



Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«Спортивная школа олимпийского резерва
«Олимп» имени полного кавалера ордена Славы
Алдошина Павла Петровича»
(МБУ ДО СШОР «Олимп»)

УТВЕРЖДЕНЫ
Приказом МБУ ДО СШОР «ОЛИМП»
от 30.01.2026 № 01-05/15 од

П Р А В И Л А

30.01.2026 № 2

г. Зеленогорск

Посещения тренажёрного зала МБУ ДО СШОР «Олимп»

Настоящие Правила регулируют процедуру посещения **тренажёрного зала** посетителями.

1. Посетитель обязан соблюдать настоящие правила и выполнять обоснованные требования персонала тренажёрного зала МБУ ДО СШОР «Олимп» расположенного по адресу улица Манежная д.5 далее -тренажёрный зал.
2. При приобретении абонементов или оплаты разового посещения, а также посещения по договору тренажёрного зала посетитель:
 - подтверждает, что внимательно изучил и полностью понимает содержание правил посещения тренажёрного зала;
 - выражает безоговорочное согласие с данными правилами;
 - принимает на себя ответственность за соблюдение всех предусмотренных правил и требований. (сопровождающих лиц детей в возрасте 7-14 лет).
3. Количество посетителей, разово находящихся в помещении тренажерного зала составляет не более 20 человек.
4. Посетитель, при проходе в раздевальное помещение, должен предъявить администратору абонемент или кассовый чек, для детей в возрасте 14-18 лет расписку от законных представителей.
5. Посетитель тренажёрного зала не вправе передавать свой абонемент иным лицам.
6. Абонемент действителен в течение 3-х месяцев с момента приобретения.
7. Пропущенные не по вине администрации занятия по абонементу без уважительной причины (такие как болезнь, служебная командировка и т.п.), возмещению, продлению или переносу на следующий месяц не подлежат.
8. Утерянный или испорченный по вине посетителя абонемент или кассовый чек восстановлению или замене не подлежит.

9. **РЕКОМЕНДУЕТСЯ** перед посещением тренажёрного зала обследоваться у врача для подтверждения отсутствия противопоказаний к занятиям.
10. **ПОСЕТИТЕЛЬ НЕСЁТ ПЕРСОНАЛЬНУЮ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ** за посещение тренажёрного зала при наличии хронических заболеваний, которые могут обостриться при выполнении физических нагрузках.
11. **ПОСЕТИТЕЛЬ** имеет право получить индивидуальный инструктаж у инструктора о правилах посещения и пользованием спортивным инвентарём находящемся в тренажёрном зале.
12. Посетитель обязан являться на занятие (сеанс) в дни и часы, указанные в расписании работы тренажёрного зала.
13. Допуск в раздевалки начинается за 10 минут до начала занятия (сеанса) и прекращается через 10 минут после его начала.
14. Верхнюю одежду и уличную обувь необходимо сдать в гардероб (обувь должна быть в пакете).
15. Проходить в раздевальное помещение разрешается только в сменной обуви.
16. Посетитель должен иметь при себе спортивную обувь, спортивную форму одежды, исключить в спортивной форме свисающих деталей одежды (капюшоны, шнурки и.т.д.)
17. Занятия (сеанса) в тренажёрном зале осуществляются исключительно по разрешению инструктора/тренера по его команде (свистку).
18. При поломке или порче тренажера, инвентаря, оборудования во время выполнения упражнения или при обнаружении поломки или порчи до начала выполнения упражнения посетителю необходимо прекратить тренировку/занятие не приступать к его выполнению и сообщить об обнаружившейся неисправности тренеру/инструктору. Продолжение тренировки/занятия возможно только после устранения неисправности.
19. В случае возникновения каких-либо вопросов, неуверенности, сомнений в правильности совершаемых действий при выполнении упражнений посетитель обязан обратиться за разъяснением к тренеру/инструктору и продолжить тренировку/занятие исключительно после наступления полной ясности в вопросах, которые вызывали сомнения.
20. После прекращения занятий с инвентарём убрать спортивный инвентарь, снаряжение, инвентарь в отведенное для хранения место.
21. Обо всех обнаруженных неисправностях, дефектах незамедлительно сообщить тренеру/инструктору тренажерного зала.
22. Посетитель обязан следовать всем указаниям персонала. **Персонал имеет право попросить посетителя покинуть тренажерный зал или другие зоны в случае нарушения правил.**

ВОЗРАСТНЫЕ ОГРАНИЧЕНИЯ:

1. Детям до 7 лет посещение Тренажёрного зала запрещено.
2. Дети с 7 до 14 лет могут посещать тренажёрный зал только с сопровождающими лицами, которую несут персональную ответственность за их безопасность, а также за ущерб, причиненный ими.
3. С 14-18 лет дети могут посещать тренажёрный зал без сопровождающих лиц, соблюдая все требования данных правил, а также имеющие при себе документ удостоверяющий личность и расписку от законных представителей разрешающую посещение сеансов самостоятельно. (Приложение 1)

ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

1. Приносить в помещение Тренажерного зала, напитки (за исключением воды) с последующим их употреблением.
2. Приносить и впоследствии употреблять продукты питания.
3. Входить на территорию, предназначенную для служебного пользования, за исключением случаев, когда на это имеется специальное разрешение Администрации Учреждения.
4. Пользоваться стеклянной тарой и другими стеклянными принадлежностями.
5. Свободное посещение Тренажерного зала детей в возрасте с 7 (семи) до 14 (четырнадцати) лет.
6. Курить в помещениях, в том числе административных, Тренажерного зала.
7. Громко кричать, подавать ложные сигналы о помощи.
8. Использовать ненормативную лексику.
9. При использовании дезодорантов/антиперспирантов в виде спрея/аэрозоля допускать возможность попадания от них испарений на слизистые других посетителей.
10. Передвигать тренажеры, оборудование с закрепленного места.
11. Использовать тальк, мел и другие средства для улучшения хвата.
12. Использовать оборудование, инвентарь, снаряжение, тренажеры не по назначению.
13. Использовать обувь, не предназначенную для занятия спортом.
14. Выполнять упражнения с жевательной резинкой во рту.
15. Во время тренировок/занятий пользоваться сотовыми телефонами, наушниками и другими гаджетами.

- 16.Посещать тренажерный зал во время заболевания, в период обострения хронический заболеваний и проявления болезни в острой (активной, заразной) фазе.

ТРЕБОВАНИЯ МЕДИЦИНСКОГО КОНТРОЛЯ:

1. При посещении тренажёрного зала рекомендуется проконсультироваться с врачом.
2. **В случае ухудшения здоровья необходимо обратиться к медицинскому персоналу или инструктору/тренеру.**

ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ:

- Посещать тренажёрный зал необходимо только при хорошем самочувствии!
- Во время занятий не рекомендуется носить ювелирные украшения.
- При посещении тренажёрного зала не оставляйте личные вещи и одежду без присмотра.
- За утерянные или оставленные без присмотра вещи независимо от их ценности администрация ответственности не несет.
- В случае утери или умышленной порчи имущества МБУ ДО СШОР «Олимп» виновные несут ответственность в соответствии с законодательством Российской Федерации.
- МБУ ДО СШОР «Олимп» не несет ответственности за травмы и повреждения, возникшие вследствие несоблюдения настоящих правил посещения тренажерного зала.
- Лица нарушившие правила посещения, отстраняются от занятий, тренировок и других мероприятий и удаляются из здания МБУ ДО СШОР «Олимп» администрацией или сотрудниками охраны. Стоимость посещения при этом не компенсируется.

Администрация плавательного бассейна «Волна» оставляет за собой право вносить любые поправки дополнения в нас