

**ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ  
ЗАЛА АЭРОБИКИ, ХОРЕОГРАФИИ, МИНИ-ЗАЛА  
МАУ ДО «СПОРТИВНАЯ ШКОЛА «ОКА»**

**1. Общие требования**

- 1.1. Настоящие правила посещения разработаны с целью создания безопасных и комфортных условий для занятий в зале аэробики, хореографии, мини зала.
- 1.2. При посещении зала аэробики и хореографии в первый раз необходимо ознакомиться под роспись с настоящими Правилами, пройти вводный инструктаж с инструктором или тренером зала аэробики, хореографии, мини зала. по технике безопасности.
- 1.3. При посещении зала аэробики и хореографии 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. Во избежание травматизма для самостоятельных занятий не допускаются дети до 14 лет. Не допускается нахождение в зале аэробики и хореографии детей, без цели выполнения физических упражнений.
- 1.6. Для посещения занятий в зале аэробики и хореографии 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, хореографии, мини зала.

**2. Режим работы зала аэробики.**

- 2.1. Режим работы детских оздоровительных групп устанавливается расписанием, утверждаемым директором МАУ ДО «Спортивная школа «Ока»
- 2.2. Режим работы зала аэробики хореографии, мини зала для платного посещения устанавливается расписанием, утверждаемым директором МАУ ДО «Спортивная школа «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 и увечий, 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, хореографии, мини зал в верхней одежде и уличной обуви;
  - без разрешения инструктора или тренера пользоваться спортивным оборудованием и инвентарем, находящимся в зале;
  - посещать зал аэробики, хореографии, мини зал в состоянии алкогольного и наркотического опьянения;
  - курить, принимать пищу в зале аэробики, хореографии, мини зале и раздевалках;
  - вносить в зал аэробики, хореографии, мини зал 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, хореографии, мини зале, раздевалках, шкафах спортивную форму и обувь.
- 3.6. Лица, нарушившие настоящие правила удаляются из зала аэробики и хореографии. Учреждение оставляет за собой право не допустить их для дальнейшего посещения.**