

Правила поведения при посещении зала хореографии МАУ «КСК» НГО

1. Общие положения

1.1. Все Посетители зала хореографии (далее зал) обязаны выполнять Правила поведения посетителей спортивного сооружения, спортивных и иных площадок МАУ «КСК» НГО (далее Учреждение).

1.2. Чек (иной документ его заменяющий) является персональным документом и предъявляется при посещении зала дежурному (администратору), инструктору по спорту.

1.3. Указания инструктора по спорту обязательны для исполнения всеми занимающимися в зале.

1.4. Малолетние лица в возрасте до 3 лет к самостоятельным занятиям в зале не допускаются.

Малолетние лица в возрасте с 3 до 14 лет допускаются к самостоятельным занятиям в зале в сопровождении родителей или законных представителей, тренеров и т.п.

Несовершеннолетние лица в возрасте от 14 до 18 лет допускаются к самостоятельным занятиям в зале без сопровождения родителей или законных представителей после подписания родителем (законным представителем) Согласия (Приложение №13) на посещение зала и на основании документа, удостоверяющего личность.

Под сопровождением малолетнего или несовершеннолетнего понимается личное присутствие сопровождающего в зале.

Администрация Учреждения в праве запросить документы, подтверждающие возраст несовершеннолетнего (малолетнего).

Документы, запрашиваемые представителем администрации Учреждения, могут быть предъявлены в оригиналах, скан-копиях или на экране электронного устройства (телефон, компьютер, планшет и др.).

1.5. Лица с ограниченными возможностями, которым необходима помощь другого лица, могут посещать зал только в сопровождении совершеннолетнего лица.

1.6. Групповые занятия Посетителей (потребителей) муниципального задания и других организаций проходят в присутствии инструктора по спорту, тренера команды (группы), учителя физкультуры, представителя организации и т.д., который несет ответственность за жизнь и здоровье данных лиц.

1.7. На занятия в зал рекомендуется приходить заблаговременно – не менее, чем за 20 минут до начала занятий.

1.8. Посетители обязаны закончить занятия в зале заблаговременно и покинуть зал не менее чем за 20 минут до закрытия Учреждения.

2. Правила техники безопасности при занятиях в зале хореографии Здоровье и гигиена

2.1. Предоставляя услуги зала хореографии, Учреждение руководствуется тем, что Посетитель не имеет противопоказаний для занятий хореографией, физической культурой, спортом.

2.2. Посетитель несёт персональную ответственность состояние своего здоровья при занятиях в зале.

2.3. Посетитель обязан иметь медицинское заключение о состоянии своего здоровья, о возможности заниматься хореографией, физической культурой, спортом, согласно уровня его физического развития, физической активности, возраста и т.п. Посетителям необходимо помнить, что существуют противопоказания и ограничения для занятий хореографией, физической культурой, спортом. Лица имеющие заболевания, ограничивающие занятия в

зале, требуют особого контроля самочувствия и индивидуального режима физической нагрузки, нарушение которого может привести к заболеваниям и травмам.

2.4. Посетитель обязан при наличии противопоказаний к занятиям хореографией, физической культурой, спортом, при наличии плохого самочувствия покинуть зал.

2.5. Запрещено посещать зал даже при малейшем недомогании в связи с угрозой возникновения негативных последствий для жизни и здоровья Посетителя.

2.6. С инфекционными заболеваниями, в том числе вирусными, кожными, грибковыми, паразитарными посещать зал запрещено, поскольку это может явиться причиной инфицирования окружающих.

2.7. На стадии планирования посещения зала Посетителю необходимо пройти медицинский осмотр и получить медицинское заключение о допуске к занятиям хореографией, физической культурой и спортом.

2.8. Приступать к занятиям в зале можно только после ознакомления с настоящими правилами техники безопасности.

2.9. Занятия в зале разрешены только в чистой спортивной форме и в обуви с закрытым носком и пяткой. Запрещается использовать обувь на высоких каблуках, с кожаной или скользкой подошвой, шипами. Подбор спортивной одежды осуществляется в соответствии с учётом вида физической нагрузки, с учётом микроклимата при проведении занятий и индивидуальных особенностей восприятия фактора температуры окружающей среды. Запрещается заниматься с обнаженным торсом.

2.10. Рекомендуются снять с себя предметы, представляющие опасность при занятиях в зале (часы, браслеты, серьги с подвесками и т.п.), убрать из карманов колющиеся и другие посторонние предметы.

2.11. Уважайте окружающих, соблюдайте личную и общественную гигиену: не используйте перед занятиями парфюмерные изделия с сильным запахом, это может стать причиной расстройства здоровья во время интенсивного тренировочного процесса из-за учащённого дыхания.

2.12. При наличии микротравм на теле необходимо принять меры по недопущению попадания в рану загрязнения, а также крови на пол, стены. В случае плохого самочувствия, необходимо прекратить занятия, незамедлительно обратиться к инструктору по спорту, медпункт.

3. В зале хореографии запрещается:

3.1. Приносить в зал хореографии с собой сумки и пакеты.

3.2. Отвлекаться и отвлекать других посетителей во время выполнения упражнения.

3.3. Входить в зал без разрешения инструктора по спорту, тренера и т.п., произвольно перемещаться по залу или покидать его.

3.4. В зале Учреждения использовать (устанавливать) личные тренажеры, инвентарь к ним и т.п., которые могут быть использованы неопределённым кругом.

3.5. Самостоятельно регулировать систему кондиционирования и вентиляции зала, громкость трансляции и подбор музыкального сопровождения.

3.6. Включать аудиоаппаратуру без ведома инструктора по спорту, тренера и т.п. О неисправностях аппаратуры сообщать инструктору по спорту, дежурному (администратору). Запрещается самостоятельно устранять неполадки.

3.7. Опирается, облакачиваться, ударять зеркала, травмоопасные предметы.

3.8. Приём и хранение пищи в зонах, предназначенных для занятий.

3.9. Оставлять свои вещи без присмотра. За утерянные или оставленные без присмотра вещи, Учреждение ответственности не несёт.

Фактическое нахождение на территории тренажерного зала является ознакомлением и согласием с Правилами поведения посетителей спортивного сооружения, спортивных и иных площадок МАУ «КСК» НГО.