

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Спортивная школа № 13 г. Ростова-на-Дону»

ПРИКАЗ

10.03. 2023 г.

№ 23-ОД

г. Ростов-на-Дону

**«Об утверждении Правил посещения физкультурно-оздоровительного
комплекса МБУ ДО «СШ № 13» расположенного по адресу:
г. Ростов-на-Дону, ул. 26 июня, 103а/15**

В связи с необходимостью организации посещения физкультурно-оздоровительного комплекса,

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить Правила посещения физкультурно-оздоровительного комплекса МБУ ДО «СШ № 13» расположенного по адресу: г. Ростов-на-Дону, ул. 26 июня, 103а/15.
2. Настоящий Приказ вступает в силу со дня подписания.
3. Контроль исполнения настоящего приказа оставляю за собой.

Директор МБУ ДО «СШ №13»



Ю.В. Смирнов

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУ ДО «СШ №13»
_____ Ю.В. Смирнов
Приказ № 23-09 от 10.03.2023

ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ
физкультурно-оздоровительного комплекса
МБУ ДО «СШ № 13»
расположенного по адресу: г. Ростов-на-Дону, ул. 26 июня, 103а/15

г. Ростов-на-Дону
2023 г.

I. Общие положения

1. Посещать Физкультурно-оздоровительный комплекс (далее - ФОК) вправе лица, заключившие с МБУ ДО «СП № 13» (далее - учреждение) Договор возмездного оказания услуг по физкультурно-оздоровительным занятиям (далее – Договор) и оплатившие стоимость занятий в соответствии с прейскурантом на услуги учреждения, в том числе:

- граждане Российской Федерации;
- иностранные граждане, законно находящиеся на территории Российской Федерации в соответствии со ст. 2 Федерального закона от 25.07.2002 № 115-ФЗ «О правовом положении иностранных граждан в Российской Федерации» – лица, имеющие действительные вид на жительство либо разрешение на временное проживание, либо визу и (или) миграционную карту, либо иные, предусмотренные Федеральным законом или международным договором Российской Федерации документы, подтверждающие право на пребывание (проживание) в Российской Федерации.

2. Для заключения Договора возмездного оказания услуг желающему посетить ФОК необходимо:

- представить заявление на имя директора учреждения с просьбой заключить Договор;
- предъявить оригинал паспорта и предоставить его копию;
- предоставить учреждению медицинскую справку об отсутствии заболеваний, а также противопоказаний к физическим нагрузкам и тренировкам, в том числе о медицинском обследовании у дерматолога, венеролога, гинеколога (для женщин), терапевта;
- оплатить стоимость услуг;
- явиться лично в учреждение для подписания Договора.

В случае заключения Договора законными представителями (родителями, опекунами, попечителями) несовершеннолетнего, не достигшего 14 лет, в учреждение для заключения договора предоставляется также копия свидетельства о рождении ребенка. Договор в этом случае заключается и подписывается законным представителем в интересах несовершеннолетнего с указанием в Договоре сведений о несовершеннолетнем, который будет посещать ФОК.

Заявление о заключении Договора рассматривается и Договор подписывается директором учреждения в течение 10 дней с момента представления заявителем всех необходимых документов. Договор вступает в силу с момента подписания.

3. Посетитель вправе воспользоваться услугами по посещению ФОК только после заключения Договора и оплаты услуг.

4. В заключении Договора и в посещении ФОК может быть отказано только в случае, если согласно санитарно-эпидемиологическим, противопожарным и иным требованиям в Физкультурно-оздоровительном комплексе уже занимается предельно допустимое максимальное количество посетителей, с которыми Договор был заключен ранее, либо если данный заявитель, желающий в настоящее время посетить ФОК, ранее посетил ФОК и нарушил условия ранее заключенного договора и (или) Правила посещения, правила поведения, общепринятые нормы поведения, дисциплину, и (или) допустил посягательство на честь, достоинство, имущество, жизнь и (или) здоровье посетителей и (или) сотрудников учреждения, в связи с чем данному посетителю было отказано в дальнейшем посещении ФОК (договор был расторгнут).

5. Посетителям предоставляются следующие услуги:

- разовое занятие.

6. Режим работы и предоставления платных услуг устанавливается учреждением самостоятельно.

Время работы тренажерного зала:

- понедельник, среда, пятница с 19 час. 00 мин. до 22 час. 00 мин.
- воскресенье с 09 час. 00 мин. до 13 час. 00 мин.

Время работы бассейна:

- понедельник, среда, пятница с 20 час. 00 мин. до 22 час. 00 мин.

- воскресенье с 09 час. 00 мин. до 13 час. 00 мин.

Вход в раздевалки бассейна осуществляется согласно утвержденному расписанию времени работы бассейна.

Время, предназначенное для переодевания и принятия душа, входит в сеанс посещения бассейна.

7. Вход в здание ФОК допускается только в сменной обуви.

8. Каждый посетитель обязан иметь индивидуальную спортивную экипировку.

9. Учреждением может быть введен пропускной режим для входа в здание ФОК.

10. Учреждение вправе разрабатывать и вывешивать на территории ФОК информационные стенды и визуальными изображениями, содержащие нормы о порядке поведения и выполнения упражнений, обязательные для посетителей.

11. Правила посещения ФОК состоят из правил поведения в тренажерном зале и правил поведения в бассейне. Посетители обязаны выполнять установленные настоящими Правилами посещения нормы и требования.

12. Помимо норм поведения, предусмотренных настоящими Правилами посещения ФОК, посетители обязаны соблюдать и руководствоваться требованиями Устава учреждения, правилами внутреннего распорядка, графиком предоставления услуг, режимом работы, требованиями санитарно-эпидемиологических и противопожарных норм, правилами поведения в отдельных зонах, информационными стендами, визуальными изображениями о порядке выполнения упражнений, размещенными в местах осуществления занятий (в тренажерном зале, бассейне и т.д.) и на иной территории ФОК, указаниями и рекомендациями сотрудников учреждения, общепринятыми нормами поведения и морали, проявлять уважение к персоналу учреждения и другим посетителям, не посягать на их честь, достоинство, жизнь, здоровье и имущество.

13. Администрация учреждения вправе разрабатывать и вводить в действие новые правила, дополнять и изменять положения настоящих правил, которые посетитель также обязуется соблюдать и выполнять.

14. В случае нарушения посетителем установленных настоящими Правилами посещения норм, требований, правил поведения, а также норм и требований, указанных в п.12 и п.13 настоящего раздела, учреждение оставляет за собой право остановить занятие посетителя — нарушителя и вывести его из здания ФОК, а так же отказать такому посетителю в дальнейшем пользовании услугами по посещению ФОК и расторгнуть с таким посетителем в одностороннем внесудебном порядке Договор возмездного оказания услуг без права заключения аналогичного договора на новый срок.

15. Администрация учреждения не несет ответственности за вред, связанный с ухудшением здоровья клиента, если состояние здоровья ухудшилось в результате острого заболевания, обострения травмы или хронического заболевания.

16. Администрация учреждения не несет ответственности, если причиной нанесения вреда здоровью стало нарушение правил пользования посещения, нарушение техники и правил выполнения упражнений. Администрация учреждения не несет ответственности за состояние здоровья посетителя и возможный травматизм, если посетитель тренируется самостоятельно без консультации тренера (инструктора).

17. За утеранные или оставленные без присмотра вещи персонал ответственности не несёт.

18. Администрация учреждения не несет ответственности за сохранность автомобиля клиента, находящегося на открытой автомобильной стоянке или проезжей части дороги, а также за сохранность находящихся в нем вещей.

19. Посетители несут ответственность за уничтожение, утерю, повреждение имущества учреждения, персонала и иных посетителей в соответствии с действующим законодательством.

20. Администрация учреждения не несет ответственности за вред, причиненный жизни, здоровью или имуществу клиента, если юридический факт наличия вины администрации, повлекший причинение вреда, не будет определен в судебном порядке.

21. Посетитель несёт ответственность перед администрацией учреждения за нарушение настоящих Правил.

II. Правила поведения в тренажерном зале

22. Для обеспечения собственной безопасности перед началом занятий посетители обязаны ознакомиться с правилами поведения в тренажерном зале.

23. К занятиям в тренажерном зале не допускаются лица моложе 14 лет. Исключение составляют тренировки под руководством и строгим контролем родителей или личного тренера (инструктора). Всю ответственность за поведение и состояние здоровья ребенка, в данном случае, несут родители.

24. Максимально допустимое количество одновременно занимающихся в тренажерном зале посетителей оставляет 45 человек. При достижении данного значения допуск (пропуск) к занятиям в тренажерном зале вновь прибывших посетителей не осуществляется.

25. Посетители тренажерного зала обязаны соблюдать правила общей гигиены, воздерживаться от посещения тренажерного зала при наличии простудных или инфекционных заболеваний, открытых ран. Инструктор тренажерного зала или администратор имеют право не допускать посетителя до занятий в случаях, когда это может быть опасно для здоровья других посетителей.

26. Перед тренировкой необходимо сделать общую разминку, разогреть мышцы, суставы, сделать растяжку. Кроме того, перед началом выполнения упражнения необходимо также сделать разминку, выполнив данное упражнение с легким весом (2 подхода с большим количеством повторений и 1 подход с большим, но нерабочим весом).

27. Время занятий в тренажерном зале не должно превышать 1 часа.

28. Посетитель обязан закончить тренировку за 15 мин до закрытия тренажерного зала.

29. К занятиям в тренажерном зале допускаются посетители только в чистой спортивной обуви и спортивной одежде. Не допускаются занятия в тренажерном зале без майки, обуви или в шлепках.

30. Посетители обязаны:

- соблюдать чистоту в тренажерном зале, а также во всех помещениях физкультурно-оздоровительного комплекса;

- соблюдать правила личной гигиены (мыть руки перед тренировкой; использовать чистую спортивную экипировку: одежду, обувь; не использовать парфюм, мази и иные средства с сильным запахом; вытереть тренажер, лавку, снаряды и оборудования в случае оставления на них следов пота и т.д.);

- использовать личное полотенце в ходе занятий в тренажерном зале;

- вести себя в рамках общественных норм поведения, не мешать другим посетителям, не посягать на честь, достоинство, жизнь, здоровье и имущество других посетителей, персонала учреждения и учреждения.

31. Использовать спортивное и иное оборудование тренажерного зала необходимо в соответствии с его предназначением и инструкцией по применению.

32. При возникновении вопросов по работе и настройке тренажеров необходимо обратиться к инструктору.

33. Для обеспечения собственной безопасности всем занимающимся необходимо пройти инструктаж перед использованием специального оборудования тренажерного зала, для чего необходимо обратиться к инструктору.

34. Для безопасности посетителя упражнения со свободными весами в тренажерном зале рекомендуется выполнять с партнером или в присутствии инструктора, а также соблюдать технику безопасности при занятиях на силовых машинах.

35. Во избежание несчастных случаев упражнения с максимальными весами необходимо выполнять при помощи тренера или партнера.

36. В случае обнаружения неисправности спортивного оборудования в зале, посетитель обязан незамедлительно сообщить об этом инструктору тренажерного зала или администратору.

37. Клиент обязан убрать за собой снаряды на место после их использования.

38. Посетители обязаны соблюдать этикет и быть вежливыми по отношению к другим занимающимся и персоналу, в частности:

- не создавать препятствий (не мешать атлету и страхующему его лицу; не отвлекать; не пытаться помочь, если атлет выполняет упражнение медленно и т.д.) при выполнении упражнений другими посетителями;

- не разбирать снаряды и не занимать тренажер для выполнения упражнений между подходами другого посетителя без спроса;

- не занимать тренажер и другое оборудование без цели выполнения на нем упражнений;

- не загромождать зеркало другим посетителям во время выполнения ими упражнений, так как зеркало является важным элементом контроля техники движения;

- вежливо отвечать на вопрос о продолжительности времени, которое требуется посетителю для окончания упражнений на конкретном тренажере;

- не грубить, не повышать голос на других посетителей, не использовать нецензурную брань;

- проявлять уважение к персоналу учреждения и другим посетителям, не посягать на их жизнь, здоровье, честь и достоинство;

и т.д.

39. Посетителю запрещается:

- громко разговаривать по телефону в тренажерном зале;

- оставлять в тренажерном зале пустые бутылки и иные отходы;

- ставить на пол в зале сумки или другие личные вещи;

- оставлять в тренажерном зале после тренировки полотенце и личные вещи;

- оставлять свои вещи без присмотра;

- беспорядочно разбрасывать одежду, полотенце и иные личные вещи в раздевалке и других помещениях тренажерного зала;

- кричать, сквернословить, греметь штангой и издавать громкие звуки;

- посещение тренажерного зала в состоянии алкогольного или наркотического опьянения;

- принимать пищу, жевать резинку, заносить и оставлять стеклянную тару в тренажерном зале;

- приносить и употреблять в тренажерном зале спиртные напитки.

40. Инструктор и дежурный по залу обязаны совершать регулярные обходы тренажерного зала для наблюдения за поведением занимающихся, проводить инструктажи по технике и программам выполнения упражнений, давать рекомендации. Если кто-то нарушает какое-либо правило, сотрудник должен тактично напомнить ему о правилах этикета в тренажерном зале.

41. При нарушении вышеуказанных правил администрация спортивного комплекса оставляет за собой право прекратить занятие посетителя и вывезти его из зала, а также досрочно в одностороннем внесудебном порядке расторгнуть договор возмездного оказания услуг без компенсации за неиспользованное время и отказать в продлении абонемента (заключении нового договора) на новый срок.

42. В случае необходимости допускается введение новых пунктов Правил.

III. Правила поведения в бассейне

43. Для физкультурно-оздоровительных занятий в бассейн допускаются только умеющие плавать лица, достигшие 7 лет.

44. Для указанных лиц в возрасте от 7 до 14 лет физкультурно-оздоровительные услуги в бассейне предоставляются в соответствии с расписанием, утвержденным администрацией Учреждения, только в форме групповых занятий с инструктором либо индивидуального занятия с инструктором.

45. Для лиц, имеющих инвалидность, физкультурно-оздоровительные услуги в бассейне предоставляются в соответствии с расписанием, утвержденным администрацией Учреждения, только в форме занятия с инструктором либо в форме совместного занятия с законным представителем (сопровождающим совершеннолетним лицом).

46. К свободному плаванию в бассейне без инструктора допускается только умеющие плавать лица, достигшие 14 лет и старше. Лица, умеющие плавать, в возрасте до 14 лет допускаются к свободному плаванию в бассейне без инструктора только совместно с законными представителями (с сопровождающим совершеннолетним лицом) на платной основе и для сопровождающего, и для ребенка.

47. До начала плавания посетителя в ванне бассейна инструктор, дежурящий в бассейне, проводит инструктаж посетителей о правилах поведения и безопасности при посещении бассейна, а также проводит проверку умения плавания посетителем. Только после этого посетитель допускается в бассейн для плавания. Инструктор обязан внимательно относиться к посетителям в возрасте от 7 до 14 лет и осуществлять за ними особый контроль. В случае, если по результатам проверки инструктором обнаружено, что посетитель не умеет плавать, то к занятиям в ванне бассейна такой посетитель не допускается с возвратом денежных средств, уплаченных за посещение бассейна.

48. Посещение бассейна разрешается только при наличии купального костюма, специальной сменной обуви (шлёпанцы или сланцы), шапочки для плавания (резиновой или силиконовой) и средств личной гигиены: мыло (гель для душа), мочалка, полотенце, расчёска.

49. Проход на территорию ФОК для посещения бассейна осуществляется за 15 минут до начала занятия в присутствии тренера по плаванию (инструктора) по медицинским справкам.

50. За ценные вещи, документы, деньги, сотовые телефоны и иные ценности, не сданные администратору на хранение в сейф, администрация ответственности не несёт.

51. Посетители обязаны:

- ознакомиться с правилами поведения в бассейне;
- строго соблюдать правила поведения в бассейне, поддерживать дисциплину в бассейне, выполнять распоряжения администраторов, тренеров (инструкторов) и медицинского персонала;
- до начала занятий предоставить медицинскую справку, разрешающую данному лицу заниматься плаванием:

для детей до 14 лет – от педиатра с результатами лабораторного обследования на гельминтозы (яйцеглист и энтеробиоз) – действительна 3 месяца со дня выдачи;

для детей старше 14 лет – от терапевта (с пометкой: допущен к занятиям плаванием) и дерматолога (с пометкой об отсутствии кожных заболеваний) – действительна 6 месяцев со дня выдачи;

- разговаривать тихо и не кричать.

52. В случае ощущения недомогания, плохого самочувствия перед началом занятия, во время занятия и после занятия посетители обязаны известить об этом тренера (инструктора).

53. Перед началом занятия занимающиеся обязаны:

- переобуваться в специальную обувь для бассейна (шлёпанцы, сланцы), а повседневную обувь сдать в гардероб в целлофановом пакете;
- верхнюю одежду сдавать в гардероб, повседневную одежду снимать в помещении раздевалки;
- перед входом в душевое помещение воспользоваться (в случае необходимости) туалетом;
- перед входом в ванну бассейна вымыться в душевой под горячим душем без плавательного костюма, тщательно промыть мочалкой с мылом все части тела;
- пользоваться только своими личными банными принадлежностями (шампунь, мыло, мочалка, полотенце). Если мыло или мочалка упали на пол, их нужно сразу поднять, чтобы другие посетители не поскользнулись;
- после посещения душа вымыть ноги и шлёпанцы.

54. Посетители обязаны начинать занятие в бассейне только в присутствии тренера (инструктора).

55. Во время занятия посетители обязаны:

- заходить в воду только после разрешения тренера (инструктора), по очереди по лестницам спиной вперед, крепко держась руками за поручни;
- выполнять все рекомендации, указания и требования тренера (инструктора);
- плавать только по дорожке;
- плавать строго по правой стороне дорожки (направление движения – против часовой стрелки) и соблюдать дистанцию не менее двух метров до плывущего впереди;
- при возникновении какой-либо проблемы (недомогание, травма и т.п.) необходимо немедленно сообщить об этом тренеру (инструктору), используя при этом все возможные способы (поднять руку высоко вверх, громко позвать тренера (инструктора) и т.п.);
- при плавании на ногах на спине, посетитель при виде флажков над бассейном должен вытянуть одну руку вперед и коснуться бортика вытянутой вперед рукой;
- при плавании кролем на спине в полной координации движений и на руках кролем на спине, посетитель должен при виде флажков над бассейном сделать два гребка руками, вытянуть одну руку вперед, доплыть на ногах и коснуться бортика вытянутой вперед рукой;
- чтобы не мешать другим доплывать, нужно встать на левую сторону бортика, взяться двумя руками за бортик и отдыхать, не погружаясь под воду и не отрывая рук от бортика;
- при нахождении в ванне плавательного бассейна сплёвывать только в сливные короба, расположенные в торцевых краях дорожек.

56. По окончании занятия по команде тренера (инструктора), организованно, по очереди выходить из воды по лестницам, держась за поручни.

57. После окончания занятия посетители обязаны:

- вернуть инвентарь (доски и т.д.), полученный на время занятия;
- в течение 3-5 мин принять тёплый душ;
- уходя из душевой кабины закрыть воду в душе;
- высушить волосы насухо. Для этого пользоваться стационарными сушилками или личными фенами только сухими руками, быть при этом особо внимательными и осторожными.
- в течение 15 минут покинуть раздевалку бассейна.

58. Посетителям запрещается:

- бегать, толкаться и драться в коридорах, на лестницах, в раздевалках, душевых и в бассейне ФОКа;
- посещать занятия в болезненном состоянии, при плохом самочувствии;
- посещать занятия в состоянии алкогольного или наркотического опьянения;

- в раздевалках, душевых и помещении бассейна запрещается производить фотосъёмку и видеосъёмку любыми техническими средствами (видеокамеры сотовых телефонов, фотоаппараты и т.п.);

- проходить в помещение бассейна в отсутствие тренера (инструктора);

- ходить по территории ФОКа в уличной обуви или босиком;

- вносить в помещения раздевалок, душевых и плавательного бассейна жевательные резинки и стеклянную тару;

- втирать в кожу перед посещением бассейна кремы и мази. Запрещается плавать, не смыв декоративную косметику;

- входить в бассейн без посещения душа;

- в душевой брызгаться водой, разливать воду на полу в раздевалке;

- входить в воду без разрешения тренера (инструктора);

- прыгать с бортиков;

- топить руками и вставать ногами на разграничительные дорожки;

- плавать в одежде, не предназначенной для бассейна;

- находиться в воде без шапочки;

- плавать в бассейне с большими и массивными украшениями (цепочки, браслеты, кольца), которыми можно зацепиться за разделительные дорожки или травмировать себя и других посетителей;

- нырять в длину и глубину, использовать любые упражнения с задержкой дыхания без разрешения тренера;

- толкаться, хватать и топить друг друга в воде;

- издавать ложные крики о помощи: «Тону!», «Спасите!», «Помогите!» и т.п.;

- пользоваться стационарными сушилками или личными фенами с мокрыми руками;

- находиться в душевой и раздевалке более 30 мин. после окончания занятия.

59. При нарушении вышеуказанных правил администрация спортивного комплекса оставляет за собой право прекратить занятие посетителя и вывезти его из бассейна, а также досрочно в одностороннем внесудебном порядке расторгнуть договор возмездного оказания услуг без компенсации за неиспользованное время и отказать в продлении абонемента (заключении нового договора) на новый срок.

60. В случае необходимости допускается введение новых пунктов Правил.