

Утверждаю
Директор МБУ ДО
«СШ «Мещёра»
_____ А.Б.Катаев

ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ

муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Спортивная школа «Мещёра»

Настоящие правила разработаны с целью обеспечения порядка и безопасности посещения муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Спортивная школа «Мещёра» (далее — Спортшкола) находящегося по адресу: Гусь-Хрустальный район, г.Курлово, ул. Школьная, д. 20 и являются обязательными для выполнения и распространяются на всех без исключения посетителей.

Время работы Спортшколы с 8.00 до 21.00 ежедневно.

Администрация Спортшколы оставляет за собой право изменять расписание полностью или частично для проведения соревнований, для организации тренировочного процесса или санитарной обработки.

За порчу имущества виновные несут материальную ответственность и возмещают причиненный ущерб в полном объеме.

Администрация Спортшколы оставляет за собой право в любое время отказать посетителю в нахождении на территории Спортшколы, в случае нарушения им настоящих Правил.

При необходимости и для улучшения качества оказываемых услуг администрация Спортшколы оставляет за собой право изменять или дополнять настоящие Правила.

В услуги входит право пользоваться специализированными вспомогательными зонами спорткомплекса (душевыми, раздевалками, туалетами) предназначенными для посетителей.

Администрация не несет ответственность за состояние здоровья и возможный травматизм в следующих случаях:

- при нарушении клиентом правил техники безопасности при использовании спортивного инвентаря, а также техники безопасности при занятиях конкретными видами спорта в специализированных его частях;
- при самостоятельной тренировке;
- при игнорировании вводных инструктажей инструктора по спорту;
- при нарушении рекомендации врачебного заключения;
- за травмы, полученные вне территории спортивного комплекса;
- за травмы, полученные от противоправного действия третьих лиц;
- за травмы, полученные на территории спортивного комплекса по вине самого клиента.

Администрация не несет ответственность за ценные вещи, документы, деньги, сотовые телефоны и т.д.

В случае утери ключа от шкафчика, номерка от гардероба, необходимо обратиться к администратору и возместить стоимость утерянного ключа.

При нахождении подозрительных предметов необходимо немедленно проинформировать об этом администратора или администрацию Спортшколы.

На территории Спортшколы запрещается

1. Проход в специализированные зоны без разрешения.
2. Проходить в раздевалки, душевые и залы для занятий в верхней одежде и уличной обуви.
3. Находиться в состоянии алкогольного, наркотического и токсического опьянения.
4. Курение, употребление спиртных и алкогольных напитков.
Приносить взрывоопасные, пожароопасные, токсичные и сильно пахнущие вещества; стеклянные, режущие, колющие предметы, любые виды огнестрельного, газового и холодного оружия, а также жевательные резинки и другие пачкающие предметы.
5. Оставлять без присмотра детей! Администрация Спортшколы не несет ответственности за ребенка, находящегося без присмотра родителей, и за его здоровье. Во время нахождения ребенка на территории Спортшколы до момента, когда ребенка передали тренеру-преподавателю ответственность за его безопасность и здоровье несут родители!
6. Входить в служебные помещения, к которым относятся кабинеты, технические помещения, самостоятельно регулировать любое инженерно-техническое оборудование.
7. Оставлять вещи в шкафчиках после окончания занятий.
8. Производить кино и фотосъемку без разрешения администрации Спортшколы, за исключением фотографирования непосредственно своего занятия.
9. Посетителям, гостям и сотрудникам вести на территории Спортшколы и в его помещениях любую частную предпринимательскую деятельность.
10. Распространять рекламную продукцию без согласования с администрацией Спортшколы.
11. Оставлять собственный инвентарь на хранение на территории Спортшколы без предварительной договоренности и согласия администрации
12. Собирать и/или распространять любыми способами персональные данные, информацию о личной жизни посетителей и сотрудников Спортшколы;
13. Категорически запрещается пользоваться электробытовыми приборами, кроме установленных штатно.

Посетители обязаны:

1. Приходить в Спортшколу за 15 минут до начала занятий (для переодевания).
2. Переобуться в сменную спортивную обувь. Уличную обувь в пакете и верхнюю одежду сдать в гардероб.
3. В связи с особенностями профессиональных покрытий к обуви Посетителей предъявляются жесткие требования: находиться в игровом зале в обуви с темной или черной подошвой, бутсах (с шипами) и шиповках, обуви на

каблуках, обуви на шпильках запрещается.

4. Лица, сопровождающие детей в здании Спортшколы, обязаны одевать бахилы, проход сопровождающих в спортивные залы запрещен;

5. Через 15 минут после окончания занятий вернуть ключ от шкафчика для переодевания администратору и покинуть специализированные зоны Спортшколы;

6. Бережно относиться к оборудованию Спортшколы;

7. В случае возникновения неблагоприятной санитарно-эпидемиологической обстановки, посетители обязаны представить все требования (справки, сертификаты, коды и т.д. установленного образца), которые необходимы для посещения Спортшколы и к допуску для участия в физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятиях.

Правила посещения тренажерного зала

1. Детям и подросткам, не достигшим возраста 16 лет, посещать тренажерный зал запрещено, исключением является посещение в сопровождение тренера-преподавателя во время учебно-тренировочных занятий.

2. Посетитель обязан строго соблюдать длительность посещения.

3. Абонемент, документ, подтверждающий оплату услуги, на время пребывания на занятии в тренажерном зале приобретается у администратора через кассу.

4. К занятиям в тренажерном зале допускаются лица, достигшие 16-летнего возраста. Лицам старше 50 лет иметь справку о допуске к занятиям от терапевта.

5. Посещать тренажерный зал необходимо в специальной спортивной одежде (верхняя часть тела должна быть закрыта) и обуви, предназначенной для тренировки в спортивном зале.

6. Посетитель обязан соблюдать правила личной гигиены во время тренировки: необходимо использовать полотенце при использовании тренажеров.

7. При возникновении вопросов об использовании того или иного тренажера необходимо обращаться к администратору.

8. При выполнении упражнений со штангой необходимо использовать замки безопасности.

9. При использовании на занятиях свободных весов (гантелей, штанг, гирь) необходимо подбирать их вес, исходя из своего уровня подготовленности.

10. Перед началом занятий на тренажерах необходимо ознакомиться и строго соблюдать положения инструкции, которой оснащен тренажер, а также предупреждающие надписи.

11. При использовании оборудования тренажерного зала более одного подхода необходимо быть внимательным к тем посетителям Спортшколы, которые хотели бы воспользоваться тем же оборудованием.

12. Во время занятий запрещается бросать на пол или иным образом неаккуратно использовать оборудование (гантели, штанги, блины и пр.), так как это приводит к повреждению оборудования, мебели, отделки помещений, повышенному шуму, а также к риску причинения вреда здоровью.

13. Запрещается работа на неисправных тренажерах. В случае обнаружения неисправностей (надрывов троса, механические повреждения) сообщите об этом администратору Спортшколы.

14. Не допускается перегрузка тренажерных устройств сверх нормы дополнительным навешиванием грузов.

15. Выполнение базовых упражнений (жим лежа, приседания со штангой) необходимо производить при страховке со стороны партнера.

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

17. Запрещается брать блины, гантели, грифы штанги влажными руками. Это может привести к выскальзыванию отягощения из рук и его падению.

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

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

20. При нанесении материального ущерба имуществу Спортшколы администрация вправе требовать возмещения полной стоимости поврежденного имущества.

21. Пользование тренажерным залом может быть ограничено при проведении профилактических, ремонтных и иных работ.

Правила посещения спортивных залов

1. Каждый посетитель самостоятельно определяет для себя возможность посещения спортивного зала, исходя из расписания спортивного зала.

2. Администрация Спортшколы вправе отказать посетителю в обслуживании или удалить из спортивного зала в любое время, в случае нарушения им общественного порядка или создания угрозы жизни, здоровью других посетителей.

3. За одежду, документы, деньги, сотовые телефоны, ювелирные украшения, утерянные и оставленные без присмотра вещи администрация Спортшколы ответственности не несет.

4. К занятиям в спортивном зале допускаются посетители только в спортивной форме одежды и в сменной обуви на чистой подошве.

5. За травмы, ушибы и несчастные случаи, связанные с нарушением Правил, администрация ответственности не несёт.

6. Посещение занятий по единоборствам может повлечь за собой получение повреждений и травм.

7. Посетитель добровольно берет на себя ответственность за получение любого вида повреждений, от которых он может пострадать физически или морально.

Запрещается:

1. Входить в спортивный зал и использовать спортивный инвентарь без разрешения.

2. В помещениях спортивного зала курить, употреблять, распространять и продавать спиртные напитки, наркотики и не разрешенные к использованию медикаменты. Посетители в нетрезвом виде к занятиям в спортивном зале не допускаются.

3. Размещать объявления, рекламные материалы, проводить опросы и

распространять товары на территории спортивного зала.

4. Приносить в спортивный зал продукты питания и осуществлять прием пищи.

5. Пользоваться открытым огнем, применять взрывчатые и легковоспламеняющиеся вещества, в том числе пиротехнические изделия (фейерверками, бенгальским огнем, петардами, и т.п.).

6. Заниматься на неподготовленных для занятий местах и не пользоваться неисправным оборудованием или инвентарем.

7. Наносить ущерб помещениям, сооружениям и оборудованию спортивного зала.

8. Наносить любые надписи в спортивном зале, раздевалках, туалетах и др. помещениях учреждения.

9. Проявлять неуважение к обслуживающему персоналу и посетителям спортивного зала.

10. Заниматься спортом при повышенной температуре тела, после перенесенных заболеваний, при плохом самочувствии.

Правила посещения спортивных залов групповых занятий с тренером-преподавателем

1. К занятиям допускаются обучающиеся:

- прошедшие медицинский осмотр и отнесенные по состоянию здоровья к основной или подготовительной медицинским группам;
- прошедшие инструктаж по мерам безопасности;
- имеющие спортивную обувь и форму, не стесняющую движений и соответствующую теме и условиям проведения занятий.

2. Обучающиеся обязаны:

- приходить в Спортшколу за 15 минут до начала занятий (для переодевания).
- только в сопровождении с тренером-преподавателем заходить в зал.
- брать спортивный инвентарь с разрешения тренера-преподавателя;
- бережно относиться к спортивному оборудованию, не использовать его не по назначению;
- не покидать место проведения занятия без разрешения тренера-преподавателя;
- при получении травмы или ухудшении самочувствия прекратить занятие и поставить в известность тренера-преподавателя;
- во время учебно-тренировочного процесса не шуметь, не мешать тренеру-преподавателю и другим занимающимся;
- организованно с тренером-преподавателем покинуть место проведения занятия.

3. Законные представители занимающегося ожидают своего обучающегося в фойе Спортшколы, проход в спортивные залы запрещен.

4. За несоблюдение Правил обучающийся может быть не допущен или отстранен от участия в учебно-тренировочном процессе.

**Администрация муниципального
бюджетного учреждения дополнительного образования
«Спортивная школа «Мещёра»**