

ПРАВИЛА ПОЛЬЗОВАНИЯ ФИТНЕС ЗАЛОМ



ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ:

1. К занятиям в фитнес зале допускаются посетители только в сменной чистой спортивной одежде и обуви.
2. Максимальная вместимость – 5 человек.
3. Время и стоимость занятий в фитнес зале регламентируется в соответствии с общими правилами посещения.
4. При оплате проживания или услуг фитнес зала Вы принимаете Правила и условия посещения и несете полную ответственность за их исполнение.
5. Дети младше 12 лет к посещению фитнес зала не допускаются.
6. Дети с 12 до 18 лет имеют право посещать фитнес зал только в сопровождении законных представителей. Несовершеннолетним (в возрасте до 16 лет) заниматься на тренажерах и (или) со спортивными снарядами (даже под контролем совершеннолетних) строго **ЗАПРЕЩЕНО!**
7. Не рекомендуется посещение фитнес зала беременным женщинам.
8. Запрещается передвигать тренажеры, за исключением лавок.
9. До начала тренировки Администратор имеет право:
 - проводить оценку общего физического состояния посетителя;
 - выяснять у посетителя наличие заболеваний, травм и противопоказаний к определенным видам занятий и силовых нагрузок, после чего принимать решение о целесообразности проведения занятий.

ВСЕ ПОСЕТИТЕЛИ ФИТНЕС ЗАЛА ОБЯЗАНЫ:

- для обеспечения собственной безопасности ознакомиться с Правилами посещения фитнес зала;
- подчиняться обоснованным требованиям Администратора;
- сдать на хранение ценные вещи Администратору;
- в целях предупреждения травматизма начинать занятия с обязательной общей разминки;
- исключить прием пищи непосредственно перед и во время тренировки;
- строго соблюдать меры безопасности во время занятий на тренажерах/ силовых установках;
- использовать спортивное и иное оборудование фитнес зала в соответствии с его назначением;
- пользоваться только исправными тренажерами и оборудованием;
- в случае обнаружения неисправности спортивного оборудования в зале, незамедлительно сообщить об этом Администратору;
- при возникновении вопросов по работе и настройке тренажеров – обратиться к Администратору;
- не занимать тренажер во время пауз между подходами;
- если тренажер занят, получить у занимающегося на тренажере разрешение тренироваться вторым номером;
- быть вежливым, не отказывать другим в просьбе заниматься с Вами на тренажере или снаряде вторым номером;
- соблюдать дистанцию безопасности от ближайшего занимающегося, не заходить в рабочую зону других занимающихся;
- быть постоянно внимательным, не допускать движений и действий, которые могут быть травмоопасными для окружающих;
- не отвлекать других во время выполнения упражнения;
- отключить или поставить на беззвучный режим свой мобильный телефон;
- при прослушивании музыки во время тренировки пользоваться личными наушниками;
- бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию;
- соблюдать чистоту и порядок в зале;
- соблюдать правила личной гигиены, используя персональное полотенце;
- после тренировки привести в порядок место занятий, собрать и уложить на свои места спортивный инвентарь;

ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

- посещать фитнес зал без сменной спортивной обуви и одежды;
- посещать фитнес зал в состоянии алкогольного или наркотического опьянения;
- курить (в том числе сигареты, сигары, электронные сигареты, «вэйпы» и др.);
- приступать к занятиям с жевательной резинкой;
- выносить материальные ценности комплекса - инвентарь, детали оборудования и прочее за пределы фитнес зала;
- заниматься в тренажерном зале при наличии противопоказаний к этому, при травмах и общем недомогании (посетитель несет личную ответственность за свое здоровье и за последствия нарушения данных Правил).

В СЛУЧАЕ КАКИХ-ЛИБО ВОПРОСОВ, ПРОИСШЕСТВИЙ ИЛИ ПОЛОМОК, ПОЖАЛУЙСТА, СООБЩИТЕ НАМ, ПОЗВОНИВ ПО НОМЕРУ + 7 (4012) 47-52-52. СОТРУДНИКИ РЕЦЕПЦИИ ПОМОГУТ ВАМ В БЛИЖАЙШЕЕ ВРЕМЯ.

Администрация будет благодарна за замечания и дополнения к Правилам и постарается учесть Ваши пожелания.

ПОСЕТИТЕЛИ ФИТНЕС ЗАЛА НЕСУТ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ*

- за утерю материальных ценностей;
- за повреждение материальных ценностей;
- за уничтожение материальных ценностей.

*в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации.

АДМИНИСТРАЦИЯ НЕ НЕСЕТ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ

- за причиненный вред здоровью и жизни посетителя, полученный при несоблюдении правил посещения фитнес зала;
- за утерянные или оставленные без присмотра вещи;
- за несданные на хранение документы, деньги и ценные вещи.

При нарушении Правил посещения фитнес зала Администрация отеля оставляет за собой право отказать в дальнейшем посещении без компенсации за неиспользованное время.