

Правила поведения и техника безопасности
при посещении занятий

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. При проведении занятий в спортивных залах в спортивном комплексе, расположенном по адресу: г. Санкт-Петербург, ул. Бабушкина, д. 30 стр. 1 (далее – спортивный комплекс) посетители должны соблюдать настоящие Правила поведения и техники безопасности (далее – Правила). Правила являются едиными и обязательными для всех посетителей спортивных залов, направлены на обеспечение безопасного пребывания посетителей, определяют их права и устанавливают ряд запретов, не допускающих действий, которые могут причинить вред другим лицам.

1.2. В тексте настоящих Правил используются термины и определения в следующем значении:

Администрация – руководство СПб ГБУ «ЦФКСиЗ Невского района», которое осуществляет и координирует деятельность СПб ГБУ «ЦФКСиЗ Невского района».

Врач Центра спорта – медицинский специалист СПб ГБУ «ЦФКСиЗ Невского района», осуществляющий контроль за состоянием здоровья посетителей.

Групповое физкультурно-оздоровительное занятие – групповая тренировка в спортивном зале, направленная на развитие растяжки, выносливости, силы и координации, а также укрепление всех мышечных групп. На тренировке используются базовые и продвинутые упражнения.

График загрузки спортивного зала – расписание групповых физкультурно-оздоровительных занятий, проходящих в спортивном зале.

Неспортивное поведение — это враждебные действия или поведение, направленные на причинение морального, физического и иного ущерба человеку (споры, насмешки, оскорбление или физическое насилие по отношению к другим посетителям тренажёрного зала, Администрации и персоналу Центра спорта).

Спортивный зал – помещение, находящееся на втором этаже спортивного комплекса, специально оснащённое для проведения групповых, персональных физкультурно-оздоровительных и спортивных занятий.

Инструктор – специалист в области физической культуры и спорта, деятельность которого состоит в проведении групповых физкультурно-оздоровительных занятий, персональных занятий.

Центр спорта - СПб ГБУ «ЦФКСиЗ Невского района».

1.3. Каждый занимающийся для допуска к занятиям обязан предоставить медицинскую справку (медицинское заключение или выписка из медицинской документации медицинского учреждения, оказывающего медицинскую помощь посетителю). В случае отказа от предоставления посетителем медицинского заключения, или медицинской справки или выписки из медицинской документации медицинского учреждения, оказывающего медицинскую помощь посетителю на постоянной основе, содержащую рекомендации врача по возможным и допустимым физическим нагрузкам при занятии им физической культурой и спортом, Центр спорта вправе считать, что у посетителя отсутствуют соответствующие противопоказания к занятиям спортом и допуск к занятиям осуществляется без предоставления указанной информации о состоянии здоровья.

1.3.1. Администрация Центра спорта оставляет за врачом Центра спорта и инструктором право, при вероятности вреда здоровью посетителя безоговорочного снятия этого посетителя с занятий в тренажёрном зале на срок, необходимый для определения состояния здоровья посетителя.

1.4. Для прохода в спортивный зал необходимо снять верхнюю одежду, переодеться в спортивную форму и переобуться в сменную спортивную обувь. За ценные вещи, оставленные в раздевалке, Администрация ответственности не несет.

1.5. Каждый занимающийся обязан демонстрировать спортивное поведение:

1.5.1. Неспортивное поведение со стороны занимающегося может повлечь запрет посещения занятий без возврата оплаты стоимости абонемента.

1.6. Нарушителям требований Правил может быть отказано в посещении занятий.

1.7. За последствия, возникающие в результате нарушения настоящих Правил, Администрация ответственности не несет.

2. ПОРЯДОК ПОСЕЩЕНИЯ И ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ

2.1. Посетители допускаются к занятиям только после внесения абонентской платы, установленной Центром спорта за соответствующий отчетный период по выбранному посетителем виду физкультурно-оздоровительных занятий.

2.2. Приобретение абонемента, билета (договора) и в случае безналичной оплаты — списание денежных средств со счета посетителя автоматически подтверждает согласие посетителя с настоящими Правилами.

2.3. Занимающиеся обязаны посещать занятия в соответствующей виду спорта спортивной форме и обуви.

2.4. Занимающиеся обязаны соблюдать правила общей гигиены, воздерживаться от посещения занятий при наличии простудных или инфекционных заболеваний, открытых ран. Инструктор оставляет за собой право не допускать до занятий в случаях, когда это может быть опасно для здоровья других занимающихся.

2.5. Во время занятия нельзя громко разговаривать, отвлекать других; необходимо быть предельно внимательным и сосредоточенным.

2.6. При получении травмы занимающийся обязан немедленно поставить в известность инструктора тренажерного зала, администратора Центра спорта.

3. ПРИ ПОЛЬЗОВАНИИ СПОРТИВНЫМ ЗАЛОМ ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

3.1. Самостоятельно использовать аппаратуру спортивного зала, в т. ч. системы вентиляции, кондиционирования, телевизионные панели и пр.; изменять температурный режим, уровень освещения и громкость звукового сопровождения.

3.2. Самостоятельно пользоваться музыкальной и другой аппаратурой спортивного зала, в т. ч. включать и/или демонстрировать аудио-, видео- и иные произведения с применением любых носителей и/или оборудования в помещениях тренажерного зала. Администрация оставляет за собой исключительное право на выбор произведений, транслируемых в спортивном зале, а также порядок их трансляции.

3.3. Входить на территорию и в помещения, предназначенные для служебного пользования.

3.4. Осуществлять иные действия в ущерб правам и интересам других посетителей спортивного комплекса.

3.5. Пользоваться физкультурно-оздоровительными услугами при плохом самочувствии, в острый период заболевания, в т. ч. посетителям, являющимся носителями передающихся инфекционных заболеваний и/или в период обострения хронического заболевания.

3.6. Оставлять без присмотра детей в возрасте до 14 лет на территории спортивного комплекса, в т. ч. в раздевалках.

3.7. Продолжать занятия, тренировки или участие в физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятиях с использованием неисправного, поврежденного или сломанного оборудования, инвентаря.

3.8. Оставлять собственный инвентарь на хранение в спортивном комплексе без предварительной договоренности и письменного согласования с Администрацией.

3.9. Заниматься в помещениях спортивного комплекса, не предназначенных для организации и проведения физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятий.

3.10. Приносить пищу в тренировочные зоны, принимать пищу в местах, предназначенных для физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятий, в зонах отдыха и раздевалках спортивного комплекса;

3.11. Использовать стеклянную или иную бьющуюся посуду для напитков или приема пищи во всех зонах спортивного комплекса, за исключением помещений кафе (столовой).

3.12. Ставить стаканы и другие емкости с напитками на музыкальную аппаратуру, оборудование или не предназначенные для этого предметы мебели.

3.13. Использовать жевательную резинку во время занятий или участия в физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятиях.

3.14. Использовать ненормативную лексику, как при общении, так и в разговорах по телефону на территории спортивного комплекса, громко, неуважительно и/или агрессивно разговаривать, делать все, что может помешать окружающим.

3.15. Пользоваться мобильным телефоном во время участия в физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятиях в форме групповых занятий с инструктором.

3.16. Использовать парфюмерию, мази, гели и другие косметические изделия с резким запахом, а также средства, портящие или загрязняющие оборудование, помещения и интерьер спортивного комплекса (мед, грязевые маски, масла и т. п.).

3.17. Самостоятельно размещать на территории спортивного комплекса надписи, объявления, рекламные материалы, проводить опросы или осуществлять рекламную, маркетинговую, консультационную и иную деятельность, в т. ч. предпринимательскую;

3.18. Собирать и/или распространять любыми способами персональные данные, информацию о личной жизни посетителей и работников Центра спорта;

3.19. Приносить и пользоваться электробытовыми приборами.

3.20. Входить в спортивный зал в верхней одежде и без сменной спортивной обуви, предназначенной для занятий.

3.21. Носить цепочки, браслеты, серьги, кольца, всё, что может зацепиться и привести к травме.

3.22. Заниматься с открытой верхней частью тела (без одежды) и без обуви, предназначенной для тренировки в спортивном зале.

3.23. Развешивать и оставлять на спортивных снарядах свою одежду.

3.24. Использовать спортивные снаряды и иное оборудование зала не в соответствии с его назначением и инструкцией по применению.

3.25. Резко открывать двери и виснуть на них, включать и выключать свет в раздевалках и душевых; вставлять в электророзетки посторонние предметы.

3.26. Осуществлять фото и видеосъемку без специального разрешения Администрации. За травмы и несчастные случаи, связанные с нарушением настоящих Правил, Администрация ответственности не несет. Администрация оставляет за собой право удалять нарушителей настоящих Правил из помещений без возврата стоимости внесенной абонентской платы.

3.27. При наличии на теле занимающихся татуировок или иных рисунков, запрещенных в России (например, содержащих свастику, ненормативную лексику, в т. ч. на иностранном языке), такие рисунки должны быть закрыты одеждой в течение всего времени пребывания в спортивном зале включая душевые.

4. ОСОБЕННОСТИ ОКАЗАНИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ УСЛУГ ДЛЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ.

4.1. Дети и подростки могут посещать спортивный комплекс исключительно на условиях заключенного договора. Родители или уполномоченные лица несут персональную ответственность за детей на территории спортивного комплекса и не должны оставлять детей на территории без присмотра, за исключением нахождения ребенка на групповых занятиях согласно расписанию и на персональных занятиях с инструктором Центра спорта.

4.2. За детей и подростков, находящихся на территории спортивного комплекса без присмотра родителей и сопровождающих лиц, Администрация ответственности не несет.

4.3. Дети и подростки, находясь на территории спортивного комплекса, должны соблюдать общие установленные правила поведения и техники безопасности. Родители или уполномоченные лица должны своевременно привести ребенка на занятие, а также вовремя забрать его по окончании занятия.

4.4. Детские групповые занятия проводятся по расписанию. В расписание включаются физкультурные и спортивно-оздоровительные мероприятия с учетом возрастных особенностей детей и подростков.

4.5. Администрация оставляет за собой право на внесение изменений в расписание с учетом сезонности, рейтинга мероприятий и пожеланий посетителей.

4.6. Занятия для детей и подростков могут проводиться в залах, предназначенных для групповых занятий, в тренажерном зале (с учетом ограничений по возрасту).

4.7. Дети младше 14 лет могут посещать спортивный комплекс только в сопровождении родителей или доверенных лиц не младше 18 лет, имя и фамилию доверенного лица семьи необходимо указывать при оформлении карты посетителя. В случае замены доверенного лица необходимо заблаговременно письменно предупредить об этом Администрацию и сообщить имя и фамилию нового доверенного лица.

4.8. Подростки от 14 лет могут посещать спортивный комплекс самостоятельно при наличии письменного заявления от родителей.

4.9. Не рекомендуется посещение спортивного комплекса детьми в случаях, когда у ребенка:

- насморк, кашель, болит горло, повышенная температура;
- имеются признаки диареи (тошнота, кишечная дискинезия);
- признаки инфекционного заболевания, сыпь;
- имеются повреждения кожных покровов и слизистых

5. ОСОБЕННОСТИ ОКАЗАНИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ УСЛУГ ПО ФИГУРНОМУ КАТАНИЮ

5.1. Посещение физкультурно-оздоровительных занятий по фигурному катанию разрешается в экипировке – спортивный костюм фигуриста для занятий (или куртка, теплые лосины для девочек; куртка и теплые спортивные брюки для мальчиков), наушники или шапочка, перчатки, коньки с чехлами.

5.2. Во время нахождения на территории объектов Центра в помещениях, не предназначенных для проведения физкультурно-оздоровительных занятий (холл, внутренние помещения, коридоры, раздевалки и пр.) запрещается перемещаться по территории объектов Центра в коньках без чехлов, а также перемещаться в коньках вне резинового покрытия;

5.3. Занимающиеся обязаны

5.3.1. не портить ледовое покрытие и покрытие спортивного зала;

5.3.2. не выходить на ледовое поле во время заливки льда;

5.3.3. не выходить на ледовое поле и в спортивный зал до назначенного времени занятий и команды инструктора по спорту, тренера;

5.3.4. не выходить на ледовое поле и в спортивный зал без специальной обуви;

5.4. Занимающимся запрещено снимать экипировку во время занятий.