

**Инструкцией по технике безопасности и правила посещения
тренажерного зала “ДРАЙВ фитнес”**

1. Общие положения.

1.1. Настоящие Правила посещения тренажерного зала (далее по тексту - Правила) разработаны с целью создания безопасных и комфортных условий для тренировок.

1.2. Правила обязательны для всех посетителей тренажерного зала. В случае нарушения настоящих правил, администрация тренажерного зала “ДРАЙВ фитнес” оставляет за собой право на досрочное прекращение абонементов.

1.3. В случае необходимости Правила могут быть пересмотрены или дополнены.

2. Правила посещения тренажерного зала.

2.1. Пропуском в тренажерный зал является абонемент или кассовый чек на оплату разового посещения занятия.

2.2. Клиент обязан оплатить абонемент или разовое посещение занятий в соответствии с действующим ценами на услуги тренажерного зала “ДРАЙВ фитнес”.

2.3. Абонемент выдается администратором после оплаты и предъявляется при каждом посещении тренажерного зала. На время тренировки абонемент предъявляется администратору тренажерного зала.

2.4. Кассовый чек выдается администратором после оплаты разового занятия.

2.5. Абонемент является персональным (именным).

2.6. Каждое посещение тренажерного зала (в том числе бесплатное) фиксируется администратором.

2.7. В соответствии с видом абонемента могут предоставляться следующие услуги:

1. по абонементу в тренажерный зал студентов и школьников на 30 дней;

2. по абонементу в тренажерный зал студентов и школьников на 90 дней;

3. по абонементу в тренажерный зал на 8 занятий в течении 30 дней;

4. по абонементу в тренажерный зал на 12 занятий в течении 30 дней;

5. по абонементу в тренажерный зал на безлимитное количество занятий в 30 дней;

6. по абонементу в тренажерный зал на безлимитное количество занятий на 90 дней;

7. по абонементу в тренажерный зал на безлимитное количество занятий на 180 дней;

2.8. Оплата абонементов принимается в наличной и безналичной форме в белорусских рублях согласно действующим ценам на услуги тренажерного зала “ДРАЙВ фитнес”.

2.9. Юридические лица, с которыми заключен договор, о предоставлении физкультурно-оздоровительных услуг обязаны проинструктировать своих работников о следующем порядке посещения физкультурно-оздоровительного комплекса: необходимо зарегистрироваться у администратора и получить абонемент, на основании которого клиент может получить физкультурно-оздоровительную услугу.

2.10. Срок действия абонемента 30 календарных дней с момента первого посещения фитнес-центра “ДРАЙВ фитнес”.

2.11. По уважительным причинам абонемент может быть «заморожен» (приостановлен срок действия абонемента). Уважительные причины: болезнь клиента или ребенка клиента, командировка. Для подтверждения клиентом должен быть предоставлен больничный лист или командировочное удостоверение. Приостановление абонемента без уважительной причины может быть применимо для абонементов сроком на 90 дней (1 раз максимально на 10 дней) и для абонементов сроком на 180 дней (до 2-х раз суммарно на 20 дней). Если абонемент «замораживается» на определенное количество дней, а клиент отсутствовал меньшее количество дней, то, при возобновлении посещений, срок его действия продлевается на реально пропущенные дни. «Заморозка» абонемента производится по предварительному обращению клиента. Заявление можно подать лично или по e-mail: info@drive-fitness.by. Необходимо указать Фамилию и Имя, дату начала заморозки и номер абонемента. Приостановление абонемента осуществляется с даты обращения или с будущей даты. «Заморозка» снимается в день посещения фитнес-центра клиентом или по истечении максимального срока «заморозки».

2.12. Администрация фитнес-центра “ДРАЙВ фитнес” имеет право в случае нарушения клиентом настоящих правил предупредить клиента и запретить ему посещать тренажерный зал без финансовой компенсации при нарушении настоящих правил.

2.13. Предоставляя услуги тренажерного зала фитнес-центр “ ДРАЙВ фитнес ” руководствуется тем, что Клиент не имеет противопоказаний для занятий физической культурой.

2.14. Администрация фитнес-центра “ДРАЙВ фитнес” не несёт ответственности за полученные травмы при неправильном использовании силового оборудования и несоблюдения техники безопасности, а также за здоровье Клиента и его медицинское обеспечение.

2.15. Администрация не несет ответственность за сохранность личных и ценных вещей, оставленных в фитнес-центре “ДРАЙВ фитнес”.

2.16. Администрация фитнес-центра “ДРАЙВ фитнес” имеет право в одностороннем порядке изменить стоимость предоставляемых услуг и действующих акций без предупреждения.

3. Правила техники безопасности при занятиях в тренажерном зале.

3.1. Приступать к занятиям в тренажерном зале можно только после ознакомления с настоящими правилами техники безопасности.

3.2. К самостоятельным занятиям в тренажерном зале допускаются лица, достигшие 16-летнего возраста.

3.3. Дети до 14 лет могут посещать тренажерный зал только в сопровождении родителей или доверенных лиц семьи не моложе 18 лет. Дети с 14 летнего возраста могут посещать тренажерный зал с письменного разрешения родителей, составленного в фитнес-центре “ДРАЙВ фитнес”.

3.4. Занятия в тренажерном зале разрешены только в чистой спортивной обуви, рекомендуется использовать удобную закрытую обувь с резиновой и нескользящей подошвой. Запрещается тренироваться в состоянии алкогольного и наркотического опьянения, а также использовать обувь на высоких каблуках, с кожаной подошвой, с шипами, тренироваться босиком или в открытой обуви.

3.5. Рекомендуется снять с себя предметы, представляющие опасность при занятиях в тренажерном зале (часы, висячие серьги и т.п.), убрать из карманов колющие и другие посторонние предметы.

3.6. Перед началом занятий на тренажере под руководством администрации фитнес-центра “ДРАЙВ фитнес” проверить исправность и надежность установки и крепления тренажера.

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

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

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

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

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

3.12. Передвигаться по залу необходимо не торопясь, не заходя в рабочую зону других занимающихся. Запрещается бегать, прыгать, либо отвлекать внимание занимающихся иными способами.

3.13. Запрещается работа на неисправных тренажерах. В случае обнаружения неисправностей (надрыв троса, механические повреждения) необходимо сообщить об этом администрации фитнес-центра “ДРАЙВ фитнес”.

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

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

3.16. Запрещается приступать к занятиям в зале при незаживших травмах и общем недомогании. При наступлении плохого самочувствия во время занятий необходимо прекратить тренировку.

3.17. Запрещается прикасаться к движущимся частям блочных устройств.

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

3.19. Запрещается ставить бутылки с водой на тренажеры, подключенные к электросети.

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

3.21. 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.

3.22. В тренажерном зале не разрешается заниматься с обнаженным торсом.

3.23. Прием и хранение пищи в зонах, предназначенных для тренировок, запрещен.

3.24. Запрещается самостоятельно регулировать систему кондиционирования и вентиляции зала, громкость трансляции и подбор музыкального сопровождения.

3.25. При поломке или порче спортивного инвентаря необходимо прекратить занятия и сообщить об этом администрации фитнес-центра “ДРАЙВ фитнес”. Занятия продолжать только после устранения неисправностей или замены спортивного оборудования (инвентаря).

4. Ответственность за порчу предметов в тренажерном зале

4.1. В соответствии с гражданским кодексом РФ вред, причиненный личности или имуществу гражданина, а

также вред, причиненный имуществу юридического лица, подлежит возмещению в полном объеме лицом, причинившим вред. (Статья 933 п.1 ГК РБ).

4.2. В остальных случаях, при нанесении потребителем ущерба исполнителю вследствие нарушения правил, утвержденных в фитнес-центре “ДРАЙВ фитнес”, повреждения либо утраты предметов или оборудования, принадлежащих фитнес-центру “ДРАЙВ фитнес”, виновный должен возместить стоимость нанесенного ущерба с учетом затрат на его ремонт в полном объеме, по существующим на день оплаты ценам, определяемым администрацией фитнес-центра “ДРАЙВ фитнес”, либо произвести равноценную замену по согласию сторон.