

Regulamin siłowni w obiekcie Centrum Kultury i Rekreacji w Koziegłowach

§ 1. Postanowienia ogólne

1. Niniejszy regulamin określa zasady korzystania z siłowni w Centrum Kultury i Rekreacji w Koziegłowach, zwanej dalej „Siłownią” lub „Obiektem”.
2. Siłownia jest własnością Gminy Czerwonak.
3. Administratorem Siłowni jest Centrum Rozwoju Kultury Fizycznej AKWEN w Czerwonaku, ul. Leśna 6, 62-004 Czerwonak, tel. 61 812 14 04, www.akwenczerwonak.pl, zwany dalej „Administratorem”.
4. Wszystkie osoby przebywające na terenie Obiektu zobowiązuje się do przestrzegania postanowień niniejszego regulaminu, stosowania się do poleceń Administratora oraz zachowania wszelkich zasad bezpieczeństwa.
5. Wstęp na teren Obiektu równoznaczny jest z akceptacją postanowień niniejszego regulaminu.
6. Przebywanie na terenie Siłowni możliwe jest po wcześniejszym wpłaceniu kwoty ustalonej w cenniku i otrzymaniu paska transponderowego w kasie Obiektu.
7. Godziny otwarcia Obiektu oraz cennik korzystania z Siłowni dostępne są w kasie Obiektu i na stronie Administratora: www.akwenczerwonak.pl.
8. W przypadku organizowania imprez sportowych lub zajęć zorganizowanych Administrator Obiektu ma prawo do zmiany harmonogramu korzystania z Siłowni, zamknięcia jej w całości lub części.
9. Administrator lub osoba przez niego upoważniona może czasowo ograniczyć wstęp na Siłownię ze względu na przekroczenie maksymalnej liczby osób korzystających lub w przypadku, gdy liczba osób stwarzałaaby sytuację zagrożenia dla użytkowników.
10. Grupy zorganizowane przed wejściem na teren Obiektu zobowiązane są zgłosić się do recepcji i uzgodnić warunki korzystania z Obiektu.

§ 2. Zasady korzystania z Siłowni

1. Każda osoba korzystająca z urządzeń i sprzętu sportowego znajdujących się na terenie Siłowni jest zobowiązana do zapoznania się z instrukcją ich obsługi i użytkowania oraz do jej bezwzględnego przestrzegania.
2. Przed rozpoczęciem ćwiczeń, dla zachowania bezpieczeństwa zaleca się sprawdzenie stanu urządzenia, a w przypadku zauważenia wszelkich nieprawidłowości – zgłosić ten fakt instruktorowi.
3. Z Siłowni wolno korzystać wyłącznie w obecności pracownika Obiektu.
4. Aby uzyskać pomoc, osoby z niepełnosprawnością lub ich opiekunowie proszeni są o zgłoszenie się w recepcji Siłowni.
5. Osoby korzystające z Siłowni oświadczają, że nie mają przeciwwskazań zdrowotnych do wykonywania ćwiczeń fizycznych. Osoby z problemami zdrowotnymi przed skorzystaniem z usług Siłowni powinny skonsultować się z lekarzem.
6. Korzystający z Siłowni zobowiązani są do dostosowania intensywności i rodzaju ćwiczeń do stanu swojego zdrowia i aktualnej kondycji fizycznej.
7. Na terenie Siłowni nie zapewnia się opieki medycznej.
8. O wszelkich wypadkach i innych sytuacjach zagrażających życiu lub zdrowiu użytkowników należy bezwzględnie powiadomić Administratora lub pracowników Obiektu.
9. Z Obiektu mogą korzystać osoby:

- a) pełnoletnie;
 - b) małoletnie po ukończeniu 14. roku życia – za pisemną zgodą rodziców / opiekunów prawnych.
10. Z Siłowni należy korzystać w stroju oraz obuwiu sportowym (czystym, na płaskiej podeszwie, bez kołków i kołków, niepozostawiającym podczas użytkowania zabrudzeń, rys itp.). Ze względów higienicznych oraz zaleceń konserwacyjnych sprzętu zalecamy używanie ręczników, które należy położyć na wykorzystywane stanowiska do ćwiczeń.
11. Ubranie wierzchnie zmienia się na strój sportowy w szatni.
12. W szafkach można przechowywać wyłącznie przedmioty służące korzystaniu z Siłowni, w szczególności odzież zmienną, kosmetyki, ręczniki. Administrator Obiektu oświadcza, że nie posiada zabezpieczeń gwarantujących zabezpieczenie mienia znacznej wartości przed utratą, kradzieżą, zniszczeniem.
13. Po zakończeniu korzystania z Siłowni należy oddać w kasie pasek transponderowy.
14. Za zniszczenie lub zgubienie paska transponderowego lub żetonu do szatni pobierana jest opłata zgodnie z cennikiem.
15. Zabronione jest wszelkie postępowanie zagrażające bezpieczeństwu, w szczególności:
- a) przebieranie się poza szatnią;
 - b) wchodzenie w innym stroju i obuwiu niż sportowe;
 - c) przebywanie osobom po spożyciu alkoholu, narkotyków, środków odurzających;
 - d) żucie gumy i spożywanie pokarmów;
 - e) wnoszenie opakowań szklanych;
 - f) wnoszenie wszelkich niebezpiecznych przedmiotów;
 - g) zaśmiecanie i zanieczyszczanie terenu Siłowni;
 - h) niszczenie urządzeń i wyposażenia Siłowni;
 - i) wnoszenie przedmiotów utrudniających komunikację;
 - j) hałasowanie, przeszkadzanie ćwiczącym oraz innym osobom przebywającym na terenie Siłowni;
 - k) pozostawianie na przyrządach jakichkolwiek przedmiotów;
 - l) wykonywanie ćwiczeń siłowych bez rozgrzewki;
 - m) ćwiczenie z niespiętymi, długimi włosami oraz z biżuterią i ozdobami, mogącymi spowodować uszkodzenie ciała;
 - n) korzystanie z własnego sprzętu sportowego, dokonywanie jakiegokolwiek modyfikacji przyrządów oraz przemieszczanie wyposażenia ruchomego bez zgody personelu;
 - o) korzystanie ze sprzętu sportowego oraz wyposażenia Siłowni niezgodnie z ich przeznaczeniem;
 - p) wykonywanie ćwiczeń siłowych na ławce w pozycji leżącej oraz treningu z dużymi obciążeniami bez asekuracji instruktora lub osób współćwiczących;
 - q) gwałtowne opuszczanie ciężarów umieszczonych na stosach;
 - r) wkładanie kończyn pomiędzy ruchome części segmentów przyrządów;
 - s) zakładanie na sztangę talerzy niezabezpieczonych zaciskami i o różnej wadze po obu końcach sztangi;
 - t) ćwiczenie luźnymi przyborami poza miejscami do tego wyznaczonymi;
 - u) ćwiczenie przy użyciu stojaków do sztangi ustawionych na różnych wysokościach;
 - v) wykonywanie ćwiczeń na przyrządach uszkodzonych lub niesprawnych;

- w) wprowadzania zwierząt z wyłączeniem psów przewodników i asystujących osobom ze szczególnymi potrzebami;
 - x) prowadzenie działalności szkoleniowej i zarobkowej bez zgody Administratora Obiektu (dotyczy również prowadzenia treningów personalnych).
16. Użytkownik używa okularów i szkieł kontaktowych na własne ryzyko. Okulary muszą być założone w sposób uniemożliwiający ich zsunięcie.
17. Osoby korzystające z Siłowni zobowiązane są do zdezynfekowania urządzenia oraz pozostawienia ładu i porządku po zakończeniu ćwiczeń.

§ 3. Postanowienia końcowe

1. Na terenie Obiektu znajduje się system monitoringu wizyjnego wraz z zapisem, a nagrania z kamer mogą być podstawą do pociągnięcia do odpowiedzialności użytkowników, którzy nie stosują się do regulaminu. Administrator Obiektu gwarantuje, że monitoring prowadzony jest w sposób nienaruszający godności i prywatności użytkowników.
2. Rzeczy znalezione na terenie Obiektu należy przekazać pracownikowi obsługi. Obsługa Obiektu wydaje rzeczy znalezione po identyfikacji ich przez właściciela w okresie do 7 dni od daty pozostawienia.
3. W sprawach nieuregulowanych w niniejszym regulaminie zastosowanie mają obowiązujące przepisy prawa.
4. Wszelkie skargi i wnioski, a także zauważalne uszkodzenia Obiektu i jego infrastruktury należy zgłaszać Administratorowi:
Centrum Rozwoju Kultury Fizycznej AKWEN w Czerwonaku
ul. Leśna 6, 62-004 Czerwonak
tel. 61 811 11 51
e-mail: plywalnia@akwenczerwonak.pl