

УТВЕРЖДЕНО  
приказом №71/од от 23.12.2015г.

**ПРАВИЛА  
ПОСЕЩЕНИЯ  
ЗАЛА АЭРОБИКИ**

**1. Общие требования**

- 1.1. Настоящие правила посещения разработаны с целью создания безопасных и комфортных условий для занятий в зале аэробики.
- 1.2. При посещении зала аэробики в первый раз необходимо ознакомиться под роспись с настоящими Правилами, пройти вводный инструктаж с инструктором или тренером зала аэробики по технике безопасности.
- 1.3. При посещении зала аэробики занимающийся посетитель лично гарантирует, что находится в физическом состоянии, которое позволяет ему заниматься физической культурой, и что физические нагрузки не нанесут вред его здоровью. Учреждение рекомендует совершеннолетним занимающимся (с 18 лет и старше) пройти медицинский осмотр перед началом занятий.
- 1.4. Несовершеннолетние граждане до 18 лет допускаются на занятия только при наличии медицинского допуска (справки разрешающей занятия избранным видом спорта от участкового врача-педиатра).
- 1.5. Не допускается нахождение в зале аэробики детей, без цели выполнения физических упражнений.
- 1.6. Для посещения занятий в зале аэробики необходимо иметь спортивную форму и чистую сменную спортивную обувь (по указанию инструктора или тренера возможны занятия без обуви). Варианты необходимой экипировки для занятий избранным видом спорта устанавливает инструктор или тренер, проводящий занятие по соответствующему виду спорта.
- 1.7. Упражнения, включающие махи, вращения, прыжки и элементы физических упражнений следует начинать и заканчивать на расстоянии не менее 1,5-2 метров от стекла и зеркал.
- 1.8. Питьевую воду использовать только в пластиковой упаковке.
- 1.9. Не разрешается использовать во время занятий резко пахнущие парфюмерные и косметические препараты.

**1.10. Посетитель обязан:**

- выполнять все указания инструктора или тренера;
- иметь спортивную форму и обувь, непосредственно предназначенную для определённого вида занятий;
- убирать за собой инвентарь (если инвентарь использовался посетителем);
- соблюдать настоящие Правила и другие локальные нормативные акты, имеющие отношение к цели посещения зала аэробики.

**2. Режим работы зала аэробики.**

- 2.1. Режим работы детских оздоровительных групп устанавливается расписанием, утверждаемым директором МАУ «Дворец спорта «Ока»
- 2.2. Режим работы зала аэробики для платного посещения устанавливается расписанием, утверждаемым директором МАУ «Дворец спорта «Ока».
- 2.3. Администрация по согласованию с инструктором (тренером), проводящим занятие, вправе ограничить доступ посетителей в зал аэробики, в случае превышения предельного количества занимающихся, находящихся в зале (не более 20 человек).

**3. Прочие условия**

- 3.1. Посетитель лично несет ответственность за неправильное пользование спортивным оборудованием и инвентарем, что может повлечь за собой получение травм иувечий, а также причинения вреда имуществу Учреждения.
- 3.2. Учреждение не несет ответственность в случаях:
  - ухудшения здоровья занимающихся, в результате острых и обострившихся хронических заболеваний, травм, имеющихся у занимающихся до начала занятий;
  - нарушения настоящих Правил и других локальных нормативных актов, имеющие отношение к цели посещения зала аэробики;
  - противоправных действий 3-х лиц.
- 3.3. Администрация за сохранность документов и ценностей, оставленных в раздевалке зала, ответственности не несет.
- 3.4. Инструктор или тренер обязан контролировать соблюдение занимающимися и посетителями настоящих Правил.
- 3.5. **Запрещается:**
  - проходить в раздевалки и помещения зала аэробики в верхней одежде и уличной обуви;
  - без разрешения инструктора или тренера пользоваться спортивным оборудованием и инвентарем, находящимся в зале;
  - посещать зал аэробики в состоянии алкогольного и наркотического опьянения;
  - курить, принимать пищу в зале аэробики и раздевалках;
  - вносить в зал аэробики жевательную резинку, продукты питания, и напитки, а также другие предметы, не относящиеся к занятиям;
  - самостоятельно включать и выключать освещение зала, регулировать громкость и подбор музыкального сопровождения;
  - наносить ущерб помещениям и оборудованию зала;
  - проявлять неуважение к обслуживающему персоналу и другим посетителям;
  - уходить с занятия, не предупредив инструктора или тренера;
  - оставлять после занятий в зале аэробики, раздевалках, шкафах спортивную форму и обувь.
- 3.6. Лица, нарушившие настоящие правила удаляются из зала аэробики. Учреждение оставляет за собой право не допустить их для дальнейшего посещения.