



Муниципальное бюджетное учреждение
физической культуры и спорта Городского округа Балашиха
**«Спортивная школа олимпийского резерва
«МЕТЕОР»**

143912, Московская область, г. Балашиха, ул. Победы, владение 1 тел. +7 (495) 524-43-35

ПРИКАЗ

31 августа 2020 г.

№ 23 - ОД

г. Балашиха

Об утверждении правил посещения спортивных объектов СШОР «Метеор»

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить Правила посещения объектов Спортивной школы олимпийского резерва «Метеор» (Прилагаются), включая приложения к Правилам по посещению отдельных типов спортивных объектов.
2. Заместителю директора по спортивной работе Родину Н.В., заведующим спортсооружениями (Жировой М.С., Сергеевой О.А., Черненко М.В., Штыкову К.В.), заведующему отделением единоборств Савихину Н.Г., начальнику отдела методического обеспечения Гуржий М.Н., заведующим отделениями по видам спорта в срок до 7 сентября 2020 г. довести до сведения тренерского и инструкторского персонала содержание настоящих Правил.
3. Тренерам и инструкторам провести инструктаж с воспитанниками школы и посетителями о необходимости строгого соблюдения указанных Правил и обеспечить надзор за воспитанниками в период проведения тренировочных и соревновательных мероприятий.
4. Специалистам по связям с общественностью разместить настоящий приказ и Правила на официальном сайте СШОР «Метеор» и в официальных группах в социальных сетях.
5. Контроль исполнения настоящего приказа и Правил, регламентирующих посещение спортивных объектов СШОР «Метеор», возложить на заведующих спортивными сооружениями СШОР «Метеор».

Директор

Николаев Е.М.



УТВЕРЖДАЮ.

Директор МБУ ФКиС С Ш О Р «Метеор»

Е.М. Николаев

ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ объектов Спортивной школы олимпийского резерва «Метеор»

I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Правила посещения спортивных комплексов МБУ ФКиС Г.о. Балашиха «СШОР «Метеор» (далее – Правила) определяют нормы поведения посетителей на территории Муниципального бюджетного учреждения «Спортивная школа олимпийского резерва «Метеор» (далее – Учреждение).

1.2. Правила разработаны и составлены в соответствии с правовыми актами, действующими на территории Российской Федерации, а также с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН 2.1.2.1188-03 «Плавательные бассейны. Гигиенические требования к устройству, эксплуатации и качеству воды. Контроль качества», СП 3.2.3110-13 «Профилактика энтеробиоза», СанПиН 3.2.3215-14 «Профилактика паразитарных заболеваний на территории Российской Федерации», МУ 3.5.2644-10 «Организация и проведение дезинфекционных мероприятий при дерматомикозах», в целях соблюдения установленного порядка в спортивном комплексе, обеспечения необходимых условий для функционирования спортивного комплекса и обеспечения безопасности Посетителей при посещении ими зданий Учреждения, а также работников Учреждения.

1.3. Посетителями признаются граждане, прибывшие в Учреждение при наличии абонеента, пропуска, приглашения и других документов установленного образца.

1.4. Правила устанавливают права и обязанности Посетителей, определяют механизм реализации этих прав и обязанностей, а также устанавливают ряд запретов, не допускающих такие действия граждан, которые могут причинить вред другим лицам. Настоящие Правила являются обязательными для выполнения всеми Посетителями вне зависимости от их возраста.

1.5. Порядок на территории спортивного комплекса и в зданиях и сооружениях организуется Администрацией Учреждения и обеспечивается работниками Учреждения, а также сотрудниками служб безопасности и охраны.

1.6. На спортивных объектах Учреждения ведется видеонаблюдение с применением видеофиксации.

1.7. Перед приобретением абонеента, при получении пропуска, приглашения Посетитель обязан внимательно ознакомиться с настоящими Правилами. Приобретение абонеента, получение пропуска или приглашения подтверждает, что Посетитель ознакомился с настоящими Правилами и обязуется безоговорочно соблюдать их в течение всего времени нахождения в на территории Учреждения. Ответственность за последствия, возникшие вследствие незнания или несоблюдения настоящих Правил, несут сами Посетители. Законные представители несовершеннолетних (родители, опекуны, попечители) несут ответственность за ознакомление и соблюдение несовершеннолетними лицами настоящих Правил.

1.8. Приобрести абонемент Посетитель может только при наличии медицинской справки установленного образца об отсутствии противопоказаний для посещения бассейна или занятий физической культурой и спортом на спортивных сооружениях СШОР «Метеор» по выбранным видам спорта или физкультурных активностей..

1.9. После приобретения услуг Учреждения, Посетитель обязан поставить подпись на абонементе, о том, что он ознакомлен с настоящими Правилами.

1.10. Приобретая абонемент Посетитель подтверждает, что ни он, ни его несовершеннолетние дети не имеют медицинских противопоказаний для занятий и полностью принимает на себя ответственность за состояние своего здоровья и состояние здоровья своих несовершеннолетних детей.

1.11. В Учреждении дежурными администраторами ведется электронная система учета посещения занятий посетителей.

1.12. Посетители с ограниченными возможностями, которым по причине ограничений необходима помощь другого лица, могут посещать спортивный комплекс только в сопровождении здорового совершеннолетнего лица.

1.13. При проведении спортивных соревнований или иных мероприятий несовершеннолетние Посетители допускаются в спортивный комплекс по спискам, организованной группой в сопровождении взрослых (ответственных за группу). Список группы несовершеннолетних Посетителей должен содержать их Ф.И.О., наименование учреждения, направившего их для участия в соревнованиях, а также Ф.И.О., паспортные данные, место работы, место жительства и контактный телефон сопровождающего их взрослого, ответственного за группу.

1.14. Администрация Учреждения оставляет за собой право менять расписание спортивных занятий, объявлять в течении года нерабочие праздничные и санитарные дни. Информация об изменении в расписании занятий заблаговременно размещается на информационных стендах и на официальном сайте Учреждения, а также дублируется на стойке дежурного администратора и в социальных сетях.

1.15. В случае необходимости, Администрация Учреждения вправе произвести замену тренера или инструктора в расписании проведения занятий.

1.16. Настоящие Правила размещаются на информационных стендах внутри спортивных сооружений СШОР «Метеор» и на сайте Учреждения по адресу: www.meteor-bal.ru для ознакомления с ними Посетителей.

1.17. В случае необходимости, Правила могут быть пересмотрены или дополнены. Информация об изменениях будет размещена на стендах и на официальном сайте Учреждения за несколько дней до даты вступления данных изменений в силу.

1.18. Настоящие Правила являются неотъемлемым приложением к Публичным офертам Учреждения, публикуемым в установленном законом порядке.

2. ПРОПУСКНОЙ РЕЖИМ СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА

2.1. Въезд/выезд автотранспорта на территорию спортивных объектов Учреждения разрешается только через специально оборудованные ворота и автоматические шлагбаумы. Порядок въезда и выезда, а также парковки автотранспорта на территории спортивных объектов устанавливается Администрацией спортивной школы.

2.2. Вход в здание спортивных комплексов СШОР «Метеор» осуществляется строго в установленные дни и часы работы Учреждения, а также в дни и часы, указанные в абонементе, пропуске, приглашении или другом документе установленного образца. Время начала прохода на спортивные соревнования или иные мероприятия определяется решением Администрации Учреждения и указывается на приглашениях, разовых билетах, абонементах или на информационных стендах и на официальном сайте Учреждения.

2.3. Проход Посетителей на занятия осуществляется через контрольно-пропускные пункты и дежурных администраторов, как правило, за 15 минут до начала, для устранения встречных потоков в гардеробе, комнатах для переодевания (раздевалках) и в душевых. Посетители, опоздавшие более чем на 10 минут к началу занятия, могут быть не допущены к занятиям решением тренера, инструктора, или дежурного администратора.

2.4. Во входной зоне спорткомплексов Посетители обязаны переобуться в сменную обувь, сдать верхнюю одежду и уличную обувь (в

герметичном пакете) в гардероб и получить номерок от гардероба. В некоторых спортивных комплексах СШОР «Метеор» верхняя одежда и обувь может быть оставлена спортивными командами в раздевалках, закрываемых администраторами на ключ.

2.5. Посетители и сопровождающие несовершеннолетних лица, после того как переобулись в сменную обувь должны освободить места на скамейках во входной зоне для переобувания вновь прибывающих или уходящих Посетителей, чтобы не создавать помехи для нормального прохода на спортооружение.

2.6. Посетители предъявляют дежурному администратору пропуск, абонемент и регистрируются в электронной системе учета посещения Учреждения и взамен получают ключ от индивидуального шкафа в раздевалке для хранения личных вещей на время занятия, или ключ от раздевалки при командных занятиях спортом.

2.7. В раздевалки Посетители проходят по разрешению дежурного администратора.

2.8. Проход Посетителей на спортивные соревнования или иные мероприятия осуществляется через контрольно-пропускные пункты, с записью сотрудником охраны фамилии, имени, отчества и паспортных данных Посетителя в Журнал регистрации Посетителей.

2.9. При необходимости, сотрудники охраны имеют право осуществить осмотр автотранспортного средства въезжающего на территорию спортивного комплекса для предотвращения ввоза запрещенных и потенциально опасных предметов, а также для пресечения несанкционированного вывоза материальных ценностей.

2.10. Сотрудник охраны, сотрудники Администрации Учреждения, дежурный администратор, в целях предотвращения и пресечения нарушений общественного порядка, обеспечения безопасности, антитеррористической защищенности спортивного комплекса, защите жизни и здоровья

сотрудников спортивной школы, Посетителей, сохранности имущества Учреждения, имеют право:

- требовать от Посетителей спортивного комплекса соблюдения внутри объектового и пропускного режимов, установленных в Учреждении;
- удостовериться, что Посетитель находится в состоянии, соответствующем требованиям соблюдения общественного порядка;
- проверить документ, дающий право прохода в спортивный комплекс (абонемент, пропуск, приглашение), потребовать предъявления документа, удостоверяющего личность, содержащего фото (паспорт, удостоверение личности, водительское удостоверение);
- записать фамилию, имя, отчество, паспортные данные Посетителя в Журнал регистрации Посетителей спортивного комплекса;
- при необходимости, провести осмотр личных вещей входящих лиц (дамских, спортивных, хозяйственных сумок, пакетов, папок), а также с использованием технических средств контроля, а в необходимых случаях – провести личный осмотр. В случае отказа от данных процедур, сотрудник охраны, Администрация Учреждения вправе отказать Посетителю в доступе на территорию Учреждения.

2.11. Администрация СШОР «Метеор» вправе установить дополнительные ограничения и требования к Посетителям спортивных сооружений, связанные с выполнением рекомендаций государственных органов санитарного надзора, пожарного надзора, органов, обеспечивающих антитеррористическую защищенность социальных объектов и других органов государственной власти и местного самоуправления.

2.12. Непосредственное присутствие родителей или лиц, их заменяющих: усыновителей, опекунов, попечителей, приемных родителей, бабушек, дедушек, братьев и сестер на тренировках и в местах, не предназначенных для размещения зрителей, без согласования с администрацией Учреждения не допускается.

3. ПРАВА ПОСЕТИТЕЛЕЙ

3.1. Посетители имеют право:

3.1.1. Пользоваться расположенными в здании спортивного комплекса гардеробом, вспомогательными помещениями (туалеты, душевые, раздевалки).

3.1.2. Пользоваться индивидуальными шкафами для хранения личных вещей в раздевалках, сейфовыми ячейками (при наличии) на время занятия.

3.1.3. Обращаться к дежурному администратору за разъяснениями правил пользования услугами спортивных комплексов.

3.1.4. В случае необходимости обращаться за оказанием первой доврачебной помощи к медицинскому персоналу Учреждения.

3.1.5. Находиться в спортивном комплексе во время проведения занятий или мероприятий на тех спортивных площадках, где проходят занятия или проводятся мероприятия.

3.1.6. При проведении в Учреждении спортивных соревнований и иных массовых мероприятий, Посетители (зрители) имеют право проходить на трибуны спортивных объектов или иные места размещения зрителей, находится на них в период проведения соревнований, выполняя при этом требования сотрудников Учреждения о соблюдении правил поведения на спортивных комплексах.

3.2. Сопровождающие Посетителей с ограниченными возможностями имеют право сопровождать их до места проведения занятий или мест размещения зрителей соревнований, и оставаться в общественных местах спортивных комплексов для ожидания своих подопечных.

4. ОБЯЗАННОСТИ ПОСЕТИТЕЛЕЙ

4.1. Посетитель обязан:

4.1.2. Предоставить медицинскую справку установленного образца, разрешающую Посетителю посещать бассейн или заниматься физической культурой и спортом на спортивных сооружениях СШОР «Метеор».

4.1.3. После окончания занятия освободить индивидуальный шкафчик и покинуть помещение раздевалки в течении 15 минут. Сдать дежурному администратору ключ от индивидуального шкафчика или от раздевалки и получить абонемент или пропуск.

4.1.4. Покинуть спортивный комплекс не более чем через 20 минут после окончания занятия.

4.1.5. Соблюдать установленный порядок в Учреждении, общественный порядок и общепринятые нормы поведения, не допускать действий, создающих опасность для окружающих.

4.1.6. Соблюдать правила техники безопасности, противопожарной безопасности, санитарно-гигиенические требования.

4.1.7. Бережно относиться к имуществу Учреждения, не допуская его порчу или утрату, соблюдать чистоту.

4.1.8. Быть нетерпимыми к нарушениям правопорядка, сообщать о лицах, совершивших правонарушения или преступления Администрации Учреждения или сотрудникам охраны.

4.1.9. Выполнять требования дежурных администраторов, инструкторов, тренеров, сотрудников охраны, не создавая конфликтных ситуаций и не допуская проявлений неуважительного отношения к ним, а также к иным посетителям Учреждения.

4.1.10. Соблюдать чистоту и тишину в спортивном комплексе.

4.1.11. Сообщать сотрудникам Администрации Учреждения, или сотрудникам службы охраны об обнаружении подозрительных предметов, вещей и возникновении задымления или пожара.

4.1.12. При возникновении чрезвычайной ситуации, и получении информации об эвакуации, немедленно покинуть здание спортивного комплекса через ближайший выход, который указан на схеме эвакуации, неукоснительно соблюдая требования администрации Учреждения, дежурных администраторов и сотрудников охраны, ответственных за обеспечение правопорядка, соблюдая спокойствие и не создавая паники.

4.1.13. Проявлять организованность при выходе из спортивного объекта, по окончании занятий, соревнований или иных мероприятий, своевременно освобождать помещения спортивного комплекса, зрительские места на трибуне, не оставляя посторонних предметов, мусора, не забывая личные вещи.

4.1.14. Законные представители (родители, опекуны, попечители и т.п.) обязаны забирать детей в возрасте до 14 лет после окончания занятия, либо предоставить заявление на имя директора Учреждения о разрешении их самостоятельного ухода после окончания занятий.

5. ПОСЕТИТЕЛЯМ ЗАПРЕЩАЕТСЯ

5.1. Посещать спортивный комплекс в состоянии алкогольного, наркотического или токсического опьянения.

5.2. Приносить и применять огнестрельное и холодное оружие, колюще-режущие предметы, взрывчатые, легковоспламеняющиеся, пиротехнические изделия, отравляющие и токсичные, вещества, а также газовые баллончики любых типов.

5.3. Приносить с собой спиртные напитки и/или наркотические и токсические вещества и употреблять их на территории Учреждения.

5.4. Приносить с собой продукты питания и напитки и употреблять их в помещениях спортивного комплекса не предназначенных для этого.

5.5. Курить в помещениях спортивного комплекса, курить на прилегающей территории, кроме специально отведенных для этого мест, обозначенных соответствующими информационными табличками.

5.6. Приносить крупногабаритные вещи и предметы (чемоданы, свертки, объемные сумки и т.п.).

5.7. Заносить в помещения спортивного комплекса велосипеды и самокаты. Передвигаться в помещениях спортивного комплекса на роликовых коньках и иных подобных транспортных и спортивных средствах. Велосипеды и самокаты следует оставлять на специально приспособленных для них местах парковок на территории спортивных комплексов.

5.8. Подниматься на верхние этажи спортивных комплексов с детскими колясками без специальных бахил, предупреждающих загрязнение пола колесами колясок.

5.9. Входить в служебные (технические) помещения, оснащенные табличкой «Вход воспрещен», «Только для персонала» или «Техническое помещение».

5.10. Изымать документы с информационных стендов, а также помещать на них какие-либо свои документы, объявления, рекламные материалы.

5.11. Вскрывать витрины с выставленными на них кубками и другими спортивными трофеями, извлекать из них награды и памятные призы.

5.12. Передвигаться на автотранспорте по территории спортивного комплекса с нарушением установленного скоростного режима, правил дорожного движения, игнорируя установленные на территории спортивных комплексов дорожные знаки и парковочной разметки.

5.13. Проходить на территорию спортивного комплекса с животными, не имеющими соответствующих приспособлений, исключающих нанесение повреждений другим людям (поводки, намордники для собак, сумки-переноски для кошек и других мелких животных и т.п.).

5.14. Осуществлять профессиональную фото и видеосъемку без разрешения администрации Учреждения.

5.14. Выкрикивать нецензурные и/или оскорбительные слова в адрес других Посетителей или сотрудников Учреждения, или совершать иные действия, унижающие и оскорбляющие человеческое достоинство.

5.15. Осуществлять агитационную или какую-либо другую деятельность, адресованную неограниченному кругу лиц; выставлять напоказ знаки, лозунги или иную символику, направленную на разжигание расовой, религиозной и национальной розни.

5.16. Использовать площадки спортивного комплекса без разрешения Администрации для занятий коммерческой, рекламной, политической и иной деятельностью, независимо от того, связано ли это с получением дохода.

5.17. Наносить любые надписи в помещениях спортивного комплекса, а также на зданиях и сооружениях, или на прилегающих к зданиям тротуарных дорожках и на стенах с внешней стороны здания.

5.18. Уничтожать, портить или повреждать любое оборудование, элементы оформления спортивного комплекса, спортивный и иной инвентарь, зеленые насаждения на территории Учреждения.

5.19. Бегать, толкаться, прыгать, кричать и совершать иные действия, нарушающие общественный порядок, мешающие остальным Посетителям спортивного комплекса.

5.20. Находиться во время проведения занятий, спортивных соревнований или иных мероприятий, в местах их проведения, а также в служебных помещениях без разрешения администрации Учреждения.

5.21. Находиться на территории спортивных комплексов после окончания спортивных и иных мероприятий без соответствующего разрешения Администрации Учреждения.

5.22. Оставлять автотранспортные средства на территории Учреждения в ночное время без разрешения администрации, а также в местах, не предназначенных для их парковки.

5.23. Пользоваться услугами, не входящими в стоимость оплаченных занятий физической культурой и спортом и не оплаченными дополнительно.

5.24. Передавать свой именной абонемент, пропуск, приглашение или другой документ установленного образца иным лицам.

5.25. Оставлять уличную обувь, сумки и иные предметы под диванами во входной зоне помещения спортивного комплекса, а также под скамейками на территории спортивных комплексов.

6. ОТВЕТСТВЕННОСТЬ СТОРОН

6.1. Администрация Учреждения вправе в одностороннем порядке отказать в предоставлении услуг в случае грубого нарушения Посетителем настоящих Правил, под которым понимаются появление Посетителя в состоянии алкогольного, наркотического или токсического опьянения, употребление в здании и на территории Учреждения алкогольных напитков, наркотических средств и токсичных веществ, курения в здании и на территории Учреждения, умышленная порча имущества, нецензурная брань и оскорбление Посетителей и сотрудников Учреждения, применение физического насилия, или угрозы физического насилия в отношении других Посетителей и сотрудников Учреждения, а также в случае невыполнения Посетителем настоящих Правил, если это невыполнение препятствует оказанию Учреждением качественных услуг. По факту нарушения составляется соответствующий акт. Денежные средства за неиспользованные занятия Посетителю в указанных случаях не возвращаются.

6.2. В случае непредумышленного нарушения Посетителями настоящих Правил, сотрудники Учреждения, служба охраны, обеспечивающие порядок в спортивном комплексе, вправе делать Посетителям соответствующие замечания. В случае умышленного несоблюдения и/или злостного нарушения настоящих Правил, Посетители могут быть удалены с территории Учреждения, в том числе с вызовом сотрудников полиции для их задержания и применения, предусмотренных законом, мер воздействия.

6.3. Воспрепятствование осуществлению порядка на территории и в помещениях спортивных комплексов, неисполнение законных требований сотрудников Учреждения, службы охраны о прекращении действий, нарушающих настоящие Правила, и иные противоправные действия влекут ответственность, предусмотренную законодательством Российской Федерации.

6.4. Удаление Посетителей с территории Учреждения производится сотрудниками полиции, службы охраны, включая специальные группы быстрого реагирования, или уполномоченными сотрудниками Учреждения при исполнении ими служебных обязанностей.

6.5. За ущерб, причиненный Учреждению, находящемуся в нем имуществу, имуществу и/или здоровью граждан, получающих физкультурные и спортивные услуги в Учреждении, Посетители несут ответственность в порядке, предусмотренном действующим законодательством Российской Федерации.

6.6. За ущерб, нанесенный несовершеннолетними лицами, ответственность несут их законные представители (родители, опекуны, попечители и т.п.). В случае причинения Посетителями порчи имуществу Учреждения составляется соответствующий акт, в котором указывается характер и размер причиненного вреда. Акт составляется уполномоченным представителем администрации Учреждения. Виновные лица обязаны возместить нанесенный Учреждению ущерб в полном объеме.

6.7. Законные представители несовершеннолетних (родители, опекуны, попечители) несут ответственность за ознакомление и соблюдение несовершеннолетними лицами настоящих Правил.

6.8. Посетители, которым причинен имущественный и/или неимущественный ущерб, обязаны незамедлительно сообщить об этом работнику Учреждения с указанием места, времени, обстоятельств происшествия и лиц, которые были свидетелями происшествия.

6.9. Учреждение не несет ответственности:

- за состояние здоровья Посетителя в результате получения спортивно-оздоровительных услуг, при предоставлении Посетителем недостоверной информации о состоянии своего здоровья.

- за вред, связанный с ухудшением здоровья посетителя, если состояние здоровья ухудшилось по вине самого посетителя, в результате

заболевания, обострения травмы или хронического заболевания, имеющегося у посетителя на момент посещения спортивного комплекса.

- за возникшие последствия в отношении имущества Посетителей или нанесенный в отношении третьих лиц ущерб, если такие последствия возникли по неосторожности самих Посетителей в результате несоблюдения настоящих Правил;

- за детей, находящихся на территории спорткомплекса без присмотра, до, или после спортивных занятий с тренером, которые они посещали.

- за невыполнение Посетителями правомерных указаний сотрудников Учреждения и службы охраны.

6.9. Учреждение не несет ответственности за ценные вещи, документы, деньги, сотовые телефоны, украшения и т. п. оставленные без присмотра, не сданные в установленном порядке в гардероб или на хранение.

6.10. Учреждение, в случае возникновения аварийных ситуаций, вызванных обстоятельствами, за которые Учреждение не отвечает, в том числе стихийных бедствий, социальных волнений, ситуаций вызванных действиями аварийных и коммунальных служб по проведению аварийных, сезонных и профилактических работ, если эти ситуации препятствуют качественному оказанию услуг, вправе в одностороннем порядке приостановить оказание услуг по проведению занятий по физической культуре и спорту до прекращения действия указанных обстоятельств (ситуаций).

6.11. О приостановлении оказания услуг Учреждение заранее либо в течение 3 календарных дней со дня наступления обстоятельств (возникновения ситуаций) извещает Посетителей, имеющих действующие абонементы и договоры, путем размещения информации на информационных стендах и на официальном сайте Учреждения, а также у дежурных администраторов. В случае если по истечении 30 календарных дней обстоятельства (ситуации), препятствующие пользованию спортивным комплексом, не изменились, Учреждение и Посетитель, решают вопрос о

расторжении Договора (аннулировании абонемента) и проведении взаиморасчетов. При проведении взаиморасчетов учитывается стоимость уже оказанных услуг, а также период действия обстоятельств (ситуаций).

6.12. Учреждение, вправе на время проведения массовых мероприятий, соревнований приостановить или ограничить оказание услуг Посетителям с уведомлением об этом за 3 календарных дня до наступления мероприятия путем размещения объявления на информационных стендах, на сайте, а также у дежурного администратора. При этом Учреждение предоставляет Посетителю другое время и дату посещения спортивного комплекса (при условии имеющихся свободных мест в спортивном зале или бассейне) или переносит занятие на следующий месяц.

Приложение 1. «Правила посещения бассейнов»

Приложение 2. «Правила посещения универсальных спортивных залов»

Приложение 3. «Правила посещения тренажерного зала»

Приложение 4. «Правила посещения залов борьбы»



ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ БАССЕЙНОВ

Спортивной школы олимпийского резерва «Метеор»

Правила посещения плавательного бассейна Муниципального бюджетного учреждения физической культуры и спорта Г.о. Балашиха «Спортивная школа олимпийского резерва «Метеор» (Далее – Правила) являются едиными, для всех посетителей и сотрудников МБУ ФКиС СШОР «Метеор».

Посетители обязаны:

1. Ознакомиться с настоящими Правилами до пользования услугами. Факт оплаты услуг является согласием посетителя с настоящими Правилами;

2. Заключение договора об оказании платных услуг осуществляется как при оформлении абонемента, так при разовом посещении по оздоровительным услугам у дежурного администратора;

3. Заключение договора осуществляется на основе следующих документов:

Взрослые:

-паспорт (оригинал и копия);

- медицинская справка;

- взрослые старше 70 лет, должны предоставить справку от кардиолога;

- беременные посетительницы допускаются к занятиям после предоставления справки от врача акушера-гинеколога с заключением об отсутствии противопоказаний для посещения бассейна;

Дети (до 10 лет включительно):

-свидетельство о рождении (оригинал и копия);

- медицинская справка;

- анализ на энтеробиоз;

В дальнейшем анализ предоставляется не менее 1 раза в три месяца. При разовом посещении — перед каждым посещением, если разрыв между посещениями более двух месяцев;

4. К занятиям по свободному плаванию допускаются лица, умеющие плавать;

5. Ребенок от 5 до 14 лет включительно, допускается к занятиям по свободному плаванию только вместе с законным представителем (родителем, опекуном, попечителем), при этом ответственность за жизнь и здоровье ребенка во время занятий лежит на занимающимся вместе с ним законном представителе;

6. Дети до 5 лет бассейн не допускаются.

Порядок пользования абонементом:

1. Абонемент – это документ, позволяющий пользоваться услугой в течение Месяца с даты указанной в абонементе, либо в другой срок, указанный в прејскуранте, за исключением более длительных абонементов;

2. Абонемент или билет на разовое посещение, действителен при предъявлении документа, удостоверяющего личность;

3. В абонемент вносятся сведения: вид услуги, количество посещений, время посещений и оплаченная сумма;

4. Оплата услуг удостоверяется Исполнителем при предъявлении Заказчиком платежных документов, подтверждающих оплату услуги;

5. Возврат оплаты возможен только в случае болезни Заказчика (Посетителя) при наличии медицинской справки, предъявленной в течение 14 дней после ее выписки медицинским учреждением, и заявления родителей (законных представителей). Абонемент может быть продлен при наличии справки, предоставленной в течении 14 дней, сроком не более, чем на один месяц;

6. При желании посетителя вернуть денежные средства за не использованные посещения, при наличии справки, сумма использованных занятий рассчитывается по стоимости разового тарифа;

7. Денежные средства, оплаченные за услуги бассейна, в случае пропуска занятий по вине Заказчика без уважительной причины, не возвращаются;

8. Если Посетитель, включенный в спортивно-оздоровительную группу, пропускает больше 60% занятий, администрация вправе принять решение об отстранения его от дальнейших занятий;

9. При посещении бассейна передача абонеента или разового билета другому лицу запрещается. При передаче другому лицу абонеент аннулируется без возмещения денежных средств;

10. Абонеент является именным и по нему может пройти только один посетитель;

11. Использование абонеента, приобретённого на групповые занятия к тренеру, на свободное плавание не допускается;

12. При утере абонеента (пластиковой карты), администрация по заявлению клиента может его восстановить на неиспользованное количество посещений, при этом клиент должен оплатить стоимость утерянной пластиковой карты, согласно прейскуранту;

13. Если в день занятия клиент забыл абонеент, он обязан оплатить разовое занятие по стоимости, указанной в прейскуранте, либо посетить пропущенное занятие в другое время при наличии свободных мест на дорожках бассейна;

14. В случае утери абонеента, ключа от шкафчика, номерка от гардероба, клиент обязан обратиться к администратору и возместить нанесенный ущерб в соответствии с прейскурантом;

15. Занятия проводятся только в дни и часы, указанные в абонеенте или в разовом билете;

16. В случае желания взрослого посетить бассейн с ребенком до 14 лет, оплате подлежит стоимость посещения, как взрослого, так и ребенка.

Администрация бассейна имеет право:

1. Вносить изменения в текущее расписание занятий и осуществлять замену тренера. Расписание занятий и информация об изменениях в расписании размещаются на стойке администратора, на информационных досках бассейнов и на сайте Спортивной школы олимпийского резерва «Метеор» по адресу: www.meteor-bal.ru;

2. В случае подозрения на наличие у посетителя бассейна кожных и/или других инфекционных заболеваний медицинский бассейн работник вправе произвести дополнительный осмотр;

3. Медперсонал, дежурящий на чаше бассейна, имеет право не допустить посетителя к занятию плаванием, если в ходе медицинского осмотра посетителя будут обнаружены следующие противопоказания:

- Загрязненные кожные покровы;
- Кожного контагиозного заболевания грибковой и кокковой этиологии;
- Нездоровое физическое состояние, признаки недомогания;
- Конъюнктивита, повреждений на коже не выясненного происхождения (сыпи, волдыри, эрозии, воспаление кожи, нарывы);
- Наличие повязок или лейкопластырей после повреждения кожного покрова;
- Наличие признаков алкогольного и/или наркотического опьянения;
- Отсутствие шапочки для плавания или несоответствующий плавательный костюм.

4. Дежурный спасатель, тренер, инструктор по плаванию, имеют право не допустить посетителя, либо досрочно прекратить занятия, если посетитель:

- Не соблюдает Правила пользования бассейном;
- Опоздал более чем на 5 минут.

В случае возникновения такого инцидента, связанного с принудительным недопущением либо досрочным прекращением занятия, в личную карточку посетителя вносится замечание о недопустимом поведении. При повторном нарушении Правил абонемент посетителя аннулируется, и дальнейшие посещения им спортивного комплекса прекращаются.

Посетитель бассейна должен:

1. Приходить в бассейн за 15 минут до начала занятий;
2. Переобуться в холле спортивного комплекса в сменную обувь (на нескользящей подошве), а уличную обувь в герметичном пакете вместе с верхней одеждой сдать в гардероб;

3. Осуществлять посещение строго по времени: одно посещение подразумевает плавание в бассейне 45 минут и 15 минут – раздевание и одевание, гигиенические процедуры;

4. Для посещения занятий в бассейне необходимо при себе иметь: купальник или плавательные плавки, шапочку для плавания, плавательные очки (по желанию), сменную обувь (на нескользящей подошве), герметичный пакет для сдачи уличной обуви в гардероб, фен (по желанию), полотенце, мочалку, мыло;

5. Посетителям не рекомендуется заниматься плаванием ранее, чем через 2 часа после приема пищи;

6. Все Посетители должны соблюдать правила личной гигиены. Вымыться в душевой с мылом и мочалкой (без купальника или плавательных плавков) в течение не более 5 минут, выключить душ и пройти в чашу бассейна в установленное время;

7. Входить на занятие в помещение бассейна в купальнике, плавательных плавках, резиновых тапочках (сланцах) и плавательной шапочке;

8. Вход в воду и окончание занятий осуществлять исключительно по разрешению тренера или инструктора. В случае прекращения занятий до истечения 45 минут Посетитель бассейна должен поставить в известность об этом тренера или инструктора;

9. Входить в воду необходимо только по специальным лестницам спиной к воде;

10. Во время занятия плавать на дорожках, отведенных только для оздоровительного плавания, не заплывая на другие дорожки, когда на них идет тренировочный процесс спортсменов-пловцов. Придерживаться на дорожке правой стороны, обгонять других посетителей слева, отдыхать только в углах дорожки, не создавая помех друг другу. Посетителям бассейна, имеющим хорошие навыки плавания, следует занимать центральные дорожки, а слабо подготовленным – крайние дорожки;

11. Использовать спортивный инвентарь (доски для плавания, и др.) только с разрешения дежурного инструктора и под его контролем;

12. Во время занятия быть внимательным, не отвлекаться, не отвлекать других занимающихся, строго соблюдать и выполнять команды тренера, инструктора;

13. Не создавать угрозу жизни и здоровью других Посетителей бассейна;

14. После окончания занятия Посетитель бассейна должен вернуть в специально отведенное для этого место спортивный инвентарь и оборудование;

15. Посетитель бассейна после окончания занятия в течение 5 минут должен вымыться в душе, выключить душ, выжать купальную одежду, вытереться полотенцем и только после этого пройти в раздевалку;

16. Соблюдать чистоту в плавательном бассейне;

17. Сообщать тренеру (инструктору) о наличии хронических заболеваний, перенесенных травмах, беременности и плохом самочувствии;

18. Пользоваться только той дорожкой, которую указал тренер (инструктор);

19. Ребенка должен привести и забрать один и тот же родитель, или лицо, уполномоченное родителями, но не моложе 18 лет;

20. Через 15 минут после окончания занятий вернуть ключ от шкафчика для раздевания и силиконовые браслеты дежурному администратору и покинуть спортивный комплекс;

На территории плавательного бассейна запрещается:

1. Посещать занятия при наличии признаков заболеваний кожных покровов или повреждения кожи, а также при наличии любых медицинских повязок и лейкопластырей;

2. Входить в воду бассейна без предварительного принятия душа;

3. Проносить в душ и бассейн стеклянные, режущие, колющие и другие посторонние предметы, не связанные с проведением занятий по плаванию;

4. Проходить в раздевалки, душевые и помещения бассейна в верхней одежде и уличной обуви;

5. Бегать, толкаться, висеть на разделителях дорожек и стартовых тумбах, прыгать с бортиков, нырять в длину и глубину, погружаться в воду на задержанном дыхании, проныривать вдоль и поперек дорожек, нырять вниз головой, подавать ложные сигналы о помощи, хватать других Посетителей, топить их, сталкивать в воду;

6. Использовать для плавания акваланги, ласты, маски, трубки и т.п. Использование ласт разрешается только для пловцов в тренировочном процессе, с разрешения и под наблюдением тренера.

7. Входить в раздевалку, в душевую, в воду с жевательной резинкой;
8. Посещать бассейн с макияжем и в украшениях;
9. Пользоваться перед посещением бассейна кремами, мазями, маслами;
10. Пользоваться в душевых и раздевалках скрабами, тальками, бритвами, средствами эпиляции и т.п.;
11. Загрязнять любым способом воду бассейна, бросать посторонние предметы в бассейн;
12. Справлять естественные надобности в воду бассейна и в душевых;
13. Плавать женщинам в бассейне в период менструального цикла;
14. Оставлять без присмотра детей, допущенных к совместному плаванию с взрослыми;
15. Продолжать занятия плаванием при появлении признаков недомогания;
16. Пользоваться мобильным телефоном или другими техническими средствами во время занятия;
17. Отжимать купальные костюмы в помещениях раздевалок, холлах и коридорах;
18. Находиться более 15 минут после окончания сеанса в раздевалках бассейна;
19. Приносить в помещение чаши бассейна и в раздевалки продукты питания и/или напитки с последующим их употреблением;
20. Ходить по лоткам перелива воды и краям бассейна;
21. Плавать без шапочек на голове;
22. Плавать в одежде, не предназначенной для плавания (шорты, стринги, бриджи и т. п.);
23. Входить в воду без разрешения тренера или инструктора;
24. Нахождение на дорожке одновременно более 8 (восьми) человек запрещено. Исключение могут составлять дети до 14 лет, занимающиеся в группах по плаванию под руководством тренера.

Заключительные положения.

1. Данные Правила направлены на обеспечение безопасности посетителей. От соблюдения Правил зависит качество воды в плавательном бассейне, комфорт и здоровье занимающихся. Лица, нарушившие настоящие Правила, лишаются права

посещения занятий в плавательном бассейне без компенсации произведенных ими расходов.

2. Каждый взрослый посетитель бассейна, а также законный представитель несовершеннолетних лиц, посещающих бассейн, обязан ознакомиться с данными Правилами до приобретения абонеента, разового билета, или заключения договора со СШОР «Метеор» о посещении спортивно-оздоровительных групп или прохождения спортивной подготовки. Приобретение абонеента, разового билета, или заключение договора означает согласие с данными Правилами и обязательство их выполнять.

**ЛИЦА, НАРУШИВШИЕ НАСТОЯЩИЕ ПРАВИЛА,
ЛИШАЮТСЯ ПРАВА ПОСЕЩЕНИЯ «БАССЕЙНА»**

3. Изменения и дополнения в Правила посещения бассейна вносятся Приказом директора СШОР «Метеор» и размещаются на информационных стендах спортивных комплексов, а также на официальном сайте спортивной школы.

**Директор МБУ ФКиС
СШОР «Метеор»**



Николаев Е. М.



**ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ
универсальных спортивных залов СШОР «МЕТЕОР»**

1. ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

1.1. Приступать к занятиям в спортивном зале можно только после ознакомления с настоящими правилами;

1.2. К самостоятельным занятиям в спортивном зале допускаются лица, достигшие 14-летнего возраста;

1.3. Дети до 14 лет могут посещать спортивный зал с письменного разрешения родителей, составленного в Учреждении;

1.4. При первом посещении спортивного зала посетители должны представить в обязательном порядке справку от врача о состоянии здоровья с заключением об отсутствии противопоказаний для занятий в спортивном зале. Справки должны предоставляться в медицинский кабинет Учреждения для регистрации;

1.5. К занятиям в спортивном зале допускаются посетители только в спортивной форме и специальной обуви: форма должна быть без молний, пуговиц, выступающих деталей, жестких деталей; шнурки завязывать плотно, без длинных болтающихся концов, в карманах не хранить твердые и/или острые, колющие предметы, которые могут поранить;

1.6. Рекомендуется снять с себя предметы, представляющие опасность при занятиях в спортивном зале (часы, висючие серьги и т.п.);

1.7. Все упражнения в спортивном зале выполняются только под непосредственным наблюдением тренера, или инструктора спортивного зала. В отсутствие тренера или инструктора спортивного зала посетители в зал не допускаются;

1.8. Передвигаться по залу необходимо не торопясь, не заходя в рабочую зону других занимающихся. Запрещается бегать прыгать, либо отвлекать внимание занимающихся иными способами;

1.9. После выполнения упражнений занимающийся обязан убрать используемое им спортивное оборудование на специально отведенные места;

1.10. При наступлении плохого самочувствия во время занятий необходимо прекратить тренировку и сообщить об этом инструктору.

2. ПОСЕТИТЕЛЯМ СПОРТИВНОГО ЗАЛА ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

- 2.1. Входить в спортивный зал и использовать спортивный инвентарь без присутствия тренера или инструктора;
- 2.2. Приступать к занятиям в зале при незаживших травмах и общем недомогании;
- 2.3. Заниматься на неподготовленных для занятий местах, пользоваться неисправным оборудованием и инвентарем;
- 2.4. Выполнять сложные элементы без предварительного согласования с инструктором;
- 2.5. Самостоятельно регулировать систему кондиционирования и вентиляции зала, громкость трансляции и подбор музыкального сопровождения;
- 2.6. Использовать оборудование не по назначению;
- 2.7. Ставить на маты и ковры для художественной гимнастики оборудование (стулья, скамейки и т.д.), использование которого может привести к несчастному случаю или порче инвентаря;
- 2.8. Находиться в состоянии алкогольного, наркотического или токсического опьянения;
- 2.9. Приносить огнестрельное и холодное оружие, колюще-режущие предметы, предметы из стекла, взрывчатые, легковоспламеняющиеся, отравляющие и токсичные вещества, а также газовые баллончики;
- 2.10. Курить, принимать пищу и распивать спиртные напитки в спортивном зале;

3. ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ ТРАВМАТИЧЕСКИХ И НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЕВ В СПОРТИВНОМ ЗАЛЕ

- 3.1. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить тренеру или инструктору, который сообщает об этом администрации школы.
- 3.2. При неисправности спортивного инвентаря прекратить занятия и сообщить об этом тренеру;
- 3.3. При выполнении физических упражнений не рекомендуется задерживать дыхания. Дышать необходимо ровно и спокойно через нос.
- 3.4. Прежде, чем выполнить упражнение, требующее большой резкости или силы, необходимо проделать несколько подготовительных упражнений;
- 3.5. Во время занятий, спортивных тренировок, рекомендуется бинтовать суставы, ранее подвергавшиеся травмам. Серьезные ушибы суставов,

растяжения, разрывы связок и мышц при недостаточно серьезном лечении могут привести к инвалидности;

3.6. При выполнении упражнений необходимо быть сосредоточенным;

3.7. При появлении болей в мышцах или получении болезненных ударов рекомендуется применять самомассаж, или обратиться к медицинскому персоналу спортивного комплекса;

3.8. При сильном утомлении необходимо доложить об этом тренеру или инструктору универсального спортивного зала.

3.9. Не рекомендуется заниматься спортом непосредственно после приема пищи.



ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ ТРЕНАЖЕРНОГО ЗАЛА

1. Общие требования.

1.1. Настоящие Правила посещения тренажерного зала разработаны с целью создания безопасных и комфортных условий для занятий в тренажерном зале;

1.2. При посещении тренажерного зала необходимо ознакомиться и подтвердить факт ознакомления с настоящими Правилами (поставить подпись), пройти вводный инструктаж с инструктором тренажерного зала по правилам использования, и технике выполнения упражнений на тренажерах;

1.3. При посещении тренажерного зала посетитель лично гарантирует, что находится в физическом состоянии, которое позволяет ему заниматься физической культурой, и что физические нагрузки не нанесут вред его здоровью. Учреждение настоятельно рекомендует посетителям пройти медицинский осмотр перед началом посещения тренажерного зала;

1.4. Во избежание причинения вреда здоровью в тренажерный зал не допускаются дети младше 11 лет, дети с 11 до 14 лет допускаются исключительно вместе с родителями. Не допускается нахождение в тренажерном зале детей, без цели выполнения физических упражнений;

1.5. К самостоятельным занятиям в тренажерном зале допускаются дети, достигшие 14 лет при наличии письменного заявления от родителей;

1.6. Для посещения занятий в тренажерном зале необходимо иметь спортивную форму (спортивные брюки или шорты, футболку), чистую сменную спортивную обувь (кроссовки или кеды), личное полотенце;

1.7. Рекомендуется снять с себя предметы, представляющие опасность при занятиях в тренажерном зале (часы, висячие серьги и т.п.), убрать из карманов колющиеся и другие посторонние предметы;

1.8. Перед началом занятий на тренажере под руководством инструктора тренажерного зала проверить исправность и надежность установки и крепления тренажера;

1.9. Во избежание травматизма не разрешается использовать беговую дорожку босиком, в сланцах и иной не приспособленной для занятий обуви. В начале тренировки на беговой дорожке необходимо становиться на поставки по краям движущей ленты, установить минимальную скорость и начинать тренировку после того, как лента пришла в движение. Нельзя сходить с тренажера до полной остановки ленты;

1.10. Заниматься на тренажерах в одежде, имеющей длинные и свободно свисающие детали, запрещено. Шнурки на кроссовках или кедах должны быть надежно завязаны, с тем, чтобы они не попали на движущиеся части тренажеров;

1.11. Передвигаться по залу необходимо не торопясь, не заходя в рабочую зону других посетителей;

1.12. При выполнении упражнений со штангой необходимо использовать замки безопасности. Выполнение базовых упражнений (жим лёжа, приседания со штангой), а также упражнения с отягощениями или весами, близкими к максимальным для данного занимающегося необходимо производить при страховке со стороны инструктора тренажерного зала, либо опытного партнёра;

1.13. С отягощениями, штангами, гантелями следует обращаться предельно аккуратно. Все упражнения должны выполняться плавно без рывков. Запрещается брать блины, гантели, грифы штанги влажными или потными руками. Это может привести к выскальзыванию отягощения из рук и его падению;

1.14. При выполнении базовых упражнений (становая тяга, приседания и т.д.) необходимо пользоваться атлетическим поясом;

1.15. Упражнения со свободными весами необходимо выполнять на расстоянии не менее 1,5-2 метров от стекла и зеркал;

1.16. Не допускается перегрузка тренажерных устройств сверх нормы дополнительным навешиванием грузов;

1.17. Питьевую воду необходимо использовать только в пластиковой упаковке;

1.18. Не разрешается использовать во время занятий резко пахнущие парфюмерные и косметические препараты.

2. Посетитель обязан:

2.1. Соблюдать настоящие правила, а также выполнять все указания инструктора тренажерного зала;

2.2. Убирать за собой инвентарь (снимать блины со штанг, гантели ставить на гантельную стойку и т.д.);

2.3. Соблюдать правила личной гигиены.

3. Администрация имеет право

3.1. Администрация учреждения вправе отказать посетителю в обслуживании или удалить с территории тренажерного зала в любое время, без возврата денег в случае нарушения им общественного порядка или создания угрозы жизни, здоровью и отдыху других посетителей.

3.2. Администрация учреждения оставляет за собой право заменять заявленного в расписании инструктора.

3.3. Администрация вправе ограничить доступ посетителей в тренажерный зал, в случае превышения предельного количества посетителей, находящихся в тренажерном зале.

4. Правила пользования абонементом в тренажерный зал.

4.1. Пропуском в тренажерный зал является Абонемент или кассовый чек на оплату разового посещения занятий.

4.2. Клиент обязан оплатить Абонемент или разовое посещение занятий в соответствии с действующим Прейскурантом.

4.3. Абонемент выдается администратором после оплаты и предъявляется при каждом посещении тренажерного зала. На время тренировки Абонемент отдается администратору комплекса и посетителю выдается ключ от шкафчика раздевалки тренажерного зала.

4.4. Абонемент является персональным (именным).

4.5. В соответствии с видом Абонемента могут предоставляться следующие услуги:

- 4 занятия в тренажерном зале на срок 3 месяца;
- 8 занятий в тренажерном зале на срок 3 месяца;
- 12 занятий в тренажерном зале на срок 3 месяца;
- безлимитные посещения на неограниченное количество занятий в месяц;
- безлимитные посещения на неограниченное количество занятий в 3 месяца;
- безлимитные посещения на неограниченное количество занятий в 6 месяцев;
- безлимитные посещения на неограниченное количество занятий в 12 месяцев.

4.6. Оплата Абонементов принимается в наличной или безналичной форме в рублях согласно Прейскуранту.

4.7. В случае приобретения посещения по имеющим льготам, необходимо предъявить документ, подтверждающий наличие права на приобретение услуги по льготному тарифу.

4.8. Абонемент на 4, 8 и 12 занятий предоставляется сроком на 3 месяца. Безлимитный Абонемент на неограниченно количество занятий в месяц действует в течение месяца с даты, указанной на Абонемента.

4.9. Стоимость неиспользованных занятий не возмещается, за исключением пропущенных занятий по причине болезни, которые подтверждаются соответствующим документом. Безлимитный Абонемент на неограниченное количество занятий в месяц в этом случае продлевается на то количество календарных дней, которое Клиент отсутствовал по болезни.

4.10. Абонемент может быть продлен не более одного раза, на срок не более одного месяца.

4.11. Безлимитные Абонементы на неограниченное количество занятий в 3 месяца, 6 месяцев и 12 месяцев действуют в течение срока с указанной даты на Абонементе.

4.12. После истечения срока действия Абонемент не может быть использован, а неиспользованные посещения не компенсируются.

4.13. При утере Абонемент посетитель обязан оплатить стоимость нового Абонемент согласно действующим на момент оформления тарифам.

5. Прочие условия

5.1. Посетитель лично несет ответственность за неправильное пользование спортивным оборудованием и инвентарем, что может повлечь за собой получение травм и увечий, а также причинения вреда имуществу Учреждения.

5.2. Учреждение не несет ответственность в случаях:

- ухудшения здоровья посетителей, в результате острых и обострившихся хронических заболеваний, травм, имеющих у посетителя до начала занятий;
- нарушения правил пользования спортивным оборудованием;
- противоправных действий 3-х лиц.

5.3. Верхняя одежда и уличная обувь должна сдаваться в гардероб. Шкафчики в раздевалках используются для размещения одежды (кроме верхней) и других личных вещей (кроме ценных).

5.4. Администрация за сохранность документов и ценностей, оставленных в раздевалке тренажерного зала, ответственности не несет.

5.5. Инструктор тренажерного зала при отсутствии свободных мест в зале имеет право не допустить посетителей на тренировку. Инструктор обязан контролировать соблюдение посетителями настоящих Правил. Во время проведения массовых спортивных мероприятий, профилактических работ и тренировок организованных спортивных групп платные услуги могут не оказываться или быть ограничены.

5.6. Продолжительность занятий не более 90 минут.

5.7. Запрещается:

- проходить в раздевалки и помещения тренажерного зала в верхней одежде и уличной обуви;
- передвигать тренажеры, пользоваться спортивным оборудованием и инвентарем, находящимся в других залах;
- громко и агрессивно разговаривать, использовать ненормативную лексику;
- посещать тренажерный зал в состоянии алкогольного и наркотического опьянения;
- курить, принимать пищу в помещениях тренажерного зала;
- использовать моющие средства в стеклянной таре, во избежание порезов;

- заниматься с обнаженным торсом в целях недопущения конфликтов с посетителями, не приемлющими такую форму одежды;
- вносить в тренажерный зал жевательную резинку, продукты питания, и напитки, а также другие предметы, не относящиеся к занятиям;
- прикасаться к движущимся частям блочных устройств;
- ставить бутылки с водой на тренажеры, подключенные к электросети;
- самостоятельно регулировать громкость и подбор музыкального сопровождения.

ЛИЦА, НАРУШИВШИЕ ПРАВИЛА, ЛИШАЮТСЯ ПРАВА ПОСЕЩЕНИЯ

ТРЕНАЖЕРНОГО ЗАЛА



ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ залов спортивной борьбы СШОР «МЕТЕОР»

1. ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

- 1.1. Приступать к занятиям в зале борьбы можно только после ознакомления с настоящими правилами;
- 1.2. К самостоятельным занятиям в зале борьбы допускаются лица, достигшие 14-летнего возраста и имеющие соответствующую борцовскую подготовку;
- 1.3. Дети до 14 лет могут посещать зал борьбы с письменного разрешения родителей, составленного в Учреждении, и тренироваться только под руководством тренера, или инструктора по спорту;
- 1.4. При первом посещении зала борьбы посетители должны представить в обязательном порядке справку от врача о состоянии здоровья с заключением об отсутствии противопоказаний для занятий в спортивном зале. Справки должны предоставляться в медицинский кабинет Учреждения для регистрации;
- 1.5. К занятиям в зале борьбы допускаются посетители только в спортивной форме и специальной обуви для борьбы: форма должна быть специализированный для конкретного вида борьбы; шнурки на борцовской обуви должны быть завязаны плотно, без длинных болтающихся концов, в карманах формы (при их наличии) запрещается хранить твердые и/или острые, колющие предметы, которые могут поранить;
- 1.6. Выходить на тренировки можно только сняв с себя предметы, представляющие опасность при занятиях в спортивном зале (часы, висючие серьги, кольца, цепочки и т.п.);
- 1.7. Все упражнения в зале борьбы выполняются только под непосредственным наблюдением тренера, или инструктора по спорту. В отсутствие тренера или инструктора посетители в зал борьбы не допускаются;
- 1.8. Передвигаться по залу необходимо не торопясь, не заходя в рабочую зону других занимающихся. Запрещается бегать и прыгать, либо отвлекать внимание занимающихся иными способами;
- 1.9. После выполнения упражнений занимающийся обязан убрать используемые им спортивное оборудование на специально отведенные места;

1.10. При наступлении плохого самочувствия во время занятий или почувствовав боль от ушиба, растяжения и т.п. необходимо прекратить тренировку и сообщить об этом тренеру или инструктору.

2. ПОСЕТИТЕЛЯМ ЗАЛА БОРЬБЫ ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

2.1. Входить в спортивный зал и использовать спортивный инвентарь без разрешения и присутствия тренера или инструктора;

2.2. Приступать к занятиям в зале при незаживших травмах и общем недомогании;

2.3. Заниматься на неподготовленных для занятий местах, пользоваться неисправным оборудованием и инвентарем;

2.4. Выполнять сложные элементы без предварительного согласования с тренером или инструктором. Выполнять бросковые упражнения вблизи стен и выступающих конструкций зала, если они не закрыты специальными протекторами;

2.5. Самостоятельно регулировать систему кондиционирования и вентиляции зала, громкость трансляции и подбор музыкального сопровождения;

2.6. Использовать оборудование зала не по назначению;

2.7. Ставить на борцовские ковры и татами оборудование (стулья, скамьи, тренажеры и т.д.), использование которого может привести к несчастному случаю или к порче инвентаря;

2.8. Находиться в состоянии алкогольного, наркотического или токсического опьянения;

2.9. Приносить огнестрельное и холодное оружие, колюще-режущие предметы, предметы из стекла, взрывчатые, легковоспламеняющиеся, отравляющие и токсичные вещества, а также газовые баллончики;

2.10. Курить, принимать пищу и распивать спиртные напитки в зале борьбы, раздевалках и душевых;

3. ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ ТРАВМАТИЧЕСКИХ И НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЕВ В СПОРТИВНОМ ЗАЛЕ

3.1. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить тренеру или инструктору, который сообщает об этом администрации школы.

3.2. При неисправности спортивного инвентаря прекратить занятия и сообщить об этом тренеру;

3.3. При выполнении физических упражнений не рекомендуется задерживать дыхания. Дышать необходимо ровно и спокойно через нос.

3.4. Прежде, чем выполнить упражнение, требующее большой резкости или силы, необходимо проделать несколько подготовительных упражнений;

3.5. Во время борцовских спаррингов, занятий с утяжелениями, других видов тренировок, рекомендуется бинтовать эластичными бинтами суставы, ранее подвергавшиеся травмам. Серьезные ушибы суставов, растяжения, разрывы связок и мышц при недостаточно серьезном лечении могут привести к инвалидности;

3.6. При выполнении упражнений необходимо быть сосредоточенным;

3.7. При появлении болей в мышцах или получении болезненных ударов рекомендуется применять самомассаж, или обратиться к медицинскому персоналу спортивного комплекса;

3.8. При сильном утомлении необходимо доложить об этом тренеру или инструктору универсального спортивного зала.

3.9. Не рекомендуется приступать к тренировкам непосредственно после приема пищи.