

Правила посещения спортивно-оздоровительного комплекса «Луч» (СОК «Луч»)

1. Понятия, используемые в настоящих правилах посещения СОК «Луч» (далее – правила)

1.1. Исполнитель - Областное государственное автономное учреждение дошкольного образования «Спортивная школа олимпийского резерва № 4 Белгородской области» (ОГАУ ДО «СШОР № 4 Белгородской области»), расположенное по адресу: г. Белгород, ул. Щорса, 55в.

1.2. Заказчик – физическое или юридическое лицо с которым Исполнитель заключает договор об оказании физкультурно-оздоровительных услуг (далее – услуги).

1.3. Договор - договор об оказании физкультурно-оздоровительных услуг, заключенный между Исполнителем и Заказчиком.

1.4. Посетитель – физическое лицо, посещающее СОК «Луч» для получения услуг в рамках заключенного договора.

1.5. Спортивно-оздоровительный комплекс «Луч» (СОК «Луч») - структурное подразделение ОГАУ ДО «СШОР № 4 Белгородской области», расположенное по адресу: г. Белгород, ул. Щорса, 55в, где оказываются услуги.

1.6. Клубная карта/абонемент (далее - карта) – электронная карта, содержащая информацию о доступных к получению Заказчиком услуг Исполнителя (в т.ч. в цифровом формате, хранящемся в базе данных Исполнителя).

1.7. Администратор/старший администратор – работник СОК «Луч», предоставляющий Заказчикам и Посетителям информацию об оказываемых услугах, заключающий на основании доверенности с физическими лицами договоры и выполняющий иные действия, связанные с исполнением условий заключенного договора в части касающейся.

1.8. Дежурный/инструктор – работник СОК «Луч», предоставляющий Заказчикам и Посетителям информацию об оказываемых услугах, контролирующей процесс получения Посетителями услуг и выполняющий иные действия, связанные с исполнением условий заключенного договора в части касающейся.

1.9. Сайт luch31.ru (далее -сайт)– официальный сайт СОК «Луч», на котором размещается актуальная информация о предоставляемых услугах.

2. Правила оказания услуг, посещения СОК «Луч»

2.1. Услуги Исполнителем оказываются на основании заключенного договора с Заказчиком.

2.2. Время предоставления услуг: ежедневно, без выходных в следующем режиме:

Большой и малый бассейн: пн-сб. с 07:30 до 21:45, вс. с 07:30 до 21:00 (предоставление услуг может быть ограничено/недоступно в случаях, отсутствия свободных дорожек в определенное время (информация доступна на сайте и на стойке у администратора) и ежедневно с 14-15 до 15-00 во время санитарного часа). Время посещения несовершеннолетних Посетителей до 18:00.

Тренажерный зал, фитнес зал (групповые программы): пн-вс. с 07:30 до 22:00.

2.3. Посетители могут находиться на территории СОК «Луч» только в часы его работы.

2.4. Карта Посетителем должна быть предъявлена администратору при каждом посещении. В случае отсутствия карты допускается предъявления документа удостоверяющего личность Посетителя.

2.5. После входа в СОК «Луч» Посетитель должен сдать верхнюю одежду и уличную обувь в пакете в гардероб. Ценные вещи сдаются на хранение в камеру хранения, ключ от которой находится у администратора. За содержимое в карманах одежды, за ценные вещи, а также забытые или оставленные без присмотра ценности, администрация СОК «Луч» ответственности не несёт.

2.6. Ключ от шкафа выдается в обмен на карту. Покидая СОК «Луч», необходимо освободить шкафчик в раздевалке от личных вещей и оставить шкафчик незапертым. Администрация СОК «Луч» оставляет за собой право по окончании времени работы вскрыть закрытые шкафчики и изъять оставленные вещи с составлением акта об изъятии.

2.7. Оплата за услуги принимается в наличной и безналичной форме в российских рублях.

2.8. В случае утраты карты, ключа от шкафа или номерка от гардероба, а также повреждения или уничтожения имущества Исполнителя по вине Заказчика или Посетителя, Заказчик обязан возместить причиненный ущерб в полном объеме.

2.9. Вход в помещения СОК «Луч», кроме помещения холла осуществляется в сменной обуви либо с надетыми бахилами. В уличной обуви Посетители в иные помещения СОК «Луч» не допускаются.

2.10. Фото и видеосъемка, а также использование звукового оборудования в местах получения услуг без разрешения администрации СОК «Луч» запрещены.

2.11. Курить, употреблять алкогольные напитки, наркотические средства и психотропные вещества, находиться в состоянии опьянения на территории СОК «Луч» запрещено.

2.12. Посещение СОК «Луч» с животными запрещено.

2.13. Приносить в СОК «Луч» оружие любого вида, огнеопасные, взрывчатые (в том числе пиротехнические), легковоспламеняющиеся, отравляющие, токсичные, ядовитые и пахучие вещества, колющие и режущие предметы, стеклянную посуду и изделия из стекла запрещено.

2.14. Вход в помещения СОК «Луч» с крупногабаритными сумками и иными предметами, размер которых превышает 50х50х40 см, в грязной одежде, которая может испачкать других посетителей запрещен.

2.15. При обнаружении бесхозных вещей, документов, карт и прочих предметов необходимо сообщить администратору или дежурному/инструктору.

2.16. Исполнитель не несёт ответственности за технические неудобства, вызванные проведением администрацией СОК «Луч» необходимых сезонных профилактических и ремонтно-строительных работ.

2.17. Исполнитель не несёт ответственности за жизнь и вред, причиненный здоровью Посетителей противоправными действиями третьих лиц, а также в результате нарушения Посетителем настоящих правил, правил техники безопасности, переоценки своих физических возможностей и состояния здоровья.

2.18. До начала посещения СОК «Луч» Посетителям рекомендуется пройти медицинское обследование на предмет наличия/отсутствия медицинских противопоказаний.

2.19. До начала занятий Посетитель, впервые посещающий СОК «Луч» обязан под подпись в журнале пройти у дежурного/инструктора инструктаж по настоящим правилам и правилам техники безопасности и строго соблюдать их.

2.20. В случае необходимости допускается изменение настоящих Правил в одностороннем порядке Исполнителем, о чём информируются Посетители путем опубликования правил на сайте и размещения на стойке у администратора. Новые правила вступают в силу для Посетителей с момента их опубликования.

3. Правила посещения тренажерного зала

3.1. Посетитель при занятии в тренажерном зале обязан быть внимательным и соблюдать технику безопасности.

3.2. Тренажерный зал разрешается посещать только в спортивной одежде и обуви, предназначенных для тренировки в спортивном зале.

3.3. После выполнения упражнения необходимо убирать за собой спортивный инвентарь и предметы личного пользования.

3.4. При необходимости следует обращаться за помощью к инструкторам тренажерного зала.

3.5. В целях безопасности силовые упражнения с максимальными весами рекомендуется выполнять с инструктором.

3.6. Не разрешается оставлять грифы, гантели и другие свободные веса с упором на стены, зеркала, и прочие конструкции. Необходимо возвращать оборудование в специально отведенные для этого места.

3.7. Не разрешается бросать инвентарь на пол.

3.8. Не разрешается передвигать тренажеры.

3.9. Инструктор вправе прервать занятия Посетителя, в случае нарушения Посетителем техники безопасности.

3.10. Любой из тренажеров может быть ограничен для пользования в любой момент (ремонт, профилактические работы).

3.11. В случае возникновения неисправности или повреждения спортивного инвентаря или оборудования, Посетитель обязан сообщить об этом инструктору или администратору. Самостоятельное устранение неисправностей запрещено.

3.12. Не разрешается использовать парфюмерные и косметические средства с резко выраженным запахом.

3.13. Для использования персонального занятия необходимо согласовать время с персональным инструктором, записаться у администратора, оплатить услуги в соответствии с прейскурантом.

3.14. Посетитель может отменить или перенести индивидуальное занятие не менее чем за 2 часа (два) до ее начала. В этом случае внесённый платеж переносится на следующее занятие либо возвращается в полном объеме.

3.15. При опоздании на индивидуальное занятие инструктор вправе сократить время занятия Посетителя на время опоздания либо отменить занятие (при опоздании более чем на 30 минут). При этом занятие считается проведенным и подлежит оплате в полном объеме.

3.16. Проведение персональных занятий Посетителями не разрешается.

3.17. К занятиям в тренажерном зале допускаются Посетители, не имеющие противопоказаний для занятий в тренажерном зале и прошедшие вводный инструктаж по настоящим правилам и правилам техники безопасности.

3.18. К самостоятельным занятиям в тренажерном зале допускаются несовершеннолетние Посетители, достигшие четырнадцатилетнего возраста по письменному заявлению родителей (законных представителей). Несовершеннолетние Посетители допускаются к занятиям в тренажерном зале после предоставления медицинской справки об отсутствии медицинских противопоказаний. Срок действия данной справки один год со дня ее получения.

3.19. Согласно требованиям федеральных стандартов спортивной подготовки по видам спорта, для реализации программ спортивной подготовки по видам спорта к тренировочным занятиям в тренажерном зале допускаются занимающиеся в ОГАУ ДО «СШОР № 4 Белгородской области» под контролем тренера/тренера-преподавателя.

3.20. Пребывание несовершеннолетних граждан с Посетителями, которые занимаются в тренажерном зале, а также посторонних лиц, не имеющих карты или чека на разовое посещение тренажерного зала не допускается, за исключением дня открытых дверей в СОК «Луч».

4. Правила посещения групповых занятий

4.1. Перед посещением занятий Посетителю необходимо оценить уровень своей физической подготовки и посещать занятия соответствующие данному уровню.

4.2. Групповые занятия проводятся по утвержденному расписанию. Изменения в расписание вносятся Исполнителем в одностороннем порядке (замена инструктора, вида занятия, отмена занятия) о чем информируются Посетители.

4.3. В случае опоздания на занятие более чем на 10 минут, инструктор имеет право не допустить Посетителя к занятию.

4.4. Групповые занятия необходимо посещать в специальной спортивной одежде и обуви, рекомендуется иметь с собой полотенце и бутылку с водой.

4.5. На групповых занятиях не разрешается использовать свободные веса без разрешения инструктора.

4.6. Посетители обязаны убирать за собой после занятий спортивный инвентарь и предметы личного пользования.

4.7. Резервировать места в залах групповых занятий не разрешается.

4.8. Пользование мобильными телефонами во время групповых занятий не разрешается.

5. Правила посещения большого и малого бассейнов

5.1. В большой плавательный бассейн допускаются Посетители, умеющие плавать (за исключением занятий в «родительский час» с детьми со вспомогательными средствами для плавания).

5.2. Посетители старше 70 лет допускаются к занятиям в большом бассейне после предъявления справки об отсутствии медицинских противопоказаний. Срок действия данной справки один год со дня ее получения.

5.3. Посетители, не достигшие четырнадцатилетнего возраста, допускаются к занятиям в большом бассейне в сопровождении родителей (законных представителей) (услуги посещения бассейна родителями оплачиваются в соответствии с действующим прейскурантом) либо по их письменному заявлению в сопровождении иных совершеннолетних Посетителей.

5.4. Проход в большой бассейн осуществляется по времени, в соответствии приобретенной картой. Вход в раздевалку осуществляется за 10 минут до начала занятия.

5.6. На первое занятие Посетителям дошкольного и младшего школьного возраста (до 12 лет) в обязательном порядке требуется предоставить администратору действующую справку о результатах паразитологического обследования на энтеробиоз вне зависимости от санитарно-эпидемиологической ситуации:

- перед приемом в плавательную группу бассейна, в дальнейшем не менее 1 раза в три месяца;

- при разовых посещениях - перед каждым посещением, если разрыв между ними более двух месяцев.

5.7. Родителям (законным представителям) запрещено находиться в помещении малого бассейна во время оказания услуг оздоровительному плаванию несовершеннолетних Посетителей с инструктором.

5.8. Получив у администратора ключ от шкафчика, Посетитель проходит в раздевалку, переодевается, закрывает свой шкафчик и ключ сдает дежурному или инструктору.

5.9. Предметы личной гигиены должны быть в герметичной упаковке. Посетитель должен иметь при себе сменную обувь, купальный костюм или плавки, шапочку, полотенце, предметы личной гигиены. При отсутствии перечисленных предметов, Посетитель к занятиям не допускаются.

5.10. Перед посещением бассейна Посетитель обязан принять душ (без купальных принадлежностей с предметами личной гигиены).

5.11. Вход в воду и окончание занятия осуществляется только с разрешения дежурного или инструктора. О преждевременном уходе с занятия Посетитель должен поставить в известность дежурного или инструктора.

5.12. По окончании занятия Посетитель в течение 5 минут должен принять душ и только после этого идти в раздевалку и не позднее 10—15 минут покинуть раздевалку.

5.13. При плавании нескольких Посетителей на дорожке Посетитель должен держаться правой стороны дорожки, обгонять слева, отдыхать в углах дорожки.

5.14. Для освобождения полости рта и носа от попавшей воды следует пользоваться сливными канавками бассейна.

5.15. В бассейне запрещено:

- самостоятельное проныривание с задержкой дыхания;
- прыжки в воду с тумб и борта бассейна;
- пользоваться маской, трубкой и жёсткими ластами;
- входить в воду без разрешения дежурного или инструктора;
- плавать поперёк разделительных дорожек и сидеть или лежать на них;
- плавать в одежде, не предназначенной для бассейна (пляжные купальные шорты);
- нырять в длину и глубину, использовать любые упражнения с задержкой дыхания;
- подныривать под плавающих, толкать их руками и ногами;
- приносить в бассейн жевательные резинки, еду, стеклянную тару и прочие посторонние предметы;

- втирать в кожу перед посещением бассейна кремы и мази;

- в душевых комнатах бриться, стричь волосы, ногти, скоблить кожный покров;

- курить, принимать пищу и распивать напитки в бассейне;

- посещать бассейн женщинам в особо обозначенные для них дни;

- использовать оборудование бассейна не по назначению;

- бросать плавательные доски и инвентарь с бортиков в воду и из воды на кафель;

- отправлять естественные надобности в чаше бассейна или в душевых;

- пользоваться бассейном после посещения сауны, не приняв душ;

- проведение персональных занятий Посетителями.

5.16. Посетитель обязан в случае возникновения ситуаций, угрожающих жизни и здоровью другим Посетителям незамедлительно сообщить об этом дежурному или инструктору.

5.17. Все перемещения в бассейне Посетители должны делать только шагом.

5.18. При выходе из раздевалки, Посетитель получает свою карту у администратора.

5.19. При возникновении пожара Посетитель незамедлительно обязан покинуть территорию возгорания через имеющиеся эвакуационные выходы в соответствии с утвержденным планом эвакуации, сообщить о пожаре дежурному/инструктору или администратору.

5.20. Посетитель обязан строго соблюдать настоящие правила, правила техники безопасности и выполнять все требования дежурного или инструктора.

6. Правила посещения сауны

6.1. Несовершеннолетние Посетители допускаются в сауну исключительно в сопровождении родителя или иного законного представителя.

6.2. Посетители при пользовании услугами сауны несут ответственность за свое собственное здоровье и здоровье своих детей.

6.3. При посещении сауны Посетители гарантируют, что они сами и сопровождаемые ими лица находятся в физическом состоянии, которое позволяет им пользоваться сауной, и что ее посещение не нанесет вред их здоровью.

6.4. Посетители обязаны подчиняться указаниям и требованиям обслуживающего персонала.

6.5. Посетители обязаны соблюдать и поддерживать общественный порядок и общепринятые нормы поведения, вести себя уважительно по отношению к другим Посетителям, обслуживающему персоналу, лицам, ответственным за соблюдение порядка.

6.6. При обнаружении каких-либо дефектов сауны или оборудования до начала сеанса, Посетитель обязан незамедлительно сообщить дежурному/инструктору или администратору об этом.

6.7. Посетитель обязан соблюдать чистоту и порядок в помещении сауны и комнаты отдыха. Посетителям необходимо находиться в сменной обуви (сланцы, тапочки и т.п.) для соблюдения требований гигиены и безопасности.

6.8. СОК «Луч» не несет ответственности за личные вещи посетителей (драгоценности, часы, деньги и т.д.) во время посещения сауны.

6.9. Посетители обязаны покинуть сауну после окончания сеанса. За превышение времени пребывания в сауне вносится доплата как за полный сеанс.

6.10. За травмы и несчастные случаи, связанные с нарушением правил пользования сауной, СОК «Луч» ответственности не несет.

6.11. В случае ненадлежащего поведения посетителей и отказа выполнить требования обслуживающего персонала об освобождении помещения сауны СОК «Луч» вправе вызвать наряд полиции.

6.12. Посетитель дает согласие на соблюдение настоящих правил и несет полную ответственность за их нарушение в соответствии с настоящими правилами и действующим законодательством РФ

6.13. Недобросовестным и нарушающим правила посещения сауны посетителям СОК «Луч» в лице его сотрудников вправе отказать в последующих посещениях сауны и оказании иных услуг, предоставляемых СОК «Луч».

6.14. При нарушении правил поведения и пользования сауны, а также вынужденном удалении посетителя из сауны, компенсация за неиспользованное время не производится.

6.15. Посетитель лично несет ответственность за неправильное пользование сауной и оборудованием, что может повлечь за собой получение травм и увечий, а также причинения вреда имуществу СОК «Луч».

6.16. СОК «Луч» не несет ответственность в случаях:

- ухудшения здоровья посетителей, в результате обострившихся хронических заболеваний, имеющих у посетителей до начала оказания услуг;

- нарушения правил пользования сауной;

- противоправных действий третьих лиц.

6.17. Посетителям при нахождении в сауне запрещается:

- находиться в сауне и зоне отдыха в полностью раздетом виде;

- использовать косметические средства, в том числе кремы, скрабы и иные средства в парной;

- посещать несовершеннолетним Посетителям сауну без сопровождения родителей и/или иных сопровождающих совершеннолетних лиц;

- поливать камни водой, масляными и иными веществами, в том числе ароматическими смесями и моющими средствами;

- принимать пищу в парной и зоне отдыха сауны;

- самостоятельно включать или выключать сауну;

- оставлять несовершеннолетних Посетителей в сауне, зоне отдыха без сопровождения взрослых;

- посещение сауны Посетителями, имеющими медицинские противопоказания;

- распылять в сауне аэрозольные жидкости;

- использовать в сауне веник;

- использовать сауну в целях личной гигиены (бриться, стирать личные вещи и т.д.);

- использовать сауну для сушки полотенец и личных вещей.

