

Załącznik Nr 1 do Uchwały Nr XLVIII/299/2018
Rady Gminy w Sulmierzycach
z dnia 28 marca 2018 r.

REGULAMIN KORZYSTANIA Z SIŁOWNI WEWNĘTRZNEJ W BUDYNKU ZAPLECZA SPORTOWEGO W SULMIERZYCACH

1. Każda osoba korzystająca z siłowni wewnętrznej jest zobowiązana do zapoznania się z przepisami niniejszego regulaminu i przestrzegania jego zasad.

2. Właścicielem obiektu jest Gmina Sulmierzyce.

3. Za obsługę siłowni odpowiedzialny jest instruktor zatrudniony przez Gminę.

4. Korzystanie z siłowni jest odpłatne.

5. Zabrania się przebywania na terenie siłowni wewnętrznej poza wyznaczonymi godzinami.

6. Ćwiczący zobligowani są do bezwarunkowego podporządkowania się poleceniom instruktora.

7. Każda osoba korzystająca z siłowni powinna zasięgnąć opinii lekarza odnośnie przeciwwskazań do uprawiania ćwiczeń siłowych. Osoby o niestabilnym stanie zdrowia powinny korzystać z siłowni ze szczególną ostrożnością, po konsultacji ze swoim lekarzem.

8. Z siłowni mogą korzystać osoby:

a) które ukończyły 18 lat,

b) które ukończyły 14 lat - pod opieką pełnoletniej osoby.

9. Korzystający z siłowni wewnętrznej zobowiązani są do zachowania szczególnej ostrożności podczas uprawiania sportu i nie powodowania sytuacji zagrażających bezpieczeństwa osób tam przebywających.

10. Na terenie siłowni zabrania się:

a) wchodzenia na siłownię w innym stroju i obuwiu niż sportowe,

b) biegania za wyjątkiem urządzeń do tego przeznaczonych,

c) używania urządzeń oraz sprzętu treningowego do innych celów niż jest przeznaczony,

d) wnoszenia opakowań szklanych, ostrych narzędzi oraz innych niebezpiecznych przedmiotów,

e) przebywania zwierząt,

f) spożywania jedzenia i żucia gumy,

g) noszenia biżuterii i ozdób mogących spowodować uszkodzenia ciała,

j) zachowania powszechnie uznawanego za nieprzyzwoite lub obraźliwe,

k) niszczenia i uszkodzania wyposażenia.

11. Osoby korzystające z siłowni zobowiązane są do pozostawienia ładu i porządku po zakończonych ćwiczeniach.

12. Przed rozpoczęciem ćwiczeń na urządzeniach treningowych dla zachowania bezpieczeństwa, korzystający winien sprawdzić stan techniczny urządzenia, z którego będzie korzystał i w przypadku zauważenia usterek zgłosić ten fakt instruktorowi.

13. Ćwiczenia na poszczególnych urządzeniach treningowych należy wykonywać w miejscu, w którym zostały one ustawione.

14. Zabrania się korzystającym z siłowni przestawiania urządzeń treningowych, niedopuszczalnych instrukcją ich obsługi wprowadzania zmian w korzystaniu z nich, wprowadzania innych regulacji, które mogą zagrażać bezpieczeństwu.

15. Ćwiczenia z wolnymi ciężarami, z wykorzystaniem dużego obciążenia, mogą być wykonywane jedynie przy asekuracji co najmniej jednej osoby.

16. Na siłowni nie prowadzi się depozytu rzeczy wartościowych.

17. Wszelkie uszkodzenia sprzętu i przyrządów oraz skargi i wnioski, a także wszelkie sytuacje wypadkowe oraz zagrażające życiu i zdrowiu należy zgłaszać instruktorowi.