

REGULAMIN SIŁOWNI

1. Siłownia jest częścią Aparthotelu w Uniejowie.
2. Siłownia jest otwarta codziennie w godz. Od 8.00 do 22.00. Zabrania się przebywania na terenie siłowni poza wyznaczonymi godzinami otwarcia.
3. W przypadku organizowania imprez sportowych lub zajęć zorganizowanych zarządzający ma prawo do zmiany harmonogramu korzystania z siłowni, zamknięcia jej w całości lub części.
4. Każda osoba korzystająca z siłowni jest obowiązana do zapoznania się z przepisami regulaminu, obowiązującego na jej terenie i podporządkowania się ich zapisom i poleceniom obsługi.
5. Każda osoba korzystająca z urządzeń i sprzętu sportowego znajdujących się w siłowni jest obowiązana do zapoznania się z ich instrukcją obsługi i użytkowania oraz do ich bezwzględnego przestrzegania.
6. Siłownia jest przeznaczona do indywidualnej rekreacji oraz prowadzenia grupowych zajęć rekreacyjno-sportowych.
7. Z siłowni wolno korzystać wyłącznie w obecności pracownika obiektu.
8. Wstęp na siłownię odbywa się po wykupieniu biletu lub karnetu.
9. Bilet upoważnia do jednorazowego wstępu, karnet do wielokrotnego wstępu w okresie, na który został wydany. Użytkownicy z wykupionymi karnetami mają pierwszeństwo korzystania z siłowni.
10. Wstęp na teren siłowni oznacza, że użytkownik zobowiązuje się do przestrzegania wszystkich regulaminów i innych zarządzeń, wydanych w celu zapewnienia bezpieczeństwa w obiekcie.
11. W celu uzyskania pomocy osoby niepełnosprawne lub ich opiekunowie proszeni są zgłosić się w recepcji.
12. Każdy korzystający z siłowni przebywa w niej na własną odpowiedzialność i ponosi ryzyko związane z amatorskim uprawianiem sportu.



13. Każda osoba korzystająca z siłowni powinna zasięgnąć opinii lekarza odnośnie przeciwwskazań do uprawiania ćwiczeń siłowych. Osoby o niestabilnym stanie zdrowia powinny korzystać z siłowni ze szczególną ostrożnością, po konsultacji ze swoim lekarzem.

14. Z siłowni mogą korzystać osoby:

- a. które ukończyły 18 lat – samodzielnie, na własną odpowiedzialność
- b. które ukończyły 15 lat – pod opieką pełnoletniej osoby, na jej odpowiedzialność
- c. które nie ukończyły 15 lat - pod bezpośrednią opieką rodziców / prawnych opiekunów

15. Z siłowni należy korzystać w stroju oraz obuwiu sportowym (czystym, na płaskiej podeszwie, bez kolców i kołków, nie pozostawiającym podczas użytkowania zabrudzeń, rys itp.). Ze względów higienicznych wskazane jest posiadanie ręcznika.

16. Zmiana ubrania wierzchniego na strój sportowy odbywa się w szatni.

17. Przed wyjściem z szatni należy sprawdzić, czy szafka została zamknięta. Za rzeczy pozostawione w szafkach otwartych lub nieprawidłowo zamkniętych, pieniądze i przedmioty wartościowe kierownictwo obiektu nie ponosi odpowiedzialności.

18. Jednocześnie z siłowni może korzystać maksymalnie 10 osób

19. Kierownictwo obiektu może czasowo ograniczyć wstęp na siłownię ze względu na przekroczenie maksymalnej ilości osób korzystających lub w przypadku, gdy ilość osób stwarzałaby sytuacje zagrożenia dla użytkowników

20. Użytkownicy będą wpuszczani na siłownię nie później niż 30 minut przed jej zamknięciem

21. O wszelkich sytuacjach wypadkowych, zagrażających życiu i zdrowiu użytkowników oraz nieprawidłowej pracy urządzeń należy bezwzględnie powiadomić personel obiektu

22. Grupy zorganizowane przed wejściem na teren obiektu zobowiązane są zgłosić się do recepcji hotelowej i uzgodnić warunki korzystania z obiektu.



23. Zabronione jest wszelkie postępowanie zagrażające bezpieczeństwu własnemu lub innych użytkowników siłowni oraz stanowi sanitarno-higienicznemu obiektu, w szczególności:

- a. przebierania się poza szatnię,
- b. wchodzenia w innym stroju i obuwiu niż sportowe,
- c. przebywanie w stanie wskazującym na stan intoksykacji
- d. wnoszenie i spożywanie napojów alkoholowych oraz środków odurzających
- e. palenie tytoniu i używanie otwartego ognia
- f. żucie gumy i spożywanie pokarmów
- g. wnoszenie opakowań szklanych, puszek, ostrych narzędzi, broni oraz innych niebezpiecznych przedmiotów
- h. zaśmiecanie i zanieczyszczanie terenu siłowni
- i. niszczenie urządzeń i wyposażenia siłowni
- j. wnoszenie przedmiotów utrudniających komunikację
- k. hałasowanie, przeszkadzanie ćwiczącym oraz innym osobom przebywającym na terenie siłowni
- l. wchodzenie na konstrukcję przyrządów w innych miejscach niż do tego przeznaczone
- m. ustawianie na przyrządach jakichkolwiek przedmiotów i sprzętu (toreb, butelek, itp)
- n. wykonywanie ćwiczeń siłowych bez rozgrzewki
- o. ćwiczenie z nie spiętymi długimi włosami oraz z biżuterią i ozdobami, mogącymi spowodować uszkodzenie ciała
- p. korzystania ze sprzętu sportowego, dokonywanie jakiegokolwiek modyfikacji przyrządów oraz przemieszczania wyposażenia ruchomego bez zgody personelu,
- q. korzystania ze sprzętu sportowego oraz wyposażenia siłowni niezgodnie z ich przeznaczeniem,
- r. wykonywania ćwiczeń siłowych na ławce w pozycji leżącej oraz treningu z dużymi obciążeniami, bez asekuracji instruktora lub osób współćwiczących,
- s. gwałtownego opuszczania ciężarów umieszczonych na stosach,
- t. wkładania kończyn pomiędzy ruchome części segmentów przyrządów,
- u. zakładania na sztangę talerzy nie zabezpieczonych zaciskami i o różnej wadze po obu końcach sztangi,
- v. ćwiczenia luźnymi przyborami poza miejscami do tego wyznaczonymi,
- w. ćwiczeń przy użyciu stojaków do sztangi ustawionymi na różnych wysokościach,
- x. wykonywania ćwiczeń na przyrządach uszkodzonych lub niesprawnych,
- y. prowadzenie działalności szkoleniowej i zarobkowej bez zgody kierownictwa obiektu,



24. Noszenie okularów i szkieł kontaktowych odbywa się na własne ryzyko użytkownika.
25. Wnoszenie i korzystanie na terenie obiektu z własnego sprzętu sportowego i rekreacyjnego może odbywać się wyłącznie po uzyskaniu zgody kierownictwa obiektu.
26. Osoby korzystające z siłowni zobowiązane są do pozostawienia ładu i porządku po zakończonych ćwiczeniach.
27. Na terenie siłowni nie zapewnia się stałej opieki medycznej. W celu uzyskania pierwszej pomocy przedlekarskiej należy zgłosić się do Punktu medycznego znajdującego się na terenie basenu hotelowego. Osoba, której udzielono pomocy przedlekarskiej zobowiązana jest do podania danych personalnych wyłącznie w celu prowadzenia rejestru zdarzeń.
28. Osoby przebywające na terenie obiektu i naruszające porządek publiczny, dobre obyczaje, w tym używające wulgaryzmów, stwarzające zagrożenie dla innych osób przebywających w obiekcie, a także osoby nie stosujące się do przepisów niniejszego regulaminu i do zaleceń służb porządkowych lub pracowników mogą zostać usunięte z terenu obiektu, niezależnie od ewentualnego skierowania sprawy na drogę postępowania karnego i cywilnego.
29. Osoby niszczące lub uszkadzające wyposażenie lub urządzenia obiektu ponoszą odpowiedzialność materialną za wyrządzone szkody.
30. Obowiązkiem korzystających z obiektu jest odpowiednie zabezpieczenie pozostawianych rzeczy osobistych.
31. Rzeczy znalezione na terenie obiektu należy przekazać do recepcji. Rzeczy znalezione wydaje po identyfikacji ich przez właściciela w okresie do trzech tygodni od daty pozostawienia.
32. O innych sprawach nieobjętych niniejszym Regulaminem decydują przepisy ogólne oraz kierownictwo obiektu.
33. Kierownictwo obiektu nie ponosi odpowiedzialności za jakiegokolwiek zdarzenia wynikłe z nie przestrzegania niniejszego regulaminu.

