания на корте, известив об этом Администрацию и оплатив последующее время, если время на корте остается свободным.

1.5. В оплаченное время оказания Услуг на корте могут находиться только игроки и тренеры:

1.5.1. На парном коте в количестве:

- 4 (Четыре) игрока в случае оказания услуг по предоставлению корта;
- 3 (Три) человека, включая Инструктора, при индивидуальном занятии.

1.5.2. На непарном корте одномоментно могут находиться только 2 (Два) человека.

2. Требования безопасности перед началом тренировок:

2.1. Убедиться в отсутствии посторонних предметов на корте;

2.2. Провести физическую разминку всех групп мышц.

2.3. Перед началом тренировки требуется переодеться в спортивную форму, снять с себя часы, цепочки, браслеты, острые заколки, подвески и другие посторонние предметы.

2.4. Не рекомендуется приступать к Занятиям непосредственно после приема пищи.

2.5. Необходимо проверить надежность установки и крепления спортивного оборудования.

3. Требования безопасности во время тренировок:

3.1. Во время тренировок Клиент обязан:

- Во время Занятий на корте не должны присутствовать посторонние лица;
- Клиент должен знать и при выполнении заданий и упражнений уметь применять приемы само страховки и группировки во избежание получения травмы;
- Клиент должен соблюдать игровую дисциплину;
- Клиент должен сгруппироваться при падениях во избежание получения травмы;
- Клиент должен использовать спортивный инвентарь только с разрешения и под руководством Инструктора;
- Клиент должен избегать толчков, ударов и столкновений с другими игроками;
- Клиент не должен выполнять упражнения, не убедившись в их безопасности для себя и окружающих;
- При появлении боли в конечностях и других частях тела Клиент должен немедленно прекратить движение и обратиться в медицинский кабинет;
- Клиент должен использовать спортивное оборудование и инвентарь только прямому назначению.

3.2. Клиентам запрещается:

- висеть на сетке или ограждениях на спортивных площадках;
- ударять покрытие спортивных площадок;
- кричать, нецензурно выражаться, громко разговаривать и отвлекать других во время выполнения упражнений;
- использовать спортивное оборудование и инвентарь не по прямому назначению.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях:

4.1. При возникновении во время Занятий болей в суставах, мышцах, возникновении кровотечений, травмы, а также при плохом самочувствии прекратить движение и немедленно сообщить об этом Инструктору / администратору.

4.2. При возникновении чрезвычайной ситуации (появление посторонних запахов, задымлении, возгорании и т.п.) немедленно сообщить об этом Администрации и действовать в соответствии с её указаниями.

5. Требование безопасности по окончанию Занятий:

5.1. После окончания Занятий Клиент обязан собрать и сдать Инструктору / администратору, выданный им инвентарь.

5.2. Строго после окончания Занятия следует покинуть спортивную площадку, чтобы не задерживать начало следующего Занятия на это площадки.

Настоящие правила направлены на обеспечение Вашей безопасности и здоровья!