

# **ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ КЛУБА**

## **1. ОБЩИЕ ПРАВИЛА КЛУБА**

1.1. Пройти вводный инструктаж по технике безопасности и пожарной безопасности (ТБ и ПБ) при приобретении абонеента. Инструктаж происходит однократно, при первом посещении. Инструктаж действителен в течение действия текущего абонеента, а также при его продлении.

1.2. Изучить самостоятельно правила пребывания в клубе при однократном посещении. При первом посещении клуба, клиент отмечает подписью изученные правила. Правила и подпись действительны до внесения изменений в правила посещения клуба.

1.3. За вещи, оставленные в раздевалках, администрация клуба ответственности не несет. Клуб не оказывает услуги хранения.

1.4. Посещение Клуба (бассейна, сауны и тренажёрного зала) в состоянии алкогольного, наркотического опьянения, а также с наличием остаточного состояния алкогольного опьянения. **ЗАПРЕЩЕНО!**

1.5 Клуб вправе отказать в посещении и занятиях без объяснения причин.

1.6 С началом посещения Спортивного клуба, Пользователь автоматически соглашается с тем, что фото- и видеоматериалы, запечатленные с его изображением, а также с изображением его несовершеннолетнего ребенка на территории Спортивного Клуба, могут быть размещены в социальных сетях и на сайте организации.

## **2. ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ ПЛАВАТЕЛЬНОГО БАССЕЙНА**

2.1. Для Вашей личной безопасности, безопасности и комфорта окружающих Вас людей, настоятельно рекомендуем Вам пройти стартовую тренировку в департаменте водных программ.

2.2. Соблюдайте правила личной гигиены. Перед и после посещения бассейна и сауны обязательно принимайте душ.

2.3. Посетители в возрасте до 18 лет, не имеющие навыков плавания, обязаны известить об этом тренера и администратора, а также находятся на территории бассейна только в сопровождении родителей, уполномоченных лиц или индивидуального тренера. Посетители в возрасте старше 18 лет, не имеющие навыков плавания, обязаны известить об этом тренера и администратора, а также находится в чаше бассейна только с применением спасательного инвентаря или в сопровождении индивидуального тренера.

2.4. Посещение бассейна разрешается только при наличии купального костюма/купальных плавок, специальной сменной обуви и плавательной шапочки. Длинные волосы необходимо собрать в хвост и зафиксировать заколкой и воспользоваться плавательной шапочкой.

2.5. Посетителям и сопровождающим их людей разрешается находиться на территории бассейна ТОЛЬКО в купальном костюме и специальной сменной обуви. Нахождение на территории бассейна вышеуказанных лиц в верхней одежде и иной одежде, уличной обуви, в бахилах – ЗАПРЕЩЕНО! Разрешено однократно находиться на территории бассейна родителям, чьи дети проходят обучение плаванию с тренером в возрасте до 4 лет, воспользовавшись сменной одеждой и специальной сменной обувью.

2.6. Ходить в зоне бассейна босиком не рекомендуется – это опасно!

2.7. Запрещается бегать по территории бассейна, прыгать и нырять в воду с бортиков (без разрешения инструкторов) и других окружающих бассейн конструкций. Запрещено подавать ложные сигналы бедствия.

2.8. Запрещено висеть на поручнях.

2.9. Использование специального оборудования допускается только с разрешения инструктора.

2.10. В зону бассейна запрещено приносить стеклянную посуду.

2.11. Запрещается резервировать места в зоне отдыха, оставляя на хранение полотенце или другие личные вещи.

2.12. Использование маски для подводного плавания с конструктивным применением стекла запрещено.

2.13. Во время проведения групповых занятий зона для плавания ограничивается разделительной дорожкой, а проведение гидропроцедур временно приостанавливается в зоне, отведенной для групповых занятий. Перед посещением бассейна для свободного плавания внимательно ознакомьтесь с расписанием проведения групповых тренировок на стенде «Информация» в холле бассейна (перед раздевалками).

2.14. Во избежание несчастных случаев детям до 14 лет разрешается находиться на территории бассейна, а также посещать сауну только в сопровождении взрослого.

2.15. Услуги по персональному тренингу предоставляются только после предварительной оплаты.

2.16. В целях Вашей безопасности, Клуб по внутреннему утвержденному графику проводит на

территории бассейна ремонтные работы, санитарные обработки, в том числе внеплановые. Занятия в бассейне могут быть ограничены в связи с необходимостью проведения данных работ.

### 3. ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ ДЕСКОГО БАССЕЙНА

3.1. На территории бассейна должны соблюдать общие Правила, установленные в Клубе. Перед и после посещения бассейна дети обязаны принимать душ.

3.2. Посещение бассейна разрешается только при наличии купального костюма, специальной сменной обуви, плавательной шапочки.

3.3. Детский бассейн могут посещать дети от 1 до 7 лет.

3.4. Дети в возрасте до 7 лет, допускаются к посещению бассейна только в сопровождении родителей или уполномоченных лиц, или индивидуального инструктора (если это не групповая тренировка). Сопровождение родителями или уполномоченными лицами осуществляется только в плавательном костюме, специальной обуви и плавательной шапочке.

3.5. Рекомендуется посещать детский бассейн не ранее, чем через час после приема пищи.

3.6. Соблюдайте правила санитарии и гигиены в бассейне.

3.7. Во время проведения детских групповых занятий по плаванию в большом и детском бассейне, зона для свободного плавания ограничивается, а проведение гидропроцедур временно приостанавливается в зоне, отведенной для групповых занятий.

3.8. Детям до 2-х лет для посещения бассейна необходимы специальные плавки-памперс.

### 4. ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ САУНЫ

4.1. Убедительная просьба соблюдать правила личной гигиены. Перед и после посещения сауны обязательно принятие душа.

4.2. При посещении сауны запрещается пользоваться кремами, сильными парфюмерными ароматами, масками, скрабами, краской для волос.

4.3. Прием пищи и употребление напитков на территории раздевалок, сауны ЗАПРЕЩЕНЫ!

4.4. Действия интимного характера в помещениях клуба ЗАПРЕЩЕНЫ!

4.5. Электрокаменка сауны находится в рабочем состоянии с 08:00 до 22:00. Максимальная температура в сауне составляет 105°C, разрешен нагрев до 77 °C, для обеспечения комфортного пребывания всех посетителей бассейна (различного возраста и состояния здоровья).

4.6. Запрещается плескать в отсек для камней воду и ароматизаторы в сауне. Запрещено заносить пластиковые стаканчики в сауну и душевые.

4.7. Используйте полотенца и стелите их на скамью. Во время нахождения в сауне следует избегать соприкосновения с поверхностью каменки – это может вызвать сильные ожоги.

4.8. Запрещается накрывать каменку посторонними предметами – это может привести к пожару.

4.9. Не оставляйте детей в сауне без присмотра родителей, уполномоченных лиц, индивидуального инструктора. Посещение детьми в возрасте до 14 лет в парной разрешено только в сопровождении взрослых.

4.10. Внимание!!! Слишком долгое пребывание в горячей сауне вызывает повышение температуры тела, что может оказаться опасным для Вашего здоровья.

## 5. ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ ГРУППОВЫХ ПРОГРАММ В БАССЕЙНЕ

5.1. Во избежание травм рекомендуем Вам посещение групповых занятий в бассейне, соответствующих вашему уровню физической подготовленности.

5.2. Если Вы опоздали на занятие более чем на 10 минут, инструктор имеет право не допустить Вас, т.к. это опасно для Вашего здоровья.

5.3. Администрация оставляет за собой право заменять заявленного в расписании инструктора, а также вносить изменения в расписание групповых занятий.

5.4. Во время проведения групповых занятий зона для плавания ограничивается разделительной дорожкой, а проведением гидропроцедур временно приостанавливается в зоне, отведенной для групповых занятий.

5.5. Бережно относитесь к специализированному оборудованию и инвентарю.

5.6. При возникновении внештатных и/или аварийных ситуациях Клиенты обязаны беспрекословно выполнять указания инструктора, медицинского персонала.

## 6.ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ ТРЕНАЖЕРНОГО ЗАЛА

6.1. С целью обеспечения Вашей безопасности, для профилактики травм при занятиях в тренажерном зале настоятельно рекомендуем Вам пройти физиологическое тестирование, стартовую тренировку.

6.2. Будьте внимательны, соблюдайте технику безопасности и правила эксплуатации тренажеров.

6.3. Просьба посещать тренажерный зал в специальной спортивной одежде и обуви, предназначенной для тренировки в спортивном зале. Желательно наличие полотенца.

6.4. После выполнения упражнения необходимо убирать за собой оборудование и предметы личного пользования.

6.5. Запрещается резервировать места в кардио-зоне, а также в остальных зонах тренажерного зала перед началом выполнения комплекса упражнений, оставляя на хранение полотенце/питьевые напитки или другие личные вещи.

6.6. Во избежание получения травм соблюдайте основные принципы построения тренировки, информацию о которых Вы получили при прохождении стартовой тренировки. При необходимости обращайтесь за помощью к инструкторам Клуба.

6.7. Запрещено оставлять грифы, гантели и другие свободные веса с упором на стены, зеркала и прочие конструкции. Необходимо возвращать оборудование в специально отведённые для этого места.

6.8. Запрещено передвигать тренажеры или бросать инвентарь на пол.

6.9. Во избежание несчастных случаев присутствие детей младше 16 лет в тренажерном зале разрешено только в детской зоне. Самостоятельное перемещение по территории тренажерного зала запрещено!

6.10. Дети до 16 лет допускаются к занятиям в тренажерном зале при непосредственном сопровождении взрослого и наличии согласованного менеджером заявления от родителя. А также в рамках секции или персонального занятия с тренером. Не рекомендуется приступать к занятиям в тренажерном зале детям 11-16 лет без предварительного прохождения физиологического тестирования.

6.11. Дети старше 16 лет могут заниматься в зале самостоятельно при наличии письменного заявления от родителей, согласованного с менеджером тренажерного зала, и письменной рекомендации фитнес-консультанта Клуба при положительных результатах физиологического тестирования.

6.12. Дежурный тренер и тренер индивидуальных программ вправе прервать тренировку, проводимую родителем с нарушением норм безопасности и наносящую вред ребенку.

6.13. Клиенты несут материальную ответственность за порчу и утрату спортивного инвентаря. В случае поломки тренажера, Клиент должен сообщить об этом дежурному инструктору. Самостоятельное устранение поломок запрещено.

6.14. Любой из тренажеров может быть ограничен для пользования в любой момент (ремонт, профилактические работы). В случае поломки тренажера, Клиент должен сообщить об этом дежурному инструктору. Самостоятельное устранение поломок запрещено.

6.15. При использовании магнезии – необходимо убирать после себя место тренировки.

6.16. Услуги по персональному тренингу предоставляются только после предварительной оплаты.

## 7. ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ БАННОГО КОМПЛЕКСА

7.1. Каждый посетитель несет личную ответственность за состояние своего здоровья и за здоровье находящихся с ним детей во время посещения банного комплекса. За травмы и несчастные случаи, связанные с нарушением правил посещения банного комплекса Администрация ответственности не несет.

7.2. Ответственность за последствия, возникшие на территории банного комплекса вследствие незнания и/или несоблюдения настоящих правил, несет сам посетитель.

7.3. Информация о фирменном наименовании, местонахождении, режиме работы Исполнителя, номера телефонов размещены на информационном стенде («Уголок потребителя»). На информационном стенде также размещены перечень услуг, прейскурант на оказываемые услуги, настоящие Правила, Книга отзывов и предложений.

7.4. Право посещения банного комплекса предоставляется только лицам, которые внесли предоплату или оплатили услугу полностью за сутки до посещения.

7.5. Посетители имеют право находиться на территории банного комплекса только в установленные часы работы. Часы работы указываются при входе, в Уголке потребителя, а также на интернет-сайте компании. Посетители обязаны освободить помещение банного комплекса за 10 минут до закрытия, Спортивного Клуба (Далее – СК) до окончания времени его работы.

7.6. Время пребывания в банном комплексе контролируется посетителем самостоятельно и согласуется с Администратором СК до начала посещения. Администрация СК может продлить время пребывания по желанию посетителя (при наличии свободного времени и полной оплаты клиентом за дополнительные часы).

7.7. Посетители должны уважительно относиться друг к другу и не мешать отдыху посетителей других направлений.

7.8. На территории банного СК запрещена профессиональная фото- и видеосъемка в коммерческих целях. Запрещено использовать изображения символики (логотипа) банного комплекса, видео- и фотоматериалы в рекламных, коммерческих целях без разрешения администрации СК. Исключительным правом на публикацию фотоматериалов, трансляцию видеофильмов, снятых в банном комплексе, обладает только администрация СК SWIM&GYM.

7.9. Посетители должны выполнять требования сотрудников банного комплекса в отношении обеспечения безопасности, поддержания порядка и чистоты на территории банного комплекса.

7.10. Количество предоставляемых сланцев, полотенец и простыней – ограничено, поэтому администрация не принимает претензий о неудобствах, связанных с этим.

7.11. Посетителям запрещается использовать не по назначению мебель, находящуюся на всей территории банного комплекса.

7.12. Правом на посещение банного комплекса обладают лица всех возрастных категорий, кроме исключений, предусмотренных настоящими правилами.

7.13. Посещение банного комплекса запрещено:

- лицам, страдающим инфекционными, острыми вирусными, контагиозными кожными и венерическими, грибковыми заболеваниями; открытыми ранами и любыми другими заболеваниями, которые могут представлять угрозу здоровью других посетителей;
- лицам, страдающим сердечно - сосудистыми, психическими заболеваниями (представляющими угрозу для окружающих), с неотложной хирургической патологией;
- лицам с открытыми, инфекционными ранами, асептическими повязками, страдающим фурункулезом, конъюнктивитом, гельминтозами;
- лицам в период обострения хронических заболеваний;
- лицам, имеющим склонность к аллергическим реакциям;
- лицам в состоянии алкогольного опьянения, а также лицам, находящимся под воздействием наркотических, психотропных или иных одурманивающих веществ;

- лицам, чье поведение может представлять угрозу порядку, безопасности, гигиеническому состоянию банного комплекса или противоречит принятым в обществе правилам поведения;

- лицам с другими недомоганиями, представляющими опасность для личного здоровья и безопасности, а также для здоровья и безопасности других посетителей;

- лицам, у которых отсутствует электронный браслет;

- лицам до 18 лет включительно без сопровождения взрослых.

7.14. Посетители банного комплекса, нарушившие указанные в настоящем пункте запреты, несут полную ответственность за ущерб, причиненный своему здоровью, здоровью других посетителей и сопутствующие материальные расходы.

7.15. При посещении банного комплекса посетителю рекомендовано иметь при себе медицинскую справку (разрешение на посещение бассейна), и предъявить ее по просьбе сотрудникам банного комплекса.

7.16. Запрещено посещение банного комплекса с животными.

7.17. Запрещено посещение банного комплекса со средствами личной гигиены в стеклянной таре.

7.18. Стоимость услуг Банного комплекса устанавливается прејскурантом, утверждаемым Администрацией СК. Цены на услуги указаны в прејскуранте дополнительных услуг спортивного комплекса и на интернет-сайте [swimgym27.ru](http://swimgym27.ru).

7.19. Продажа услуг может быть временно приостановлена вследствие технических неполадок.

7.20. Посетителям запрещается приносить в Банный комплекс личные надувные круги и другие специальные средства для плавания, за исключением специальных детских жилетов и нарукавников.

7.21. В целях соблюдения санитарно-гигиенических норм запрещается осуществлять прием пищи в парилке.

7.22. На территории банного комплекса запрещено: курение табачных изделий (сигарет, сигар, сигарет, папирос, кальянов и т.д.), использование электронных средств для курения, а также курительных смесей и дымчатых веществ, кроме специально отведенного для этого места.

7.23. На территории банного комплекса запрещено использование Посетителями не курительных табачных изделий, то есть предназначенных для рассасывания, жевания или нюханья.

7.24. Запрещается проносить в банный комплекс огнестрельное, газовое, пневматическое и холодное оружие, колюще-режущие предметы, а также взрывчатые и легковоспламеняющиеся, токсичные и сильно пахнущие вещества.

7.25. На территории банного комплекса категорически запрещены любые виды дискриминации и проявления неуважения из-за различий по национальности, вероисповеданию, возрасту социальному положению или другим признакам.

7.26. Посетителям запрещается мусорить и нарушать санитарно-гигиеническое состояние банного комплекса (выбрасывать мусор, плевать на пол, бросать жевательную резинку, оставлять после себя скрабы и масла и т.д.).

7.27. Посетителям запрещается применять какие-либо вандажные действия к оборудованию, имуществу банного комплекса.

7.28. Посетителям запрещается пользоваться банным комплексом в состоянии алкогольного, наркотического, токсического опьянения, либо под воздействием психотропных и иных одурманивающих веществ.

7.29. На территории банного комплекса запрещено употреблять алкогольные напитки.

7.30. Посетителям (сопровождающим лицам) запрещено оставлять детей без присмотра.

7.31. В случае обнаружения кражи или порчи имущества посетителя, посетитель обязан сразу сообщить об этом персоналу СК.

7.32. В случае непредвиденных, чрезвычайных или экстренных ситуаций посетители обязаны незамедлительно покинуть банный комплекс.

7.33. Посетитель обязан выбрасывать мусор только в специальные предусмотренные для этого емкости.

7.34. Посетитель по своему усмотрению вправе досрочно прекратить сеанс, и покинуть банный комплекс. При неполном использовании оплаченного времени денежное возмещение не производится.

7.35. Администрация рекомендует посетителям, планирующим посещение банного комплекса, убедиться в том, что состояние их здоровья позволяет пользоваться предоставляемыми в нем услугами. Ответственность за отрицательные последствия, связанные с несоблюдением настоящей рекомендации, несет сам посетитель.

7.36. Администрация рекомендует воздержаться от посещения банного комплекса:

- беременным женщинам;

- лицам с грудными детьми;
- лицам с повышенной чувствительностью кожи к хлорированной воде и хлорсодержащим элементам;
- с недавно перенесенными травмами, проходящим курс лечения или находящихся на реабилитации, не переносящим перегрузок, возникающих при ускорении;
- с другими заболеваниями, которые могут обостриться во время пользования бассейном и купелью.

7.37. Администрация банного комплекса вправе:

- прекратить прием платежей и доступ посетителей на территорию банного комплекса в случае проведения специальных мероприятий, связанных в том числе с арендой банного

комплекса в целом;

7.38. Администрация СК имеет право отменить запись Клиента, предварительно уведомив его об этом (минимум за 1 час до планируемого посещения) в связи с техническими и иными проблемами в исполнении Заказа

7.39. Возврат предоплаты/полной оплаты возможен по желанию клиента не позднее, чем за день до планируемого посещения. При более позднем обращении Услуга считается оказанной, денежные средства не возвращаются.

7.40. Посетителям банного Комплекса СТРОГО ЗАПРЕЩЕНО изменять настройки любого оборудования банного комплекса.

7.41. Посетителям банного Комплекса разрешено пользоваться услугами спортивного бассейна предварительно оплатив посещение.

7.42. Перед плаванием в спортивном бассейне Клиент ОБЯЗАН принять душ.

## 8.ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ ГРУППОВЫХ НАПРАВЛЕНИЙ В ЗАЛЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ

8.1 Опоздание на урок более чем на 15 минут (это время соответствует разминке и выявлению в группе «новичков») может быть опасно для Вашего здоровья, инструктор имеет право не допустить Вас на данное занятие.

8.2 Во избежание травм рекомендуется посещение уроков, соответствующих Вашему уровню подготовленности. Перед посещением групповых направлений Клиенту необходимо внимательно ознакомиться с описанием уроков на обратной стороне расписания групповых программ. В случаях возникновения сомнений относительно возможности посещения групповой тренировки обратитесь за консультацией к любому

инструктору групповых программ. Запрещено приходить на групповую тренировку голодным.

8.3 Пожалуйста, соблюдайте личную гигиену. Настоятельная просьба не использовать "сильных" парфюмерных средств.

8.4 Категорически не разрешается использовать свою собственную хореографию и свободные веса без соответствующей команды инструктора. Это может быть опасно для Вашего здоровья!

8.5 Посетить групповую тренировку Вы можете в свободной спортивной одежде и спортивной обуви.

Тренировка в уличной обуви, босиком (кроме йоги и пилатеса) или в обуви, не предназначенной для занятий спортом, запрещена и крайне опасна для Вашего здоровья! Инструктор имеет право не допустить Вас на данное занятие.

8.6 Расписание групповых программ может изменяться. Будьте внимательны, особенно в праздничные дни и летний период!

8.7 Администрация оставляет за собой право замены заявленного в расписании инструктора и внесения изменений в расписание групповых занятий без особого уведомления гостей клуба.

8.8 Пожалуйста, сведите разговоры во время занятия до минимума.

8.9 Большая просьба не резервировать места в зале до начала занятия. Инструктор групповых программ вправе изменить Ваше месторасположение в зале групповых программ в соответствии с правилами безопасности.

8.10 Использование мобильных телефонов в залах групповых программ нежелательно. Посвятите время занятия только себе!

8.11 Во время проведения тренировок в залах групповых программ категорически запрещается проходить и брать оборудование для персонального тренинга. Это может быть опасно для Вашего здоровья и здоровья занимающихся!

8.12 Запрещено самостоятельно включать и выключать музыкальную аппаратуру в залах.

8.13 Запрещено самостоятельно контролировать температуру в зале групповых программ. Она соответствует принятым нормативам. Наличие кондиционера в зале групповых программ предполагает поддержание необходимой температуры в аэробном зале, поэтому, если Вам не комфортно заниматься около данного оборудования, инструктор вправе посоветовать Вам поменять место расположения на тренировке.

8.14 Запрещено выносить оборудование, предназначенное для занятий в зале групповых программ за пределы спортивного комплекса.

8.15 Запрещено использовать оборудование, предназначенное для занятий в зале групповых программ не по прямому назначению.

8.16 После занятия необходимо убрать оборудование на соответствующее место в зале.

8.17 Для посещения тренировок обязательна запись, которая заканчивается не позднее, чем за 2 часа до начала занятия.

## 9. ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Настоящие Правила могут изменяться и дополняться в соответствии с изменениями (дополнениями), утвержденными директором Спортивного Клуба, о чем Посетители извещаются путем размещения указанных изменений (дополнений) не менее чем за 1 календарный день до их вступления в силу на сайте и информационном стенде Клуба.

ЖЕЛАЕМ ВАМ ЗДОРОВЬЯ, СПОРТИВНЫХ УСПЕХОВ И ПРИЯТНОГО  
ОТДЫХА!

АДРЕС КЛУБА: 680042, г. Хабаровск, ул. Салтыкова-Щедрина, 83

САЙТ: [www.swimgym27.ru](http://www.swimgym27.ru)

ТЕЛЕФОНЫ:

+7(4212) 40-80-35   отдел продаж

+7(4212) 93-87-57   ресепшн

+7(4212) 93-23-33   грудничковый бассейн