

Zasady ogólne



1. Siłownia jest czynna:
 - od poniedziałku do piątku w godzinach 8.00-21.30
 - w soboty i niedziele w godzinach 8.00 - 21.00 w okresie wakacyjnym nieczynneGodziny mogą ulec zmianie.
2. Warunkiem korzystania z siłowni jest zakup biletu jednorazowego lub karnetu. oraz zapoznanie się z zasadami korzystania z siłowni i ich przestrzeganie.
3. Bez zgody Administratora zabrania się prowadzenia treningów personalnych.
4. Użytkownicy siłowni odpowiadają na zasadach ogólnych za wszelkie szkody wyrządzone ich działaniem.

Zasady korzystania z siłowni

1. Ćwiczący musi posiadać strój sportowy i czyste obuwie sportowe, ręcznik przeznaczony wyłącznie do treningu oraz jednorazowy bilet lub karnet.
2. Osoby korzystające z siłowni kupując bilet lub karnet oświadczają, że nie posiadają przeciwwskazań zdrowotnych do wykonywania ćwiczeń fizycznych i wykonują je na własną odpowiedzialność.
3. Osoby nieletnie poniżej 16 r. ż. mogą ćwiczyć tylko w obecności rodzica bądź opiekuna prawnego, instruktora lub nauczyciela. Od 16 do 18 r. ż. wymagana jest zgoda rodzica lub opiekuna prawnego na zakup karnetu.
4. Zabrania się wnoszenia i spożywania napojów alkoholowych na terenie obiektu oraz w jego otoczeniu.
5. Zabrania się spożywania oraz wykonywania zastrzyków w szatni i na terenie siłowni ze środków dopingujących np. sterydy.
6. Zabrania się korzystania z siłowni przez osoby pod wpływem alkoholu, środków odurzających lub innych podobnie działających substancji.
7. Przed przystąpieniem do ćwiczeń ze sztangą lub sztangielkami należy upewnić się czy zaciski są dokręcone.
8. Po skończeniu ćwiczeń ze sztangą należy zdjąć obciążenia i ułożyć je w stosach według wielkości.
9. Za szkody zdrowotne wynikające z nieumiejętnego stosowania przyrządów Administrator obiektu nie ponosi żadnej odpowiedzialności.
10. Korzystający zobowiązani są po zakończeniu ćwiczeń do odłożenia sprzętu na właściwe miejsce i pozostawienia porządku.
11. W siłowni nie można biegać, ani rzucać przyrządami.
12. Ćwiczący zobowiązany jest do korzystania ze sprzętu zgodnie z jego przeznaczeniem.
13. Każde zdarzenie (wypadek) powinno być zgłoszone Administratorowi obiektu.
14. Ćwiczący są zobowiązani do przestrzegania zasad bezpieczeństwa wobec innych uczestników oraz przepisów bhp i ppoż..
15. Korzystający zobowiązani są do natychmiastowego zgłaszania obsłudze wszelkich uszkodzeń sprzętu. Zabrania się używania przyrządów niesprawnych lub uszkodzonych.
16. Administrator obiektu nie ponosi odpowiedzialności za pozostawione na jego terenie przedmioty wartościowe (np. biżuteria, telefony komórkowe, pieniądze).
17. W pomieszczeniu mogą przebywać wyłącznie osoby ćwiczące.
18. We wszystkich przypadkach nieujętych w niniejszym regulaminie decyzje podejmuje Administrator obiektu.