Утверждено приказом директора
МАУ «Городской спортивно-
культурный комплекс» г. Пермь
от 09.03.2018 № 06-09

Правила посещения спортивного комплекса «Рекорд».

Общие положения.

Правила посещения спортивного комплекса «Рекорд» (далее по тексту – Правила) разработаны в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации.

1.1.Цель Правил:

- установить четкие и заслуживающие доверия отношения, не противоречащие законам и иным правовым актам Российской Федерации и не нарушающие права и охраняемые законом интересы лиц посещающих спортивного комплекса «Рекорд» (далее по тексту – СК «Рекорд»);

- создать необходимые правовые условия для достижения оптимального согласования интересов СК «Рекорд» и лиц его посещающих.

1.2. Правила определяют основы и порядок посещения СК «Рекорд», устанавливают права, обязанности и запреты, выполнение которых обязательно для всех: посетителей, гостей, сопровождающих лиц, участников соревнований (других мероприятий) проводимых в СК «Рекорд».

1.3. Правила являются неотъемлемым приложением к договорам (в том числе заключенным путем совершения активных конклюдентных действий) заключаемыми с физическими и юридическими лицами, а также группами лиц (далее – Посетители).

1.4.Посетители обязаны ознакомиться с настоящими Правилами до пользования услугами, предоставляемыми СК «Рекорд».

1.5.Оплатив услугу, Посетитель дает согласие на соблюдение Правил посещения СК «Рекорд» и несет ответственность за их нарушение в соответствии с действующим законодательством РФ и положениями настоящих Правил.

1.6. Правила посещения СК «Рекорд» размещены на информационных стендах на главной рецепции СК «Рекорд».

1.7. Перечень и стоимость услуг СК «Рекорд» определена Тарифами, действующими на момент оказания услуги. Стоимость услуг в период проведения специальных акций ограничена временем проведения акции. Тарифы размещены на информационных стендах главной рецепции СК «Рекорд».

1.8. Пользование услугами СК «Рекорд» возможно только после их оплаты.

Оплата услуг производится:

1) посредством внесения наличных денежных средств в кассу СК «Рекорд»;

2) онлайн оплатой и т.д.

В случае, если услуги приобретаются юридическими лицами, оплата производится в безналичном порядке, путем перечисления денежных средств на расчетный счет СК «Рекорд».

1.9. В случае заключения договора юридическим лицом, действующим в интересах физических лиц (работников и т.д.), посетителями СК «Рекорд», имеющими права и несущими обязанности при посещении СК «Рекорд», являются физические лица, в интересах которых заключался договор. При этом все расчёты по оплате услуг и возврату денежных средств производятся с юридическим лицом - стороной по договору (если иное не предусмотрено договором).

1.10. Для получения услуг СК «Рекорд» посетителями приобретаются:

- разовые посещения;

- абонементы («именные» и «на предъявителя»);

- подарочные карты.

«Именные» абонементы оформляются на конкретное физическое лицо. Все абонементы активируются с момента покупки.

1.11. Разовые посещения, абонементы приобретаются дееспособными физическими лицами или их законными представителями (в случае, если абонемент на посещение СК «Рекорд» приобретается для несовершеннолетнего).

1.12. Владельцем абонемента «на предъявителя»/подарочной карты считается любое лицо его предъявившее. Утерянные абонементы/подарочные карты восстанавливаются при предъявлении кассового чека, подтверждающего приобретение утерянного абонемента/подарочной карты. Восстановление производится в пределах срока действия утерянного абонемента/подарочной карты.

1.13. Именные абонементы не передаются третьим лицам. Посетители несут ответственность за их сохранность.

1.14. Утерянные именные абонементы восстанавливаются с учётом оставшегося времени оказания услуг.

1.15. Все виды абонементов имеют временное ограничение и действуют в пределах указанного в них срока.

1.16. Пользование услугами СК «Рекорд» допускается только в часы его работы.

Время работы СК «Рекорд»:

Рабочие, выходные и праздничные дни – с 06.30 час. до 22.00 час.;

Прекращение входа Посетителей в СК «Рекорд» и работы главной рецепции – 20 час 30 минут.

Технологический перерыв ежедневно с 12.00 час. до 12.30 час.

Прекращение входа Посетителей в СК «Рекорд» и работы главной рецепции перед технологическим перерывом – 10 час 30 минут.

Прекращение работы бассейнов, комплекса саун, гидромассажных аттракционов в малом бассейне – 21 часа 30 минут.

Посетители обязаны покинуть территорию не позднее 21 часов 45 минут, вне зависимости от продолжительности времени посещения по приобретенному тарифу.

1.17. Длительность пребывания Посетителей в тарифицируемой (платной) зоне, включая переодевание и принятие душа, зависит от приобретенного тарифа.

1.18. При приобретении услуги посещение бассейна в режиме «свободного плавания» предоставляются основная услуга (посещение бассейна) и при условии технической возможности дополнительные (посещение гидромассажной зоны, зоны саун и др). Продолжительность сеанса свободного плавания составляет – 1 час 15 минут и включает в себя время нахождения в раздевалках и душевых. Услуга считается оказанной при работе минимум одного бассейна. Все дополнительные услуги могут быть отменены в виду проведения мероприятий, либо технических работ, что не считается ограничением в предоставлении услуги.

1.19. Администрация СК «Рекорд» оставляет за собой право объявлять в течение года нерабочие праздничные и санитарные дни. Информация о прекращении работы, изменения в расписании работы СК «Рекорд», заблаговременно размещается на информационных стендах на главной рецепции.

1.20. СК «Рекорд» в случае возникновения аварийных ситуаций, вызванных обстоятельствами, за которые СК «Рекорд» не отвечает, а также ситуаций, вызванных действиями коммунальных служб по проведению сезонных, профилактических и аварийных работ, если эти ситуации препятствуют качественному оказанию услуг, вправе в одностороннем порядке приостановить оказание услуг до прекращения действия указанных обстоятельств (ситуаций).

О приостановлении оказания услуг СК «Рекорд» в течение 3 календарных дней со дня наступления обстоятельств (возникновения ситуаций) извещает Посетителей СК «Рекорд» в порядке, установленном пунктом 1.20 настоящих Правил.

1.21. В случае принятия Администрацией СК «Рекорд» решения о реконструкции (ремонте) здания СК «Рекорд», отдельных его частей (помещений), которые препятствуют пользованию услугами СК «Рекорд», последний обязан заблаговременно известить об этом Посетителей СК «Рекорд» и решить с ними вопрос о расторжении договора и проведении взаиморасчётов с учётом стоимости уже оказанных Посетителям СК «Рекорд» услуг.

1.22. Посетители СК «Рекорд» обязаны соблюдать и поддерживать общественный порядок и общепринятые нормы поведения, вести себя уважительно по отношению к другим Посетителям, обслуживающему персоналу, не допускать действий, создающих опасность для окружающих.

1.23. Если вольные или невольные действия (поведение) Посетителя создают угрозу для его собственной жизни и/или здоровья, а также для здоровья и/или жизни окружающих, или противоречат общепринятым нормам морали и этики, сотрудники СК «Рекорд» вправе применить меры к указанным лицам в виде отстранения от посещения занятий (пребывания в СК «Рекорд»), вывода за пределы СК «Рекорд» или вызова сотрудников правоохранительных органов.

1.24. Проход в тарифицируемую (платную) зону разрешается только в чистой сменной обуви. Посетители обязаны пользоваться услугами гардероба для сдачи верхней одежды и уличной обуви.

1.25. Для переодевания Посетителей СК «Рекорд» предоставляет общие раздевалки.

1.26. При посещении СК «Рекорд» Посетители должны внимательно относится к личным вещам, не оставлять их без присмотра, не доверять их другим лицам.

1.27. Для хранения личных вещей Посетители используют индивидуальные шкафы.

1.28. За утерянные или оставленные без присмотра вещи, в том числе после ухода Посетителя из СК «Рекорд», администрация СК «Рекорд» ответственности не несет.

1.29. Занятия проводятся в дни и часы, указанные в абонементе. Превышение Посетителем лимита оплаченного времени оплачивается дополнительно. Оплата дополнительно использованного времени производится в соответствии с Тарифами на услуги СК «Рекорд» на выходе из тарифицируемой зоны.

1.30. СК «Рекорд» обеспечивает рабочее состояние спортивного, сантехнического и иного оборудования, которое подвергается ежедневной дезинфекционной обработке в соответствии с требованиями санитарных норм и правил.

1.31. Прием пищи на территории СК «Рекорд» осуществляется в специально предназначенных для этого местах.

1.32. В случае возникновения чрезвычайных ситуаций в СК «Рекорд» Посетители обязаны покинуть здание СК «Рекорд», следуя световым указателям «ВЫХОД», сохраняя спокойствие, не создавая паники.

1.33. Все Посетители при пользовании услугами СК «Рекорд» несут личную ответственность за соблюдение правил безопасности и соблюдение настоящих Правил. Родители несут ответственность за соблюдение данных Правил детьми.

1.34. Администрация СК «Рекорд» в праве без согласия Посетителей производить видео и фотосъёмку Посетителей на публичных мероприятиях, проходящих на территории СК «Рекорд» (соревнования, праздники и т.д.), с последующим размещением в рекламных материалах, при условии, что изображение Посетителей на фотографиях и видеоматериалах не является основным объектом использования.

2. Посетителям ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

2.1. Проносить огнестрельное, газовое, пневматическое и холодное оружие, колюще-режущие предметы, а также взрывчатые и легковоспламеняющиеся вещества.

2.2. Самостоятельно включать и выключать звуковую, теле- видеотехнику, компьютерную технику СК «Рекорд», использовать розетки для подключения электронных устройств.

2.3. Входить в служебные и прочие технические помещения, самостоятельно регулировать любое инженерно-техническое оборудование.

2.4. Беспокоить других Посетителей, нарушать чистоту и порядок, использовать в своей речи нецензурные или ненормативные выражения.

2.5. Сидеть на подоконниках, батареях, ставить ноги на батареи, рядом стоящие тренажеры и ограничители.

2.6. Ходить по газонам территории, прилежащей к СК «Рекорд».

2.8. Употреблять и/или распространять на всей территории СК «Рекорд» алкогольные напитки, наркотические средства и психотропные вещества, курить.

2.9. Посещать СК «Рекорд» в состоянии явного алкогольного, наркотического опьянения. При подозрении на наличие у Посетителя признаков алкогольного и/или наркотического опьянения, сотрудники СК «Рекорд» вправе применить меры к указанным лицам в виде отстранения от посещения и вывода за пределы СК «Рекорд», или вызова сотрудников правоохранительных органов. При этом неиспользованная часть стоимости посещения Посетителю не возвращается.

2.10. Пользоваться чужими ключами; передавать ключи третьим лицам до входа в тарифицируемую зону; выносить ключи из СК «Рекорд».

2.11. Рисовать на стенах, перегородках помещений и раздевалок, срывать объявления, указатели, наклейки и наносить любой другой ущерб имуществу СК «Рекорд».

2.12. Производить фото - и/или видеосъемку на профессиональной основе без специального разрешения администрации СК «Рекорд».

2.13. Распространять любые информационные материалы, не относящиеся к деятельности СК «Рекорд».

2.14. Осуществлять предпринимательскую деятельность на территории СК «Рекорд» без официального согласования с администрацией СК «Рекорд».

2.15. Выгуливать собак/животных на территории СК «Рекорд».

2.16. Посещать СК «Рекорд» с животными, за исключением собак-проводников в намордниках.

3. Контроль состояния здоровья

3.1. В целях обеспечения прав Посетителей на безопасность предоставляемых услуг (предотвращение угрозы заражения Посетителей заразными кожными, грибковыми заболеваниями, заболеваниями, передающимися воздушно-капельным путём и т.д.), администрация СК «Рекорд» вводит обязательное требование предъявления результатов медицинского осмотра Посетителей перед посещением бассейна. Посетитель вправе:

1) предоставить справку из медицинского учреждения об отсутствии противопоказаний на посещение бассейна;

2) пройти медицинский осмотр медицинской службой СК «Рекорд».

Медицинский осмотр включает в себя внешний (телесный) осмотр, объективный контроль состояния здоровья Посетителя.

Срок действия результатов медицинского осмотра, пройденного в медицинском учреждении – 3 месяца, медицинского осмотра медицинской службой СК «Рекорд» - 1 месяц. Взрослые посетители, занимающиеся в организованных группах по обучению плаванию взрослых с детьми, обязаны предоставить справку от гинеколога/дерматовенеролога,результаты паразитологического обследования на энтеробиоз.

3.2. Несовершеннолетние до 17 лет (включительно) могут посещать бассейн только при наличии медицинской справки из медицинского учреждения об отсутствии противопоказаний на посещение бассейна. При этом дети до 12 лет могут посещать бассейн только при наличии медицинской справки от педиатра с результатами паразитологического обследования на энтеробиоз.

Медицинская справка (оригинал с печатью врача и медицинского учреждения, выдавшего справку) с результатами паразитологического обследования на энтеробиоз предъявляется перед первым посещением бассейна (в группах по проведению занятий оздоровительным плаванием под руководством тренера), в дальнейшем – не менее 1 раза в три месяца. При разовых посещениях ребёнка в возрасте до 14 лет медицинская справка предъявляется перед каждым посещением бассейна.

3.3. Женщины, находящиеся на втором и третьем триместре по беременности, недавно рожавшие (с момента родов прошло менее 3-х месяцев), обязаны представить справку от гинеколога.

3.4. Медицинский осмотр производятся только при предъявлении Посетителем документа, удостоверяющего личность (с фотографией).

3.5. Сведения о наличии и сроке действия медицинской справки отражаются в абонементах Посетителей при предъявлении документа, удостоверяющего личность.

3.6 При разовых посещениях/ абонемента «на предъявителя» Посетители предъявляют медицинские справки при каждом посещении.

3.7. В целях обеспечения прав других Посетителей на безопасность предоставляемых услуг, администрация СК «Рекорд» вправе отказать в предоставлении услуги при отсутствии у Посетителя медицинской справки (истечении срока её действия), отказа предъявить документ, удостоверяющий личность, в случаях, предусмотренных пунктом 3.6 настоящих Правил.

3.8. Посетители обязаны самостоятельно и ответственно контролировать свое здоровье. При наличии острых инфекционных и/или кожных заболеваний, а также при обострении хронических заболеваний внутренних органов, воздержаться от посещения СК «Рекорд».

3.9. При наличии заболеваний, требующих регулярного приема лекарственных препаратов, Посетители должны четко выполнять рекомендации лечащего врача и иметь в наличии данные препараты.

3.10. Посетители, по состоянию здоровья склонные к внезапной потере сознания, эпилептическим припадкам, лица с нарушенной функцией опорно-двигательного аппарата вправе пользоваться услугами, предоставляемыми СК «Рекорд» с сопровождающими лицами. Пропуск лиц, сопровождающих указанных Посетителей на территорию СК «Рекорд» производится бесплатно, на основании письменного заявления Посетителя с приложением медицинского заключения из лечебно-профилактического учреждения о необходимости стороннего сопровождения. В целях обеспечения безопасности указанных Посетителей, сопровождающие лица, обязаны находиться с ними на протяжении всего времени нахождения на территории СК «Рекорд».

3.11. В СК «Рекорд» действует медицинский кабинет для осмотра Посетителей, находящийся первом этаже СК «Рекорд».

3.12.Медицинская служба СК «Рекорд» имеет право проводить внешний (телесный) осмотр Посетителей перед входом в ванну бассейна, независимо от наличия у них медицинских справок. При выявлении нарушения целостности кожных покровов, наличия острого и/или хронического инфекционного и/или кожного заболевания, передающегося через воду бассейнов или поверхности и места общего пользования, медицинская служба вправе не допускать Посетителя в бассейн до полного выздоровления или до проведения консультации специалиста (дерматолог, инфекционист, терапевт).

3.13. Администрация СК «Рекорд» не несёт ответственность за вред, связанный с ухудшением здоровья Посетителя, если оно ухудшилось, в результате острого заболевания, обострения травмы или хронического заболевания, имевшегося у Посетителя до момента посещения СК «Рекорд», а также в случае нарушения Посетителем требований, предусмотренных настоящими Правилами.

4. Порядок приобретения услуг, прохождения зоны турникетов, раздевалок и душевых.

4.1. Пользование услугами СК «Рекорд» возможно только после их оплаты, если иное не предусмотрено договором или настоящими Правилами.

4.2.При первичном посещении СК «Рекорд» (в том числе разовом) Посетитель обязан предъявить на рецепции документ с фотографией, удостоверяющий личность, медицинскую справку.

При последующих посещениях Посетителем СК «Рекорд» предъявляется абонемент без документа, удостоверяющего личность.

В случае приобретения посещения по льготному тарифу Посетитель обязан предъявить документ, подтверждающий правомочность использования тарифа.

При приобретении и использовании разового посещения Посетителем предъявляется медицинская справка и документ, удостоверяющий личность для подтверждения принадлежности медицинской справки.

Приобретение подарочных карт производится без предъявления документа, удостоверяющего личность для подтверждения принадлежности медицинской справки.

4.3. После приобретения услуги Посетителю выдается ключ, который позволяет:

— закрывать (открывать) шкаф для хранения вещей;

— получать информацию о номере закрытого индивидуального шкафа для хранения вещей.

4.4. Отсчет времени предоставления услуги Посетителю начинается с момента выдачи администратором-кассиром Посетителю ключа и заканчивается моментом передачи ключа администратору-кассиру на выходе через турникет.

За превышение времени пребывания в тарифицируемой зоне до 22 час. 30 мин. Посетитель вносит доплату, согласно действующим Тарифам.

Пребывание в тарифицируемой зоне после 22 час.30 мин. оплачивается Посетителем в размере повышенного тарифа.

4.5. После получения ключа Посетитель должен сдать в гардероб верхнюю одежду и уличную обувь, упакованную в непромокаемый пакет.

Внимание! В гардероб принимается только верхняя одежда, принадлежащая Посетителю (одна пара уличной обуви и головной убор в личном пакете).

Нахождение Посетителей в тарифицируемой зоне в уличной обуви запрещается. В целях обеспечения предоставления Посетителям СК «Рекорд» безопасных и качественных услуг Администрация СК «Рекорд» вправе осуществлять контроль за сменой Посетителем уличной обуви и верхней одежды.

4.6. Предоставление услуг может быть временно приостановлено вследствие технических неполадок или при отсутствии свободных шкафов для хранения вещей.

4.7. Проход через турникет производится при зелёном световом сигнале.

4.8. По окончании посещения Посетитель обязан сдать ключ администратору-кассиру.

4.9. Посетители переодеваются в купальные костюмы в индивидуальных раздевалках.

Дети, достигшие возраста 5 лет, переодеваются в раздевалках и пользуются душевыми, согласно полу ребенка.

Организованные группы детей, занимающиеся в 25-метровом бассейне под руководством тренеров, переодеваются в общих проходных раздевалках.

4.10. Посетители оставляют одежду в свободных индивидуальных шкафах для хранения вещей и одежды. Запрещается оставлять вещи и одежду в индивидуальных и общих проходных раздевалках. Индивидуальные шкафы закрываются на ключ.

Перед использованием индивидуального шкафа для хранения вещей и одежды Посетители обязаны ознакомиться с инструкцией, находящейся у входа в зоне индивидуальных шкафов.

Посетитель, закрывая шкаф, обязан убедиться в срабатывании замка. Ответственность за сохранность вещей и одежды, оставленных в незакрытом индивидуальном шкафу, несёт Посетитель.

По окончании посещения дверь пустого шкафа следует оставить открытой.

4.11. В целях безопасности Посетителей на территории СК «Рекорд» ведется видеонаблюдение (за исключением комнат личной гигиены, индивидуальных/ общих кабин для переодевания и душевых).

5. Правила посещения бассейнов.

5.1. Обработка воды в бассейнах осуществляется в соответствии с санитарными правилами и нормами для плавательных бассейнов. СК «Рекорд» не несет ответственности, если состояние воды кратковременно нарушено в результате непроизвольных действий детей или несоблюдения взрослыми правил личной гигиены.

5.2. Нахождение в зоне бассейнов допустимо только в купальных костюмах общепринятого образца (купальник/плавки из эластичной ткани, плотно прилегающей к телу), специальной обуви на нескользящей подошве (сланцы, пляжные тапочки), шапочке для плавания (резиновой или тканевой). Волосы на голове должны быть убраны под шапочку. При полном отсутствии волос на голове Посетитель вправе находиться в зоне бассейнов (воде) без шапочки для плавания. Посетители могут находится в зоне бассейна в силиконовых носках.

Дети до 3 лет могут посещать бассейн только в непромокаемых трусиках (подгузниках)для плавания.

5.3. Посетители, чьи купальные костюмы не соответствуют требованиям (нижнее бельё, шорты, «бермуды», футболки, шапочки для душа и прочее), в зону бассейнов не допускаются.Посещение бассейна в спортивных шортах, коротких футболках запрещено.

5.4. Перед выходом в бассейн Посетителям необходимо снять украшения (серьги, цепочки, браслеты и т.д.).

5.5. Посетители бассейнов до прохода в воду обязаны тщательно мыться в душе с мылом/гелем для душа без купального костюма.

В душевых запрещается пользоваться косметическими средствами (ароматическими маслами, скрабами, кремами, масками и т.п.), бриться, стричь волосы и ногти, скоблить пятки, производить депиляцию, стирать и сушить купальные принадлежности, а также личные вещи.

В индивидуальных кабинах для переодевания запрещается отжимать купальные костюмы и распылять аэрозольные дезодоранты.

5.6. Ванна 25-метрового бассейна поделена разделителями на дорожки. Посетители обязаны соблюдать правостороннее движение при плавании. При входе в воду не следует стоять в зоне входа на дорожку. Пересекать разделители можно только снизу, подныривая под них.

5.7. Выбор Посетителями дорожки для плавания в 25 - метровом бассейне определяется скоростью плавания.

Дорожки, расположенные вдоль бортов бассейна, предназначены для Посетителей начинающих и обучающихся плаванию, которые ощущают потребность близости бортика, для детей и взрослых людей, которые двигаются в воде медленно.

Дорожки, расположенные по центру бассейна, отведены для опытных и уверенных в своих силах пловцах. На указанных дорожках выставляются указатели: «Дорожка для скоростного плавания».

Оставшиеся дорожки отведены для тех, кто держится на воде уверенно, свободно плавает разными стилями, но не делает это так быстро, как профессионалы.

5.8. Посетители 25-метрового бассейна вправе плавать только на дорожках с указателями зелёного цвета «Дорожка для свободного плавания», желтого цвета «Дорожка для скоростного плавания», при этом Посетители не вправе заплывать на дорожки с указателями красного цвета «Аренда дорожки», сеанс на которых приобретён целиком для индивидуальных, корпоративных занятий или тренировок МАУ «СШ водных видов спорта».

5.9.Персональные тренировки проводятся только с тренером, предоставленным СК «Рекорд».

5.10. В целях обеспечения безопасности Посетителя, спасатель вправе отказать последнему в получении конкретной услуги.

6. Посетителям бассейнов ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

6.1. Принимать пищу, употреблять напитки и жевать жевательную резинку на территории бассейнов.

6.2. Использовать маски для подводного плавания, закрывающие нос.

6.3. Захватывать друг друга в воде, подныривать друг под друга, пугать, плескать водой в лицо, подавать ложные сигналы о бедствии.

6.4. Бегать по территории бассейнов, бегать по бортикам бассейнов прыгать с них и других окружающих конструкций, в том числе со стартовых тумб.

6.5. Посещать бассейны с открытыми ранами, а также с инфекционными, кожными и другими видами заболеваний, несущих риск заражения для других Посетителей.

6.6. Наносить на тело косметические средства перед посещением бассейна.

6.7. Сплёвывать и справлять естественные нужды в бассейнах, саунах, душевых, раздевалках и других помещениях СК «Рекорд», кроме туалетов.

6.8. Шуметь, пользоваться мобильными телефонами в зоне бассейнов и помещений со шкафами.

6.9. Фотографировать в раздевалках, душевых СК «Рекорд».

6.10. Висеть и/ или раскачиваться на разделительных дорожках, на канатах.

6.11. Оставлять сланцы ближе 2-х метров от бортиков бассейнов.

6.12. Заплывать на арендованные дорожки.

6.13. Мешать проведению тренировок.

6.14. Вносить и использовать в зоне бассейнов любую стеклянную и жестяную тару, любые колюще-режущие предметы, косметические средства, кремы и мази, ароматические масла.

6.15. Вносить в зону бассейнов свои принадлежности для купания (нарукавники, круги, ласты, мячи и прочее) без проведения предварительной санитарной обработки.

6.16. Находиться в чаше бассейнов детям до 14 лет без непосредственного контроля взрослого.

6.17. Толкать друг друга и создавать травмоопасные ситуации для себя и окружающих;

6.18. Отвинчивать металлические конструкции в зоне гидромассажных аттракционов;

6.19. В целях обеспечения безопасности и качества услуг, предоставляемых Посетителям, Администрация СК «Рекорд» вправе контролировать время посещения Посетителями зоны гидромассажа. Рекомендованное время нахождения в зоне гидромассажа не более 15 минут.

6.20. Заниматься любым видом фридайвинга: «статическое», спортсмен лежит в воде без движения лицом вниз, на задержке дыхания; «динамическое», плавание под водой на задержке дыхания.

6.21. Подавать сигналы ложной тревоги.

6.22. СК «Рекорд» не несет ответственность за вред, связанный с ухудшением здоровья Посетителей при посещении аттракционов гидромассажной зоны, если состояние здоровья ухудшилось в результате острого заболевания, обострения травмы и/или хронического заболевания, имевшегося у Посетителя до момента начала посещения СК «Рекорд», а также в случае несоблюдения рекомендаций указанных в списке противопоказаний к посещению аттракционов гидромассажной зоны, либо нарушения регламента пользования аттракционами гидромассажной зоны.

7. Правила посещения бассейна детьми

7.1. На территории бассейнов дети должны соблюдать общие правила, установленные в СК «Рекорд» и разделе 4 настоящих Правил.

7.2. Во избежание несчастных случаев, дети до 14 лет находятся на территории бассейнов только под присмотром родителей или законного представителей не моложе 18 лет, не более 3-х детей на одного сопровождающего.

Дети с 15 до 17 лет включительно при первом посещении должны быть с родителями либо законными представителями; при первом посещении несовершеннолетнего родители или законные представители должны оформить у администратора Согласие на посещение бассейна несовершеннолетнего, в том числе при разовом посещении.

Дети, в возрасте от 14 лет при приобретении услуги «свободное плавание» обязаны предъявлять паспорт, либо иной заменяющий его документ, подтверждающий возраст.

7.3. Дети до 3-х лет включительно могут посещать бассейны в сопровождении взрослых бесплатно. В случае сомнения в возрасте ребёнка администратор-кассир СК «Рекорд» вправе запросить документ, подтверждающий возраст ребёнка.

7.4. Дети до 17 лет (включительно) могут посещать бассейн только при наличии медицинской справки из медицинского учреждения об отсутствии противопоказаний на посещение бассейна, в том числе с информацией о возможности физических нагрузок. При этом дети до 12 лет могут посещать бассейн только при наличии медицинской справки от педиатора с результатами паразитологического обследования на энтеробиоз.

Срок действия справки 3 месяца. Посетитель обязан предоставить справку по запросу администратора-кассира.

7.5. В случае неадекватного поведения со стороны ребенка (агрессия, истерические состояния, намеренная порча имущества), которое создает дискомфорт Посетителям, сотрудники СК «Рекорд» вправе требовать от родителей и/или сопровождающего лица покинуть территорию бассейнов вместе с ребенком.

7.6. Родители несут ответственность за жизнь, здоровье и безопасность детей во всякое время нахождения ребёнка на территории СК «Рекорд», а также за соблюдение данных Правил детьми.

8. Оказание услуг по проведению занятий оздоровительным плаванием с детьми под руководством тренера-преподавателя, спортивным плаванием под руководством тренера-преподавателя и другие групповые занятия.

8.1 Занятия оздоровительным и спортивным плаванием МАУ «СШ водных видов спорта».

Организованные группы детей, занимающиеся в 25-метровом бассейне и малой чаше бассейна под руководством тренеров-преподавателей МАУ «СШ водных видов спорта», проходят медицинский осмотр заранее без привлечения медицинских работников СК «Рекорд».

Ответственность за жизнь и здоровье детей, занимающихся в 25-метровом бассейне и малой чаше бассейна под руководством тренеров-преподавателей МАУ «СШ водных видов спорта», возлагается непосредственно на тренеров-преподавателей МАУ «СШ водных видов спорта», осуществляющих учебно-тренировочный процесс.

Сотрудники СК «Рекорд» не несут ответственность за жизнь и здоровье детей МАУ «СШ водных видов спорта», занимающихся в 25-метровом бассейне и малой чаше бассейна под руководством тренеров-преподавателей МАУ «СШ водных видов спорта».

СК «Рекорд» оставляет за собой право заменять заявленное расписание МАУ «СШ водных видов спорта».

8.2. Оздоровительным плаванием под руководством тренера-преподавателя занимаются Посетители в возрасте до 17 лет.

8.3. Занятия оздоровительным плаванием под руководством тренера-преподавателя, спортивным плаванием под руководством тренера проводятся в группах. Комплектование групп производится с учётом нормативной наполняемости.

8.4. Занятия оздоровительным плаванием под руководством тренера-преподавателя проводятся циклами (осенний, зимний, весенний) по предварительной записи.

1 (один) тренировочный цикл равен 30 (тридцати) календарным дням. Начало тренировочного цикла определяется расписанием тренировок.

8.5. К занятиям допускаются Посетители при условии полной оплаты очередного цикла занятий, предоставлении медицинских справок об отсутствии противопоказаний для занятий плаванием и необходимых результатов анализов на каждый цикл занятий оздоровительным плаванием.

8.6. Посещение занятий производится в соответствии с расписанием занятий группы, в которую записан Посетитель.

8.7. Оплата цикла занятий оздоровительным плаванием под руководством тренера-преподавателя должна быть произведена не менее, чем за 10 (десять) календарных дней до начала очередного цикла занятий

8.8. СК «Рекорд» оставляет за собой право заменять заявленного в расписании тренера-преподавателя, а также вносить изменения в расписание групповых занятий.

8.9. Во время проведения групповых занятий, зона для плавания ограничивается разделительной дорожкой.

8.10. Посетители обязаны беспрекословно выполнять указания тренера-преподавателя. Во время проведения тренером-преподавателем групповых занятий, запрещено мешать проведению занятия, посещать сауны, малый бассейн, гидромассажную зону и т.д.

8.11.Во всех тренировках и спортивных мероприятиях СК «Рекорд» Посетители участвуют на свой страх и риск. СК «Рекорд» не несет ответственности за вред, причиненный здоровью в результате выполнения физических упражнений Посетителями при несоблюдении рекомендаций тренеров-преподавателей и врачей, а также в случае нарушения Посетителем требований настоящих Правил.

8.12. Ответственность за жизнь и здоровье ребёнка на время проведения тренировки возлагается на тренера-преподавателя.

8.13. Родители, либо лица их заменяющие, а также сопровождающие детей по иным программам отвечают за жизнь, безопасность детей и соблюдение ими настоящих Правил во всякое время нахождения на территории СК «Рекорд», за исключением случаев, предусмотренных п. 8.11 настоящих Правил.

9. Посещение комплекса саун

9.1.СК «Рекорд» предоставляет услуги комплекса саун.:

9.2. При посещении саун необходимо соблюдать правила:

9.2.1. Перед посещением саун ознакомиться с рекомендациями и противопоказаниями;

9.2.2. Входить в сухие сауны без обуви;

9.2.3. Не превышать рекомендованное время посещения саун – 15 минут;

9.2.4. Предварительно стелить полотенце на сиденье для соблюдения требований личной гигиены;

9.2.5. Принимать душ после посещения саун, перед погружением в воду бассейна.

9.3. Посещение комплекса саун находится полностью под контролем Посетителя СК «Рекорд».

9.4. СК «Рекорд» не несет ответственность за вред, связанный с ухудшением здоровья, при посещении комплекса саун (сауны), если состояние здоровья Посетителя ухудшилось в результате острого заболевания, обострения травмы или хронического заболевания, имевшегося у Посетителя до момента начала посещения СК «Рекорд», а также в случае несоблюдения рекомендаций указанных в списке противопоказаний к посещению саун и рекомендаций врача.

Внимание! Слишком долгое пребывание в сауне вызывает повышение температуры тела, обезвоживание организма, сгущение крови и затруднение кровотока – это может быть опасно для здоровья Посетителя.

10. Посетителям комплекса саун ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

10.1. Посещать сауны детям до 14 лет без сопровождения взрослых;

10.2. Вставать ногами на сиденья в сауне;

10.3. Заходить в обуви;

10.4. Сидеть на полках без полотенца;

10.5. Обливаться водой;

10.6. Крутить краны и направляющие пара;

10.7. Прикасаться к электрическим тэнам, трубам, камням и другим паровым и нагревательным элементам.

10.8. Лить воду и масла на электрические тэны и датчики;

10.9. Пользоваться маслами, кремами, скрабами, мазями и лекарственными растворами;

10.10. Распылять ароматические вещества и масла;

10.11. Подходить с боков от чаши подачи пара. Прислоняться к местам выхода пара. Заходить за установленные ограничители;

10.12. Накрывать каменку посторонними предметами, сушить полотенца.

11. Правила посещения инфракрасных саун:

11.1. Ознакомиться со следующими противопоказаниями к посещению:

- Опухоли (доброкачественные или злокачественные) или подозрение на их наличие;

- Инфекционные и контангиозные заболевания;
- Склонность к профузным кровотечениям;
- Атеросклероз;
- Гипотония и гипертония (в тяжелых стадиях);
- Посттромбофлебитический синдром длительностью менее 3 месяцев, опасность эмболии;
- Лабильная форма сахарного диабета с периодическими или стойким ацидозом;
- Беременность (рекомендуется посещать сауну только по согласованию с лечащим врачом);
- Период восстановления после оперативного вмешательства;
- Индивидуальная непереносимость воздействия высоких температур;
- Прием некоторых лекарственных препаратов (указано в инструкции по их применению);
- Обострения заболеваний кожи;
- Менструация и другие виды кровотечений;
- Мастопатия;
- Болезни предстательной железы;
- Заболевания гинекологического характера;
- Анемия;
- Сердечная недостаточность;
- Обострение цистита и нефрита;
- Наличие имплантатов в теле;
- Болезни суставов (в остром состоянии).

Если Посетитель страдает хроническими заболеваниями, перенес инсульт, инфаркт, принимает лекарства, беременна или недавно родила необходима консультация врача перед посещением.

11.2. Перед посещением инфракрасных саун необходимо смыть с лица всю косметику и ополоснуться в душе. Использование, непосредственно, до посещения сауны любых косметических средств (крема, лосьоны, скрабы и т. д.) может привести к аллергической реакции и/или к ожогам;

11.3. Для того чтобы посещение сауны принесло максимум пользы, не рекомендуется употреблять пищу перед походом в сауну и сразу после нее;

11.4. Во время нахождения в инфракрасной сауне необходимо вытирать пот сухим полотенцем. Выделяющаяся жидкость на коже препятствует проникновению тепла и замедляет прогрев тела;

11.5. Время нахождения ребенка в инфракрасной сауне не должно превышать 15 минут;

11.6. После окончания процедуры необходимо пить много жидкости для восстановления водного баланса;

11.7. Сразу по окончании сеанса желательно некоторое время (3-5 мин) посидеть спокойно и не совершать резких движений, т.к., даже после выхода из кабины, наблюдается повышенное потоотделение и циркуляция крови;

11.8. После принятия сауны необходимо ополоснуться под теплым душем.

12. Правила посещения финской сауны.

12.1. Посещения финской сауны запрещается:

- При хронических воспалительных заболеваниях внутренних органов;
- При онкологии и в послеоперационный период;
- Женщинам в положении и в период лактации;
- При острых заболеваниях кожи, дыхательных путей;
- При заболеваниях сердечно-сосудистой системы;
- При любых заболеваниях, сопровождающихся повышенной температурой;
- При гипертонии, эпилепсии, туберкулезе;
- Людям в возрасте старше 60 лет;
- Детям до 4-х лет;
- При частых головных болях;
- При аллергии;
- При тяжелых расстройствах нервной системы;
- При атеросклерозе;
- При диабете;
- Людям, страдающим пониженным глазным давлением и вторичной глаукомой;
- При индивидуальной непереносимости воздействия высоких температур;
- При приеме некоторых лекарственных препаратов (указано в инструкции по их применению);
- При обострениях заболеваний кожи;
- При пониженной свертываемости крови;
- При наличии камней или песка в почках;
- При инфекционных и контангиозных заболеваниях;
- При склонности к тромбозам или кровотечениям

С целью недопущения причинения вреда здоровью и при наличии любых заболеваний, перед посещением финской сауны рекомендуется получить консультацию врача.

12.2. Чтобы не причинить вред собственному здоровью и получить максимальный терапевтический эффект, рекомендуется соблюдать следующие правила при посещении финской сауны:

12.2.1. Последний прием пищи должен быть за 2 часа до посещения сауны.

12.2.2. Продолжительность первой процедуры не должна превышать 8-10 минут.

12.2.3. Перед посещением парной, необходимо принять теплый душ и насухо вытереться полотенцем.

12.2.4. Перед заходом в сауну не нужно мочить голову, чтобы не страдать от перегрева.

12.2.5. В парилке стоит находиться лежа, предварительно расстелив на полке сухое полотенце. Это позволит избежать возможных ожогов от нагретых деревянных досок. Последние 3 минуты рекомендуется провести в положении сидя.

12.2.6. Не сидите на верхней полке, свесив ноги вниз, а голову держа под потолком (это может привести к перегреву и обмороку).

12.2.7. Не разговаривайте много в парилке, чтобы не обжигать дыхательные пути.

12.2.8. После завершения процедур в сауне можно принять прохладный душ или поплавать в медленном темпе в бассейне.

12.2.9. При последующих посещениях парной, продолжительность процедур можно увеличить. Максимальное количество заходов за одно посещение – 6 раз, общей продолжительностью не более 180 минут.

12.2.10. После завершения всех процедур необходимо принять душ, вытереться досуха и отдохнуть на протяжении 20 минут. Только после полного остывания кожи рекомендуется покинуть помещение и выйти на улицу.

13. Правила посещения турецкой сауны (хамама).

13.1. Ознакомиться со следующими противопоказаниями к посещению:

- Бронхиальная астма и другие тяжелые болезни лёгких;
- Опухоли (доброкачественные или злокачественные) или подозрение на их наличие;
- Инфекционные и контангиозные заболевания;
- При любых заболеваниях, сопровождающихся повышенной температурой;
- Варикозное расширение вен;
- Гипотония и гипертония (в тяжелых стадиях);
- Посттромбофлебитический синдром длительностью менее 3 месяцев, опасность эмболии;
- Лабильная форма сахарного диабета с периодическими или стойким ацидозом;

- Беременность (рекомендуется посещать сауну только по согласованию с лечащим врачом);
- Период восстановления после оперативного вмешательства;
- Индивидуальная непереносимость воздействия высоких температур;
- Прием некоторых лекарственных препаратов (указано в инструкции по их применению);
- Обострения заболеваний кожи;
- Менструация и другие виды кровотечений;
- Сердечная недостаточность;
- Обострение цистита и нефрита;
- Заболевания сердечно-сосудистой системы;
- Эпилепсия;
- Заболеваний щитовидной железы;
- Заболевания печени (в частности цирроза);
- Обострение язвенной болезни.

13.2. Перед посещением хамама и во время принятия банных процедур нельзя принимать алкогольные и охлажденные напитки. Также, перед тем как идти в хамам, за 1 – 1,5 часа не желательно принимать пищу.

13.3. Прежде, чем зайти в зал турецкой сауны, необходимо посетить обычную сауну, чтобы распарить тело для дальнейших процедур, не более 15 минут. Более долгое пребывание в сауне может вызвать недомогание и даже оказывать вред организму.

13.4. Далее нужно принять теплый душ и нормализовать температуру тела. Затем можно направиться в турецкую сауну.

13.5. При выполнении процедур на скамью обязательно нужно стелить полотенце.

13.6. Так как пользоваться хамамом и его массажными сеансами рекомендуется лежа, необходимо чтобы ноги находились в приподнятом положении.

13.7. После окончания всех процедур нельзя резко вставать и в принципе, совершать резких движений, чтобы не повредить разогретые мышцы.

13.8. Оптимальное время нахождения в хамаме составляет не более 90 минут.

14. Правила посещения тренажерного зала СК «Рекорд», занятий по фитнесу и аквааэробике.

14.1. Услуги тренажерного зала предоставляются по режиму работы спортивного комплекса. Занятия по фитнесу и аквааэробике проводятся согласно расписанию.

14.2. Посетители вправе заниматься в любое удобное для них время в режиме работы спортивного комплекса.

14.3. Занятия проводятся под контролем инструктора: помощь, консультация, разъяснение, персональная тренировка.

14.4. Услуги тренажерного зала, фитнеса и аквааэробики предоставляются Посетителям только после ознакомления с настоящими правилами, а при посещении заняий по аквааэробике после прохождения первоначального медицинского осмотра у врача и предоставления справки из медицинского учреждения об отсутствии противопоказаний на посещение бассейна, либо медицинского работника спортивного комплекса для определения объективного состояния здоровья Посетителя.

14.5. Посетители обязаны самостоятельно и ответственно контролировать свое здоровье. При наличии острых инфекционных и/или кожных заболеваний, а также при обострении хронических заболеваний внутренних органов, воздержаться от посещения СК «Рекорд».

14.6. Медицинская служба СК «Рекорд» имеет право проводить внешний (телесный) осмотр Посетителей перед посещением бассейна либо тренажерного зала, независимо от наличия у них медицинских справок. При выявлении нарушения целостности кожных покровов, наличия острого и/или хронического инфекционного и/или кожного заболевания, передающегося через воду бассейнов или поверхности и места общего пользования медицинская служба вправе не допускать Посетителя в бассейн или тренажерный зал до полного выздоровления или до проведения консультации специалиста (дерматолог, инфекционист, терапевт).

14.7. Администрация СК «Рекорд» не несёт ответственность за вред, связанный с ухудшением здоровья Посетителя, если оно ухудшилось, в результате острого заболевания, обострения травмы или хронического заболевания, имевшегося у Посетителя до момента посещения СК «Рекорд», а также в случае нарушения Посетителем требований, предусмотренных настоящими Правилами.

14.8. Предоставляя услуги спортивный комплекс руководствуется тем, что Посетитель не имеет противопоказаний для занятий физической культурой. Иное (наличие противопоказаний) является явным и очевидным в случае, если Посетитель предоставляет врачу при медицинском осмотре выписку из медицинской документации лечебного учреждения, оказывающего медицинскую помощь Посетителю на постоянной основе. Выписка должна содержать рекомендации лечащего врача по возможной и допустимой физической нагрузке для Посетителя при занятиях физической культурой.

14.9. Посетитель несёт персональную ответственность за своё здоровье. Спортивный комплекс не несет ответственности за вред, причиненный здоровью Посетителя в результате выполнения физических упражнений при несоблюдении рекомендаций инструктора, лечащего врача, либо в случае нарушения Посетителем требований настоящих Правил.

14.10. К самостоятельным занятиям в тренажерном зале допускаются лица, достигшие 18-летнего возраста.

14.11. Дети в возрасте от 16 до 18 лет допускаются для самостоятельных занятий в тренажерном зале при согласовании с инструктором тренажерного зала.

14.12. Дети в возрасте от 14 до 16 лет допускаются к тренировкам в тренажерном зале в сопровождении родителей или доверенных лиц семьи не моложе 18 лет.

14.13. Для прохождения занятий в тренажерном зале и занятий по фитнесу требуется спортивный костюм, чистая спортивная закрытая сменная обувь, полотенце. Рекомендуется использовать удобную закрытую обувь с резиновой и нескользящей подошвой. Запрещается

использовать обувь на высоких каблуках, с кожаной подошвой, с шипами, тренироваться босиком или в открытой обуви. Для прохождения занятий по аквааэробике требуется купальный костюм (купальник (желательно закрытый)/ плавки из эластичной ткани, плотно прилегающей к телу), шапочка для плавания (резиновая или тканевая).

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

14.15. С целью обеспечения безопасности, для профилактики травм при занятиях с Посетителями проводится первоначальный инструктаж с инструктором.

14.16. Посетители обязаны соблюдать специфические этические правила занятий в тренажерном зале: не занимать сидения тренажеров и скамейки в перерывах между подходами, стелить полотенца на сидения, скамейки и опорные подушки тренажеров, не разговаривать громко, уступать друг другу дорогу при передвижении между тренажерами, отключать звуковые сигналы мобильных телефонов.

14.17. Во избежание получения травм, Посетители обязаны провести перед началом занятий тщательную разминку.

14.18. Посетители обязаны соблюдать технику безопасности и правила эксплуатации тренажеров. При травмоопасной технике выполнения упражнений инструктор вправе сделать замечание и поправить Посетителя.

14.19. Для проведения занятий Посетители должны использовать только спортивный инвентарь спортивного комплекса.

14.20. При занятиях на тренажерах и со свободным весом Посетители должны устанавливать вес и делать количество подходов, соответствующих их функциональным возможностям.

14.21. При выполнении упражнений со штангой необходимо использовать замки безопасности. Выполнение базовых упражнений (жим лежа, приседания со штангой) необходимо производить при страховке со стороны партнера либа инструктора.

14.22. Выполнение упражнений с отягощением или весами, близкими к максимальным для данного занимающегося, разрешается только при непосредственной страховке опытным партнером или инструктором.

14.23. С отягощениями, штангами, гантелями следует обращаться предельно аккуратно. Все упражнения должны выполняться плавно, без рывков.

14.24. Передвигаться по залу необходимо не торопясь, не заходя в рабочую зону других занимающихся.

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

14.26. После выполнения упражнений занимающийся обязан убрать используемое им спортивное оборудование (блины, гантели, штанги, инвентарь и т.д.) на специально отведенные места.

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

14.28. Необходимо следить, чтобы длинные и свободные детали одежды, шнурки, полотенца не попадали на движущиеся части тренажеров.

14.29. В начале тренировки на беговой дорожке необходимо становиться на подставки 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.

14.30. При поломке или порче спортивного инвентаря необходимо прекратить занятия и сообщить об этом инструктору. Занятия продолжать только после устранения неисправностей или замены спортивного оборудования (инвентаря).

15. Посетителям тренажерного зала ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

15.1. Самостоятельно передвигать тренажеры.

15.2. Проводить тренировки (занятия), используя оборудование СК «Рекорд», с третьими лицами. В случае выявления данной ситуации администрация Спорткомплекса вправе отстранить Посетителя от тренировки (занятия).

15.3. При занятиях на кардио-оборудовании пользоваться электронными устройствами и мобильными телефонами.

15.4.Самостоятельно устранять поломки спортивного инвентаря.

15.5. Брать спортивные снаряды влажными или потными руками, что может привести к выскальзыванию его из рук и падению.

15.6. Перегружать тренажерные устройства сверх нормы дополнительным навешиванием грузов.

15.7. Приступать к тренировкам (занятиям) в зале при незаживших травмах и общем недомогании. При наступлении плохого самочувствия во время занятий необходимо прекратить тренировку (занятие) и сообщить об этом персональному тренеру/инструктору тренажерного зала/инструктору-методисту/врачу.

15.8. Прикасаться к движущимся частям тренажёров во время выполнения упражнений на них.

15.9. Заниматься с обнаженным торсом.

15.10. Ставить бутылки с водой на тренажеры, подключенные к электросети.

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

15.12. Заниматься на неисправных тренажерах. В случае обнаружения неисправностей (надрыв троса, механические повреждения) необходимо сообщить об этом персональному тренеру/ инструктору тренажерного зала/ инструктору-методисту.

15.13. Бегать, прыгать, либо отвлекать внимание занимающихся иными способами.

15.14. Принимать и хранить пищу в зонах, предназначенных для тренировок.