

ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ И ПОВЕДЕНИЯ ПОСЕТИТЕЛЕЙ ФИТНЕС КЛУБА «ЮДЖИН»

Настоящие Правила разработаны в целях поддержания порядка, исключения травматизма, соблюдения техники безопасности и норм поведения членов клуба. Соблюдение этих правил позволит нам сделать Ваше пребывание в клубе максимально комфортным и приятным.

Общие положения

1. Настоящие Правила посещения фитнес клуба «Юджин» разработаны в соответствии с законодательством РФ и являются обязательными для всех посетителей, вне зависимости от возраста и состояния здоровья. Правила посещения клуба размещены на сайте, стойке рецепции и информационном стенде расположенном на 1 этаже.
2. Правила регулируют отношения между Клиентом клуба и Администрацией.
3. Клиенты фитнес клуба обязаны ознакомиться с настоящими Правилами до начала пользования услугами.
4. Приобретение услуг клуба является подтверждением согласия посетителя с Правилами посещения и их соблюдением.
5. Цель настоящих правил – установление четких и доверительных отношений между Клиентом клуба и Администрацией фитнес клуба.
6. В случае неоднократного (два раза и более) нарушения Клиентом положений настоящих правил администрация фитнес клуба вправе отказать такому клиенту в посещении фитнес клуба.

Режим работы фитнес клуба

Фитнес клуб открыт для посещения ежедневно в течение всего года в соответствии с установленными часами работы и с учетом технических перерывов.

1. Режим работы клуба: в будние дни с 7:00 до 23:00, в выходные и праздничные дни с 10:00 до 20:00, клуб ежегодно закрыт 1 и 2 января. Вход в клуб прекращается за 45 мин до времени окончания работы клуба.
2. Фитнес клуб имеет право изменять часы работы. Информация об изменениях часов работы клуба размещается на рецепции, информационных стендах клуба, сайте.
3. Количество технических перерывов в работе фитнес клуба и/или отдельных его залов, помещений, а также их продолжительность определяется в соответствии с санитарными правилами и нормами РФ, а также нормами технической эксплуатации.

Условия предоставления услуг

1. Вход в фитнес клуб осуществляется только при предъявлении Клубной карты (абонеента).
2. Клубная карта является собственностью клуба и не может быть продана или передана другому лицу без переоформления договора. Клубная карта переоформляется в фитнес клубе в присутствии человека, на которого будет совершено переоформление (услуга переоформления бесплатная). Допускается однократное переоформление клубной карты на другого человека, в случае невозможности посещения клуба. Клубные карты на все дополнительные услуги (в том числе и персональные тренировки) не переоформляются. В случае утери клубной карты, Клиент должен восстановить ее (услуга платная).
3. Клубная карта выдается, после подписания между Клиентом и фитнес клубом договора на предоставление услуг, выбранных Клиентом и оплаты этих услуг в полном объеме.
4. Клубная карта является персональной и не может быть передана другими лицами. В случае установления факта передачи клубной карты третьему лицу администрация клуба вправе в одностороннем порядке изъять такую карту у третьего лица и аннулировать.
5. В случае если Член клуба оплачивает услуги не в полном объеме, ему предоставляется беспроцентная рассрочка сроком до 90 дней с момента покупки услуг. На дополнительные услуги фитнес клуба рассрочка не предоставляется, такие услуги оплачиваются сразу в полном объеме. В случае неоплаты услуг в полном объеме в указанные сроки, администрация клуба вправе ограничить доступ члена клуба в клуб, приостановив действие клубной карты до момента полного погашения задолженности.
6. Активация клубной карты происходит при первом посещении Фитнес клуба, но не позднее 30 дней с момента покупки.
7. Услуга заморозка является подарком к карте "Премиум" и предоставляется на указанный в договоре срок.
8. Клиентам клуба за отдельную плату предлагаются дополнительные услуги: занятия с тренером, дополнительные групповые занятия(студии), детские секции, и т.д. С перечнем дополнительных услуг можно ознакомиться на рецепции фитнес клуба.
9. Если с Клиентом во время посещения находится ребенок, то клиент обязан самостоятельно обеспечить за ним полный надзор. Дети до 16 лет не допускаются в тренажерный зал без сопровождения родителей или лиц, ими уполномоченных. Исключением является услуга занятия с тренером для детей до 16 лет.
10. Находиться в верхней одежде разрешается только в зоне рецепции, в раздевалках. Администрация клуба вправе не допустить Клиента в клуб на тренировку в уличной обуви. Необходимо соблюдать правила общей гигиены и чистоту во всех помещениях клуба.
11. Для тренировок (занятий) следует переодеться в одежду, соответствующую выбранному виду тренировки (в тренажерном зале, в зале групповых программах и т.д.), переобуться в закрытую спортивную обувь на шнурках. Верхняя часть туловища должна быть закрыта. Запрещается находиться в шипованной обуви и обуви на каблуках в фитнес зонах и залах. Запрещается заниматься босиком, в тапочках, сланцах и другой

- аналогичной обуви за исключением специальных занятий (например, йога). Запрещается выходить в переобутой спортивной обуви за пределы фитнес клуба.
12. Переодевание допускается только в помещениях раздевалок.
 13. Запрещается проносить в тренировочные залы сумки.
 14. Запрещается жевать на тренировке жевательную резинку - это опасно для жизни.
 15. Запрещается оставлять после занятий в тренировочных залах предметы личного пользования и тару из под напитков.
 16. В целях обеспечения безопасности и сохранности имущества в фитнес клубе может осуществляться видеонаблюдения, видео, фотосъемка.
 17. Посещая клуб, не оставляйте личные вещи и одежду без присмотра. Используйте для их хранения шкафчики в раздевалке. Администрация фитнес клуба не несет ответственности за утрату имущества клиентов, гостей и посетителей клуба на всей территории фитнес клуба, включая раздевалки и душевые. Для хранения вещей можно арендовать шкафчик личного пользования. Для хранения ценных вещей, можно арендовать сейфовую ячейку.
 18. За порчу оборудования и имущества фитнес клуба клиент несет персональную ответственность. В этом случае клиент обязан возместить причиненные убытки за счет собственных средств. В случае отказа клиента от возмещения убытков администрация вправе приостановить допуск клиента к занятиям до полного возмещения убытков. При этом срок действия договора не приостанавливается.
 19. Запрещено выносить оборудование и имущество фитнес клуба за его пределы.
 20. После окончания пребывания в фитнес клубе клиент обязан забрать свои вещи, освободить шкафчик, сдать от него ключ на рецепцию .
 21. По истечении срока действия договора, обязанности фитнес клуба в части предоставления комплекса физкультурно-оздоровительных услуг считается выполненным, услуги считаются оказанными.

Права и обязанности клиента

1. До начала посещения фитнес клуба клиенту рекомендуется проконсультироваться с лечащим врачом или медицинским работником на предмет готовности в двигательной активности и физическим нагрузкам.
2. При заключении договора о предоставлении физкультурно-оздоровительных услуг клиент подтверждает, что ни он, ни его несовершеннолетние дети не имеют медицинских противопоказаний для занятия физкультурой, спортом и полностью принимает на себя ответственность за состояние своего здоровья и состояние здоровья своих несовершеннолетних детей, посещающих фитнес клуб вместе с ним.
3. Клиент обязан самостоятельно контролировать свое собственное здоровье. При наличии острых и/или кожных заболеваний, а также обострении хронических заболеваний, следует воздержаться от посещения фитнес клуба.
4. Клиент фитнес клуба обязан соблюдать и поддерживать общественный порядок общепринятые норм поведения, вести себя уважительно по

отношению к другим клиентам, обслуживающему персоналу, не допускать действий, создающих опасность для окружающих. Запрещено беспокоить других клиентов клуба, нарушать чистоту и порядок, использовать в своей речи нецензурные выражения. Если вольные или невольные действия клиента создают угрозу для его собственной жизни и /или здоровья, а также здоровья и/или окружающих или противоречат общепринятым нормам морали и этики, администрация фитнес клуба вправе применить меры к указанным лицам в виде отстранения от тренировок (пребывания в фитнес клубе), вывода за пределы фитнес клуба или вызова сотрудников правоохранительных органов.

5. Клиент фитнес клуба обязан соблюдать правила личной гигиены, иметь при посещении клуба личное полотенце и пользоваться им во время занятий.
6. Клиенту фитнес клуба, гостям, посетителям запрещено осуществлять видео, фотосъемку на всей территории фитнес клуба без письменного разрешения администрации клуба.
7. Клиенту фитнес клуба, гостям, посетителям запрещено самостоятельно изменять температурный режим, режим кондиционирования, уровень освещения, пользоваться музыкальной и другой аппаратурой клуба.
8. Не разрешается использовать во время занятий в клубе парфюмерию с резким запахом, проводить рекламные акции, пользоваться самостоятельно музыкальной и другой техникой клуба.
9. Клиенту фитнес клуба, гостям, посетителям запрещено самовольно размещать на всей территории фитнес клуба объявления, рекламные материалы, проводить опросы.
10. Все помещения фитнес клуба являются зонами свободными от курения. Клиенту клуба запрещено приносить в клуб продукты питания, а также употреблять алкогольные и слабоалкогольные напитки, включая пиво на территории фитнес клуба. Клиенту клуба запрещено находиться в клубе в состоянии алкогольного или наркотического опьянения. Запрещено принимать пищу в местах, предназначенных для тренировок, в зонах отдыха и раздевалках.
11. Посещать фитнес клуб при наличии остаточных явлений алкогольного опьянения (похмельный синдром) запрещено. При подозрении на наличие у клиента признаков алкогольного и/или наркотического опьянения, а также остаточных явлений алкогольного опьянения администрация клуба вправе применить меры к указанным лицам в виде отстранения от тренировок и вывода за пределы клуба или вывоза сотрудников правоохранительных органов.
12. Клиенту запрещается приносить в фитнес клуб любые виды огнестрельного, газового и холодного оружия.
13. Клиенту запрещается приносить в фитнес клуб взрывоопасные, пожароопасные, токсичные и сильно пахнущие вещества.
14. Клиенту запрещается входить в зал групповых занятий во время проведения занятий, согласно установленному расписанию.
15. Клиенту запрещается входить в помещения, предназначенные для служебного пользования, самостоятельно регулировать любое инженерно-техническое оборудование.
16. Клиенту запрещается распространять на территории фитнес клуба любое спортивное питание, а также консультировать других клиентов о порядке его употребления.

17. Клиенту фитнес клуба запрещено входить на территорию клуба с домашними животными.
18. Клиент вправе получать необходимую и достоверную информацию о работе фитнес клуба и оказываемых им услугах.
19. Клиент клуба согласен получать от администрации фитнес клуба информацию:
 - о проводимых в фитнес клубе рекламных акциях, розыгрышах, мероприятиях,
 - о новых, оказываемых в фитнес клубе, физкультурно-оздоровительных услугах,
 - о предложении продлить договор на новый срок.

Такие уведомления могут быть направлены клиенту по электронной почте, смс сообщениями, по телефону.

20. Клиент вправе направлять в администрацию фитнес клуба свои мнения, предложения и рекомендации по каждому виду услуг.
21. Клиент вправе использовать заморозку согласно пакета предоставляемых услуг по письменному заявлению поданному до начала наступления ее срока. В случае не возможности предоставить заявление лично, можно отправить по электронной почте: eugeneclub35@gmail.com. Заявление вправе подать только владелец клубной карты или законный представитель несовершеннолетнего. Клиент лишается права на использование дней заморозки, если минимальное количество дней заморозки больше остатка неиспользованных дней по договору оказания фитнес услуг.

Права и обязанности фитнес клуба

Фитнес клуб обязан:

1. Предоставлять качественные базовые и дополнительные услуги.
2. Принимать своевременные меры по предупреждению и регулированию вопросов, связанных с недостаточным уровнем качества предоставляемых услуг.
3. Своевременно информировать клиентов об изменении в структуре услуг, оказываемых по договору, условиях их оказания путем размещения информации на сайте или рецепции клуба.
4. Предоставлять клиентам шкафчик для переодевания.

Фитнес клуб вправе:

1. При проведении клубных мероприятий ограничить зону, предназначенную для тренировок, о чем клиенты фитнес клуба извещаются заблаговременно путем размещения информации на рецепции клуба или официальном сайте.
2. При проведении профилактических и ремонтных работ ограничить или прекратить доступ клиентов в клуб.
3. Изменять режим работы клуба в целом или отдельных залов и помещений в связи с проведением в фитнес клубе спортивных мероприятий.
4. Изменять расписание групповых занятий заявленного в расписании.
5. Менять инструктора групповых занятий, заявленного в расписании.
6. Менять персональных тренеров в случае болезни, отпуска или увольнении.
7. Администрация фитнес клуба оставляет за собой право выбора музыкального сопровождения на территории клуба. Если общее музыкальное сопровождение мешает клиенту, клиент может воспользоваться своими наушниками.
8. Администрация фитнес клуба оставляет за собой право отказать в заключении (продлении) договора на оказание спортивно оздоровительных услуг любому лицу без объяснения причин.
9. Администрация фитнес клуба вправе отказать в допуске в клубе клиенту, у которого имеется задолженность по оплате услуг.
10. Администрация фитнес клуба вправе уведомлять клиента:

- о проводимых в фитнес клубе рекламных акциях, розыгрышах, мероприятиях,
- о новых, оказываемых в фитнес клубе, физкультурно-оздоровительных услугах,
- о предложении продлить договор на новый срок.

Такие уведомления могут быть направлены клиенту по электронной почте, смс сообщениями, по телефону.

11. Администрация фитнес клуба имеет право дополнять и изменять настоящие правила. Новые правила вступают в силу для клиентов клуба, с момента размещения последних для всеобщего ознакомления на рецепции клуба.

12. Фитнес клуб не несет ответственность за состояние здоровья и возможный травматизм в следующих случаях:

- При нарушении клиентов правил посещения конкретных территорий клуба
- Если клиент клуба тренируется самостоятельно
- Если клиент клуба не соблюдал правила техники безопасности при занятиях в тренажерном зале
- За травмы, полученные вне территории клуба
- За травмы, полученные от противоправных действий третьих лиц
- За травмы, полученные по вине самого клиента клуба на территории клуба

- Если травма не была зарегистрирована врачом медицинского учреждения

13. В случае необходимости, а также в целях улучшения деятельности фитнес клуба допускается введение новых пунктов правил.

14. Настоящие правила вступают в силу для клиентов клуба с момента размещения для всеобщего ознакомления на рецепции клуба.

Правила пользования раздевалками

1. Шкафчики в раздевалке используются для размещения одежды и других личных вещей.
2. Ключ от шкафчика выдается на рецепции и подлежит обязательному возврату после окончания занятий и пользования раздевалкой.
3. В случае утери ключа от шкафчика необходимо возместить стоимость утраченного ключа, в соответствии с прейскурантом.
4. В раздевалке не разрешается:

- оставлять свои вещи вне шкафчика;

- оставлять шкафчик открытым, во время посещения занятий;

- оставлять свои вещи в шкафчиках после окончания занятий.

5. По окончании рабочего времени, согласно режиму работы фитнес клуба, все шкафчики в раздевалках открываются.

6. Забытые в раздевалках и оставленные в шкафчиках вещи изымаются и передаются на ответственное хранение Администрации фитнес клуба. Все найденные на территории клуба вещи хранятся в клубе в течение 1 месяца. В случае если вещи не будут востребованы владельцем, вещи подлежат утилизации.

7. При посещении туалетов раздевалок необходимо соблюдать общие санитарные и гигиенические требования.

Правила пользования душевыми

1. Душевые раздевалок фитнес клуба предназначены только для лёгкого эстетического мытья после занятий. Максимальное время пребывания в душе не должно превышать 5-7 мин.
2. В часы наибольшей загруженности душевых соблюдайте очередность их посещения и будьте взаимовежливы.
3. Запрещается приносить в душевые шампуни и моющие средства в стеклянной таре.
4. В душевых не разрешается:

- окрашивание волос;
- пользоваться бритвенными принадлежностями;
- проводить процедуры по уходу за кожей (скраб, масла, маски и пр.);
- мытье обуви и стирка вещей.

Правила пользования саунами

1. Перед заходом в сауну необходимо принять душ, и снять украшения.
2. Запрещается заходить в сауну в резиновых тапочках. Оставляйте их при входе.
3. Используйте полотенца и стелите их на скамью.
4. Во время нахождения в сауне закрывайте слизистые части тела.
5. Избегайте соприкосновения с поверхностью каменки - это вызывает сильные ожоги.
6. В сауне не разрешается:

- поливать водой, эфирными маслами нагревательные элементы сауны, так как это может послужить причиной выхода сауны из строя;

- использовать веники, ароматизаторы, скрабы, маски, мёд, кофе и тому подобные вещества, способствующие загрязнению помещения и порче оборудования;

- сушить белье, полотенца;

- накрывать каменку посторонними предметами.

7. Во избежание несчастного случая рекомендуется посещать сауну в присутствии хотя бы одного посетителя фитнес клуба.

Правила посещения солярия

1. Убедительная просьба соблюдать правила личной гигиены. Перед посещением солярия примите душ.
2. Программу загара в солярии необходимо подбирать в соответствии с Вашим типом кожи.
3. Солярием могут пользоваться клиенты с 18 лет.
4. Между первым и вторым сеансом инсоляции должно пройти не менее 48 часов.
5. Время между последующими сеансами инсоляции не должно быть меньше 24 часов. Количество сеансов загара не должно превышать 50 часов в год.
6. Рекомендуется использовать средства, специально разработанные для загара в солярии и после сеанса инсоляции.

7. Если сеансы загара вызывают какую-то нежелательную реакцию, которую Вы не можете объяснить, и симптомы не исчезают в течение короткого промежутка времени, рекомендуем проконсультироваться с врачом.
8. Обязательно защищайте глаза с помощью специальных защитных очков. В солярии рекомендуется загорать в плавках, а женщинам необходимо закрывать грудь (наиболее удобно использовать одноразовые стикини для защиты груди в солярии).
9. Перед посещением солярия клиент обязан убедиться, что по результатам самостоятельно прошедших им медицинских осмотров, он не имеет противопоказаний для посещения солярия.

Правила работы залов (залы групповых занятий, зал единоборств) и проведения групповых занятий

1. Зал групповых занятий предназначен для проведения общих групповых тренировок по различным направлениям, зал единоборств и зал дополнительных занятий предназначен для проведения платных тренировок, как групповых, так и индивидуальных, по различным направлениям.
2. Групповые занятия приводятся по расписанию. Администрация фитнес клуба имеет право вносить изменения в текущее расписание и осуществлять замену инструктора. Расписание групповых занятий находится на рецепции и информационных стендах клуба, сайте.
3. Во время проведения клубных мероприятий зона, предназначенная для тренировок и групповых занятий, может быть ограничена. Информация о таких ограничениях заблаговременно размещается на рецепции, сайте.
4. Администрация фитнес клуба оставляет за собой право в одностороннем порядке менять инструктора групповых программ, заявленного в расписании, в случае их болезни, отпуска или увольнения.
5. Самостоятельные тренировки в залах групповых занятий могут осуществляться в период времени, свободный от групповых уроков, указанных в расписании.
6. Клиенты могут пользоваться услугами только инструкторов клуба "Юджин". Проведение самостоятельных персональных тренировок с другими клиентами и применение собственной хореографии запрещено.
7. Запрещается посещение групповых занятий детям, не достигшим 14 лет, за исключением специальных детских уроков.
8. Запрещается присутствие детей в зале, во время проведения групповых занятий.

Правила посещения групповых занятий

1. Запрещается посещение более двух групповых занятий за одно посещение Фитнес клуба.

2. Во избежание травм рекомендуется посещать тренировки соответствующие своему уровню подготовки.
3. В случае отсутствия у клиента уровня подготовки к выполнению определенных видов занятий инструктор фитнес клуба вправе не допустить его к занятиям.
4. Занятия в залах групповых программ проходят без предварительной записи, исключение студии, занятия проводятся только по предварительной записи. Количество занимающихся в студии ограничено. Записывайтесь заранее. Запись ведется на рецепции, сайте, группе ВК.
5. В случае опоздания на занятие более чем на 10 минут, инструктор имеет право не допустить опоздавшего до занятия.
6. После групповых занятий все оборудование должно быть возвращено на специально отведенные места.

Правила посещения тренажёрного зала

1. Перед началом занятий ознакомьтесь с правилами техники безопасности при работе на тренажёрах и со свободными весами.
2. Посещение тренажёрного зала без предварительного инструктажа по технике безопасности инструктором тренажёрного зала запрещено.
3. Во избежание получения травм упражнения с максимальными весами в тренажёрном зале рекомендуется выполнять с инструктором или партнером.
4. Соблюдайте технику безопасности и правила эксплуатации тренажёров.
5. Передвигайтесь по залу не торопясь, не заходите в рабочую зону других занимающихся.
6. В тренажёрном зале не разрешается:
 - заниматься с обнаженным торсом;
 - передвигать тренажёры;
 - поднимать штангу без использования замков;
 - бросать штангу на пол;
 - бросать гантели и ударять их одна о другую.
8. В тренажёрном зале строго запрещается самостоятельное нахождение детей, не достигших 16 лет. (Самостоятельные занятия в тренажёрном зале разрешены с 16 лет).
9. Дети до 16 лет допускаются к занятиям в тренажёрном зале в рамках секции или в сопровождении персонального тренера.

Правила проведения и посещения персональных тренировок

1. Персональная тренировка может проводиться только персональным тренером фитнес клуба.
2. Оплата за услуги персонального тренинга производится только на рецепции клуба, и считаются действительной только при наличии чека.
3. Длительность персональной тренировки может составлять от 30 до 90 минут.
4. Запись на персональную тренировку производится заранее, по согласованию с тренером.
5. В случае опоздания на персональную тренировку, время проведения тренировки сокращается.
6. Продление времени персональной тренировки на время опоздания, возможно только с согласия тренера и при наличии у него свободного времени, не занятого следующей персональной тренировкой.
7. Отмена или перенос персональной тренировки (с сохранением оплаты) может быть произведен накануне до 21 часа.
8. Просьба информировать об отмене или переносе персональных тренировок персонального тренера и администратора рецепции фитнес клуба.
9. В случае пропуска, персональной тренировки, не своевременной отмены или переноса, не использованная тренировка считается использованной. Пропущенные персональные тренировки не компенсируются, оплата за них не возвращается.
10. Администрация фитнес клуба оставляет за собой право замены персонального тренера в случае его болезни, отпуска или увольнения.

Правила техники безопасности при занятиях в кардиозоне

1. В начале тренировки на беговой дорожке необходимо становиться на подставки по краям движущейся ленты, установить минимальную скорость и начать тренировку после того, как лента пошла в движение. Нельзя сходить с тренажёра до полной остановки ленты.
2. Не оставляйте одежду, полотенца и прочие предметы вблизи кардиотренажера. Ваши вещи могут случайно попасть в его движущие части, что спровоцирует опасную ситуацию.
3. Не ставьте жидкости вблизи тренажера, а также на полу рядом с ним. Тренажеры подключены к электричеству, попадание на них воды может вызвать замыкание.
4. Заходить и сходить с тренажера можно только при полной его остановке, соблюдая осторожность.
5. Тренируясь на кардиотренажере, не оборачивайтесь назад. Ваше внимание рассеивается и возрастает риск получить травму.

Правила техники безопасности при занятиях в тренажерном зале

1. Перед началом любой тренировки во избежание травм необходимо провести разминку, обеспечивающую разогревание связок и мышц перед тренировкой.

2. Обязательно (лучше под руководством инструктора) проверьте исправность тренажера и надежность его установки и крепления.
3. Запрещается работа на неисправных тренажерах.
4. Запрещается прикасаться к движущимся частям блочных устройств.
5. При работе со свободными весами необходимо использовать замки, и тщательно проверять прочность резьбы на гантелях.
6. При разгрузке и подготовке свободных весов необходимо убедиться в устойчивом положении снаряда и позаботиться о необходимом закреплении грифов с помощью специальных приспособлений на стойках.
7. Запрещается нагружать тренировочные грифы сверх установленных техническими нормами пределов.
8. Во избежание несчастных случаев перед выполнением упражнений убедитесь, что упражнение и амплитуда движения снаряда не причинят никаких телесных повреждений или не повредят какое-либо оборудование.
9. Запрещается бросать свободные веса. Упражнения, подразумевающие в амплитуде постановку тяжелого веса, необходимо выполнять в строго отведенных местах.
10. Запрещается выполнять упражнения, связанные с риском для жизни, без страховки тренера.
11. Запрещается отвлекать тренеров, проводящих персональную тренировку и занимающихся во время особо опасных упражнений.
12. Запрещается распространять на территории зала информацию, связанную с методиками тренировок, которая может повлечь за собой случаи травматизма в спортивном клубе.
13. Запрещается вход в зал с жевательной резинкой во избежание несчастных случаев, связанных с дыхательной функцией организма.
14. Вход в тренажерный зал разрешен только в закрытой спортивной обуви.
15. Все клиенты, тренирующиеся без тренера, несут полную ответственность за методики своих тренировок и питания.

Правила посещения клуба детьми

1. Дети от 4 до 14 лет посещают Клуб в сопровождении родителей/ законных представителей или доверенных лиц не младше 18 лет. Посещать Клуб по детской клубной карте имеют право дети родителей/ законных представителей или доверенных лиц не младше 18 лет, являющихся на момент посещения Членами Клуба, и при наличии активной клубной карты у сопровождающего лица и у несовершеннолетнего. Допускаются также разовые платные посещения, при условии одновременного посещения родителями/ законными представителями Клуба по платному разовому визиту либо имеющими клубную карту. Родители несут персональную ответственность за детей на территории Клуба.
2. До посещения Клуба родители обязаны убедиться, что ребенок не имеет противопоказаний для занятий к физкультурно-оздоровительным мероприятиям в Клубе. Для этого законный представитель обязан посетить с ребенком врача и пройти медицинский осмотр ребенка. Законный представитель обязан контролировать состояние здоровья ребенка и отсутствие противопоказаний к физкультурно-оздоровительным мероприятиям в течение всего срока действия договора физкультурно-оздоровительных услуг. За причинение вреда жизни, здоровью ребенка

- вследствие имеющихся и/или возникших противопоказаний по состоянию здоровья Клуб ответственности не несет.
3. При участии в физкультурно-оздоровительных мероприятиях в Клубе на несовершеннолетних лиц распространяются требования всех разделов настоящих Правил, если иные правила не предусмотрены настоящим разделом. Родители/ законные представители обязаны контролировать знание и соблюдение настоящих правил их детьми. Родители/ законные представители обязаны разъяснять детям правила о недопустимости порчи инвентаря, оборудования, иного имущества Клуба, имущества третьих лиц, здоровья третьих лиц и несут ответственность за причинение вреда имуществу Клуба и/или третьих лиц, здоровью третьих лиц.
 4. Дети от 4 до 14 лет могут посещать занятия с персональным тренером, детские групповые программы, секции, детские студии с согласия родителей/ законных представителей по детской клубной карте или соответствующему абонементу. С 14 лет дети могут посещать дополнительно студии для взрослых с согласия родителей/ законных представителей по соответствующему абонементу. Согласием родителя на предоставление ребенку фитнес услуг является покупка соответствующей услуги.
 5. Сотрудник фитнес клуба вправе сделать устное замечание несовершеннолетнему ребенку в возрасте от 4 до 14 лет при нарушении им Правил посещения Клуба в период нахождения в тренировочных зонах Клуба, либо его родителю/законному представителю. Если после замечания несовершеннолетний ребенок продолжает нарушать Правила посещения Клуба, менеджер по продажам вправе отказать в предоставлении фитнес услуг, в связи с нарушением Правил посещения Клуба, уведомив родителя/законного представителя.
 6. Самостоятельно на тренажерах могут заниматься несовершеннолетние с 16 лет до 18 лет, имеющие опыт занятий в тренажерном зале с инструктором(тренером).
 7. Ребенок должен быть абсолютно здоров. Фитнес- инструктор или администратор имеют право не допустить несовершеннолетнего до занятий: если у ребенка насморк, кашель, болит горло или имеется другое инфекционное заболевание; если у ребенка расстройство пищеварения, тошнота или другое кишечное недомогание; если у ребенка повышенная температура; если у ребенка сыпь, незажившие ранки.

Помните: правила существуют, чтобы помочь людям и уберечь их от неприятностей. Соблюдение правил техники безопасности сделает ваши тренировки безопасными и эффективными. И вы в кратчайшие сроки без вреда для здоровья придете к намеченной цели.