

**REGUAMIN SIŁOWNI**  
**COM COM ZONE NOWA HUTA**

**ZASADY OGÓLNE**

1. Siłownia czynna jest od poniedziałku do piątku w godzinach 6:30 – 22: 00 oraz w soboty w godzinach 07.00 – 15:00
2. Warunkiem korzystania z siłowni jest wykupienie biletu jednorazowego lub karnetu oraz zapoznanie się z Regulaminem korzystania z siłowni i jego bezwzględne przestrzeganie.
3. Instruktorzy siłowni lub pracownicy obsługi mają prawo do wydawania użytkownikom siłowni wytycznych czy poleceń o charakterze informacyjnym, porządkowym i organizacyjnym.
4. Bez zgody Administratora zabrania się prowadzenia na terenie obiektu jakiegokolwiek działalności zarobkowej, w szczególności działalności handlowej i usługowej, rozprowadzania ulotek, oraz sprzedaży towarów.
5. Na terenie siłowni odbywają się treningi indywidualne. Trener ma obowiązek zakupić „bilet trenera personalnego” lub „karnet trenerski” Trening nie może trwać dłużej jak 60 min
6. Użytkownicy Siłowni odpowiadają na zasadach ogólnych za wszelkie szkody wyrządzone ich działaniem.
7. Na terenie obiektu obowiązuje całkowity zakaz palenia tytoniu oraz papierosów elektronicznych i podgrzewaczy tytoniu. Ponadto na terenie obiektu obowiązuje zakaz wnoszenia i spożywania alkoholu, środków dopingujących, sterydów, narkotyków i innych środków odurzających.

**II. ZASADY KORZYSTANIA Z SIŁOWNI**

1. Z siłowni mogą korzystać wyłącznie osoby pełnoletnie z zastrzeżeniem pkt. 2.
2. Młodzież w wieku 15-18 lat, może korzystać z siłowni wyłącznie po wyrażeniu pisemnej zgody przez rodziców/opiekunów prawnych. Warunkiem dopuszczenia do zajęć jest złożenie prawidłowo wypełnionego formularza stanowiącego załącznik do niniejszego Regulaminu.
3. Użytkownicy siłowni powinni dla własnego bezpieczeństwa wykonać badania lekarskie celem stwierdzenia braku przeciwwskazań do wykonywania ćwiczeń. Użytkownicy nie posiadający zalecanych badań lekarskich wykonują ćwiczenia na własne ryzyko i własną odpowiedzialność
4. Przed wykupieniem karnetu Użytkownicy siłowni powinni poinformować obsługę siłowni o wszelkich chorobach i dolegliwościach zdrowotnych.
5. Użytkownicy siłowni za każdym razem zobligowani są posiadać:
  - jednorazowy bilet wstępu, karnet lub kartę partnerską uprawniającą do korzystania z obiektu
  - zmienny strój sportowy oraz czyste obuwie sportowe
  - ręcznik, przeznaczony wyłącznie do treningu, który ze względów higienicznych przed rozpoczęciem ćwiczeń należy rozkładać na urządzeniach.
6. Obsługa siłowni ma prawo odmówić wstępu na siłownię osobom nie posiadającym odpowiedniego stroju do ćwiczeń, a w szczególności obuwia.
7. W przypadku złego samopoczucia, urazów, kontuzji, wszelkich poważnych problemów zdrowotnych należy poinformować instruktora przed zajęciami.

8. Instruktor ma prawo przerwać trening jeśli zauważy, że stan zdrowia osoby ćwiczącej nie pozwala na dalsze kontynuowanie ćwiczeń.
9. W pomieszczeniu siłowni mogą przebywać wyłącznie osoby ćwiczące.
10. Niewskazane jest zajmowanie stanowisk do ćwiczeń podczas odpoczynku.
11. Po zakończeniu ćwiczeń należy uporządkować po sobie stanowisko i odłożyć sprzęt na miejsce jego usytuowania.
12. Zabrania się wykonywania ćwiczeń na przyrządach uszkodzonych lub niesprawnych.
13. Zauważone usterki sprzętu należy natychmiast zgłaszać instruktorowi lub pracownikom obsługi.
14. Wszystkie urządzenia siłowni oraz sprzęt do ćwiczeń mogą być wykorzystywane tylko zgodnie z ich przeznaczeniem.
15. Użytkownicy zobowiązani są do zachowania porządku w siłowni, szatni oraz pomieszczeniach higieniczno – sanitarnych oraz poszanowania wyposażenia siłowni
16. Obsługa siłowni ma prawo wyprosić osoby, łamiące postanowienia niniejszego Regulaminu, bez zwrotu uiszczonych opłat.

#### NA TERENIE SIŁOWNI ZABRANIA SIĘ:

- używania wulgarnego języka
- agresywnego zachowania lub użycia siły w stosunku do osób trzecich
- używania urządzeń oraz sprzętu treningowego w sposób niezgodny z ich przeznaczeniem,
- wnoszenia przedmiotów stanowiących zagrożenie dla zdrowia i życia użytkowników (w szczególności ostrych narzędzi, szklanych opakowań, puszek etc.)
- wstępu osobom znajdującym się w stanie wskazującym na spożycie napojów alkoholowych lub będących pod wpływem substancji odurzających czy psychotropowych
- niszczenia wszelkich elementów stanowiących wyposażenie siłowni
- zaśmiecania i zanieczyszczania pomieszczeń,
- wprowadzania zwierząt
- wnoszenia przedmiotów utrudniających komunikację w obiekcie.

**Menager Centrum Rozwoju**

**Com Com Zone Nowa Huta**

