**REGULAMIN**

**korzystania z siłowni**

**znajdującej się w obiekcie hali widowiskowo-sportowej w Kępnie**

1. Siłownia czynna jest w dniach funkcjonowania hali widowiskowo-sportowej w Kępnie w godzinach od 8.00 do 22.00.
2. Dopuszcza się zmianę godzin i dni otwarcia siłowni na mocy decyzji Prezesa Spółki.
3. Korzystanie z siłowni jest możliwe po zapoznaniu się z regulaminem.
4. Podstawą do korzystania z siłowni jest zakup biletu jednorazowego wstępu, karnetu lub na mocy umowy najmu.
5. Osoby korzystające z siłowni oświadczają, że nie mają przeciwwskazań zdrowotnych do wykonywania ćwiczeń fizycznych i wykonują je na własną odpowiedzialność. Osoby z problemami zdrowotnymi przed przystąpieniem do ćwiczeń powinny skonsultować się z lekarzem.
6. W siłowni przebywać mogą tylko osoby ćwiczące.
7. Wejście na siłownię możliwe jest tylko w odpowiednim kompletnym stroju sportowym oraz czystym zmienionym obuwiu sportowym.
8. Obowiązkowo należy korzystać z ręcznika podczas ćwiczeń.
9. Obsługa siłowni ma prawo odmówić wstępu na siłownię osobom bez odpowiedniego stroju sportowego do ćwiczeń, w szczególności obuwia, a także osobom pod wpływem środków odurzających (alkohol, narkotyki itp.)
10. Na teren siłowni zabrania się wnoszenia alkoholu, sterydów, narkotyków i innych środków odurzających oraz spożywania jakiegokolwiek pokarmu.
11. Podczas ćwiczeń na siłowni obowiązuje bezwzględny zakaz żucia gumy.
12. Na siłowni obowiązuje zakaz wstępu dzieciom poniżej 14 roku życia.
13. Grupy zorganizowane (szkolne, obozowe, kluby) mogą korzystać z siłowni pod opieką nauczyciela/wychowawcy z odpowiednimi uprawnieniami, instruktora lub trenera, który jest odpowiedzialny za porządek i ćwiczenia w podległej mu grupie.
14. Osoby poniżej 18 roku życia mogą korzystać z siłowni za wiedzą i pisemną zgodą opiekuna (na prośbę obsługi klient ma obowiązek okazać zgodę oraz dokument potwierdzający tożsamość).
15. Na siłowni nie można krzyczeć, rzucać sprzętem, zachowywać się nie przyzwoicie.
16. Spółka nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy pozostawione w szatni oraz w siłowni.
17. Ćwiczący zobowiązani są wykonywać ćwiczenia bezpiecznie tzn. ćwiczyć z takimi obciążeniami, nad którymi są w stanie sami zapanować. Ćwiczenia z większym obciążeniem należy wykonywać przy asekuracji drugiej osoby lub instruktora.
18. Osoby korzystające z siłowni, które w czasie ćwiczeń lub pobytu na siłowni źle się poczują zobowiązane są natychmiast przerwać ćwiczenia.
19. Ze względów bezpieczeństwa, czas ćwiczeń nie powinien przekraczać 2 godzin.
20. Przed rozpoczęciem ćwiczeń konieczne jest wykonanie rozgrzewki w celu uniknięcia kontuzji.
21. Korzystanie ze sprzętu powinno odbywać się w sposób bezpieczny, tj. z zapewnieniem dbałości o bezpieczeństwo ludzi, poszanowania sprzętu i sali.
22. Przed ćwiczeniem należy sprawdzić stan urządzenia - wszelkie usterki, uszkodzenia sprzętu i przyrządów należy zgłaszać obsłudze siłowni.
23. Zabrania się wykonywania ćwiczeń na przyrządach uszkodzonych lub niesprawnych.
24. Wszystkie urządzenia siłowni oraz sprzęt do ćwiczeń mogą być wykorzystywane tylko zgodnie z ich przeznaczeniem.
25. Niewskazane jest zajmowanie stanowisk do ćwiczeń jako miejsc odpoczynku.
26. Po zakończeniu ćwiczeń należy każdorazowo uporządkować sprzęt i stanowisko.
27. Obsługa ma prawo wyprosić osoby łamiące postanowienia niniejszego regulaminu oraz co do których poweźmie uzasadnione podejrzenie, że będą naruszać niniejszy regulamin lub przepisy prawa, nawet jeżeli korzystanie z siłowni zostało przez te osoby opłacone i niewykorzystane.
28. Pracownicy obiektu mogą kontrolować wszystkie zajęcia, a w razie stwierdzenia uchybień zakazać dalszego korzystania z siłowni.
29. Osoby przebywające na terenie siłowni zobowiązane są do podporządkowania się nakazom oraz uwagom pracowników Spółki Projekt Kępno.
30. Osoby ćwiczące będą ponosić odpowiedzialność finansową za wszelkie wyrządzone przez siebie zniszczenia/szkody na terenie siłowni.
31. Za szkody wyrządzone przez osoby niepełnoletnie odpowiada opiekun grupy lub rodzice.
32. Spółka nie ponosi odpowiedzialności za kontuzje i urazy powstałe w wyniku niewłaściwego korzystania z urządzeń siłowni oraz nieprzestrzegania regulaminu i zasad bezpieczeństwa.
33. Hol główny hali widowiskowo-sportowej objęty jest monitoringiem wizyjnym.

 34.Telefony alarmowe:

**POGOTOWIE RATUNKOWE             999 lub 112**

**STRAŻ POŻARNA                               998 lub 112**

**POLICJA                                              997 lub 112**