

REGULAMIN KORZYSTANIA Z SIŁOWNI

KORZYSTANIE Z SIŁOWNI JEST RÓWNOZNACZNE Z AKCEPTACJĄ NINIEJSZEGO REGULAMINU

1. Siłownia nie jest powszechnie dostępna, przeznaczona jest do korzystania wyłącznie dla Gości Ośrodka. Obsługa Ośrodka uprawniona jest do wyproszenia z Siłowni osób nie będących jego Gośćmi oraz obciążenia tych osób opłatą 50 PLN za nieuprawnione korzystanie z Siłowni.
2. Siłownia czynna jest codziennie: poniedziałek - niedziela w godz. 8.00 - 22.00.
3. Osoby korzystają z Siłowni na własne ryzyko i odpowiedzialność i równocześnie oświadczają, że nie mają przeciwwskazań zdrowotnych do wykonywania ćwiczeń. Osoby z problemami zdrowotnymi przed przystąpieniem do ćwiczeń powinny skonsultować się z lekarzem.
4. Z Siłowni mogą korzystać wyłącznie osoby pełnoletnie.
5. Osoby poniżej 18 roku życia korzystają z siłowni za wiedzą i w obecności opiekuna, na jego ryzyko i odpowiedzialność.
6. W pomieszczeniach siłowni mogą przebywać tylko osoby ćwiczące. Dopuszczalna liczba osób indywidualnych przebywających jednocześnie w Siłowni nie może przekraczać 6 osób.
7. Osoby korzystające z siłowni zobowiązane są do:
 - zapoznania się z niniejszym Regulaminem i przestrzegania jego postanowień;
 - korzystania z właściwego obuwia sportowego, czystego, nie pozostawiającego podczas użytkowania sali zabrudzeń, zarysowań itp.
 - korzystania ze stroju sportowego oraz obowiązkowo suchego, czystego ręcznika;
 - przestrzegania zasad bezpieczeństwa przy korzystaniu z przyrządów sportowych znajdujących się na wyposażeniu Siłowni;
 - przestrzegania przepisów bhp, ppoż i porządkowych;
 - utrzymania czystości i porządku na terenie Siłowni i pomieszczeń sanitarnych;
 - podporządkowania się poleceniom pracowników odpowiedzialnych za funkcjonowanie Ośrodka;
8. Przed rozpoczęciem ćwiczeń należy sprawdzić stan urządzenia, a wszelkie usterki, uszkodzenia sprzętu i przyrządów należy zgłaszać Pracownikom Ośrodka. Zabrania się wykonywania ćwiczeń na przyrządach uszkodzonych lub niesprawnych.
9. Przed przystąpieniem do ćwiczeń zalecane jest wykonanie rozgrzewki w celu uniknięcia kontuzji.

10. Osoby korzystające z siłowni, które w czasie ćwiczeń lub pobytu na siłowni źle się poczują zobowiązane są do natychmiastowego przerwania ćwiczenia i powiadomienia obsługi Ośrodka.
11. Ćwiczący zobowiązani są wykonywać ćwiczenia bezpiecznie tzn. ćwiczyć z takimi obciążeniami, nad którymi są w stanie sami zapanować. Ćwiczenia z większym obciążeniem należy wykonywać przy asekuracji drugiej osoby.
12. Wszystkie urządzenia siłowni oraz sprzęt do ćwiczeń mogą być wykorzystywane tylko zgodnie z ich przeznaczeniem. Niewskazane jest zajmowanie stanowisk do ćwiczeń podczas odpoczynku.
13. Po zakończeniu ćwiczeń należy uporządkować sprzęt i stanowisko oraz zdezynfekować sprzęt dostępnymi w Siłowni środkami.
14. Na terenie Siłowni i w pomieszczeniach sanitarnych zabrania się:
 - palenia papierosów, picia alkoholu, stosowania środków odurzających;
 - wnoszenia i używania opakowań i innych przedmiotów ze szkła;
 - wnoszenia i używania sprzętu nie będącego sprzętem sportowym;
 - wnoszenia wszelkiego rodzaju niebezpiecznych przedmiotów, materiałów grożących pożarem, wyrobów pirotechnicznych;
 - wprowadzania zwierząt;
 - korzystania z urządzeń i wyposażenia siłowni w sposób zagrażający bezpieczeństwu;
15. Za zniszczenia i szkody, wypadki oraz inne zdarzenia powstałe w czasie korzystania z Siłowni odpowiedzialność (w tym materialną) ponoszą osoby z niej korzystające.
16. Za zniszczenia i szkody wyrządzone przez osoby niepełnoletnie odpowiadają Rodzice lub Opiekunowie.
17. Ośrodek nie ponosi odpowiedzialności za kontuzje i urazy powstałe w wyniku niewłaściwego korzystania z urządzeń Siłowni oraz nieprzestrzegania niniejszego Regulaminu i zasad bezpieczeństwa.
18. Ośrodek nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy pozostawione na siłowni.
19. Obsługa ma prawo przerwać ćwiczenia i nakazać opuszczenie Siłowni przez osoby łamiące postanowienia niniejszego Regulaminu oraz osoby co do których powźmie uzasadnione podejrzenie, że będą naruszać niniejszy Regulamin lub przepisy prawa.