



«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МУ «ДС «Восток»

С.В. Дмитриев

01 сентября 2023 года

Правила посещения Муниципального учреждения «Дворец спорта «Восток»

1. Общие положения.

- 1.1. МУ «ДС «Восток» открыт для посещения ежедневно с 8:00 до 22:00 по будням и с 8:00 до 21:00 по выходным и праздничным дням. Администрация МУ «ДС «Восток» оставляет за собой право объявлять в течение года нерабочие праздничные и санитарные дни, вносить изменения в режим работы МУ «ДС «Восток», и доводить до сведения посетителей соответствующие изменения, размещая их на информационном стенде и ресепшн.
- 1.2. Посетители должны покидать МУ «ДС «Восток» не позднее установленного времени.
- 1.3. Количество технических перерывов в работе МУ «ДС «Восток» и/или отдельных его залов, помещений, а также их продолжительность определяется в соответствии с санитарными правилами и нормами Российской Федерации, а также нормами технической эксплуатации.
- 1.4. При первом посещении МУ «ДС «Восток» клиент заполняет анкету посетителя и получает карту клиента.
- 1.5. Посещение комплекса осуществляется через администратора по абонементам или разовым билетам с предъявлением карты клиента (при наличии), документа, удостоверяющего личность (при необходимости), и медицинской справки от дерматовенеролога (для бассейна). Клиенту выдается браслет с ключом от шкафчика в раздевалке, который по окончании занятия, он обязан сдать администратору.
- 1.6. Нахождение в тренировочных зонах МУ «ДС «Восток» возможно только при наличии кассового чека (в случае разового занятия) или карты клиента. Передача карты клиента другому лицу запрещается. В случае несоблюдения данного правила, карта аннулируется без возмещения занятий.
- 1.7. В случае утери или порчи браслета с ключом, или карты клиента, необходимо обратиться к администратору МУ «ДС «Восток». Ущерб возмещается в размере, указанном в прейскуранте.
- 1.8. Срок действия приобретенного абонемента – 1 календарный месяц со дня первого посещения.
- 1.9. Если абонемент забыт, клиент обязан оплатить разовое занятие.
- 1.10. Пропущенные занятия не по вине МУ «ДС «Восток» не компенсируются.
- 1.11. Лица, не достигшие 14 лет, могут посещать МУ «ДС «Восток» (бассейн, тренажерный зал) только в сопровождении законных представителей. Дети старше 14 лет могут заниматься в зале самостоятельно при наличии письменного заявления от родителей, согласованного с администрацией МУ «ДС «Восток».
- 1.12. Запрещается находиться в санитарных и спортивных зонах МУ «ДС «Восток» в верхней одежде и уличной обуви. Проход в санитарные и спортивные зоны комплекса осуществляется строго в сменной обуви.
- 1.13. Верхнюю одежду и уличную обувь необходимо оставлять в гардеробе учреждения.
- 1.14. Находиться в раздевалках в верхней одежде и уличной обуви запрещается.
- 1.15. В связи с высокой плотностью проводимых занятий убедительная просьба оперативно пользоваться душевыми и раздевалками.
- 1.16. Администрация МУ «ДС «Восток» имеет право вносить изменения в текущее расписание и осуществлять замену инструктора. Расписание занятий и информация об изменениях в расписании находится у администратора на ресепшн, информационном стенде и на сайте МУ «ДС «Восток».
- 1.17. Данные правила направлены на обеспечение безопасности посетителей. От соблюдения настоящих правил зависит комфорт и здоровье посетителей.

1.18. В случае необходимости и для комфорта клиентов допускается введение новых пунктов правил.

2. Права и обязанности посетителей МУ «ДС «Восток».

- 2.1. Перед началом посещения, клиент обязан пройти соответствующую процедуру регистрации, заполнения анкетных данных. При посещении, предъявлять на ресепшн купленный абонемент, либо оплачивать разовое посещение.
- 2.2. Посетители МУ «ДС «Восток» обязаны соблюдать и поддерживать общественный порядок и общепринятые нормы поведения, вести себя уважительно по отношению к другим посетителям, обслуживающему персоналу, не допускать действий, создающих опасность для окружающих, использовать в своей речи нецензурные выражения, использовать жевательную резинку, мусорить, бегать и шуметь.
- 2.3. На территории МУ «ДС «Восток» ЗАПРЕЩЕНО находиться в состоянии алкогольного или наркотического опьянения, при наличии остаточных явлений алкогольного опьянения (похмельный синдром), употреблять и распространять алкогольные напитки, медикаменты, наркотические средства, курить.
- 2.4. ЗАПРЕЩЕНО проносить на территорию комплекса пожароопасные, взрывчатые, токсичные и сильно пахнущие вещества, режущие, колющие предметы, любые виды огнестрельного, газового и холодного оружия, стеклянную тару.
- 2.5. Посетители обязаны самостоятельно и ответственно контролировать свое собственное здоровье. При наличии признаков острого или хронического, инфекционного и/или кожного заболевания у посетителя, посещение МУ «ДС «Восток» запрещается. При подписании анкеты посетитель подтверждает, что ни он, ни его несовершеннолетние дети не имеют медицинских противопоказаний для занятий физической культурой, спортом и полностью принимает на себя ответственность за состояние своего здоровья и состояние здоровья своих несовершеннолетних детей, посещающих МУ «ДС «Восток» вместе с ним.
- 2.6. Для хранения личных вещей необходимо использовать специально оборудованные шкафы в гардеробе, а ценные вещи сдавать для хранения на ресепшн. Всем посетителям рекомендуется внимательно относиться к личным вещам, не оставлять их без присмотра, не доверять их другим лицам. За оставленные без присмотра вещи администрация МУ «ДС «Восток» ответственности не несет.
- 2.7. Посетители обязаны соблюдать правила личной гигиены, не использовать резкие парфюмерные запахи.
- 2.8. Переодеваться допускается только в помещениях раздевалок.
- 2.9. В раздевалках запрещается сушить и развешивать белье и полотенца.
- 2.10. Во избежание причинения неудобства другим посетителям, а также предупреждения засоров канализационных сетей ЗАПРЕЩЕНО пользоваться бритвенными принадлежностями в душевых кабинах.
- 2.11. Запрещается находиться детям противоположного пола старше 6 лет в женской, мужской раздевалках.
- 2.12. Прием пищи на территории МУ «ДС «Восток» осуществляется в специально предназначенных для этого местах (Кафе).
- 2.13. Запрещается оставлять вещи в шкафчиках после окончания занятий.
- 2.14. Запрещено входить на территорию служебных и прочих технических помещений без специального на то разрешения персонала МУ «ДС «Восток».
- 2.15. Не разрешается самостоятельно включать и выключать звуковую, теле-, видеотехнику, компьютерную технику МУ «ДС «Восток», использовать розетки для подключения электронных устройств, регулировать любое инженерно-техническое оборудование.
- 2.16. В целях безопасности посетителей в МУ «ДС «Восток» службой внутреннего контроля осуществляется видеонаблюдение.
- 2.17. Фото и видеосъемка в МУ «ДС «Восток» без специальной договоренности с администрацией комплекса запрещена.
- 2.18. Запрещено выносить имущество МУ «ДС «Восток» за его пределы.
- 2.19. Запрещается распространять рекламную продукцию без согласования с администрацией комплекса.

- 2.20. Посетители вправе получать необходимую и достоверную информацию о работе МУ «ДС «Восток» и оказываемых им услугах.
- 2.21. Направлять свои мнения, предложения и рекомендации по каждому виду Услуг.

3. Права и обязанности МУ «ДС «Восток».

3.1. МУ «ДС «Восток» обязуется:

- 3.1.1. Предоставлять качественные базовые и дополнительные услуги.
- 3.1.2. Обеспечивать рабочее состояние бассейна, спортивного, сантехнического и иного оборудования и их соответствие санитарным правилам и нормам.
- 3.1.3. Своевременно информировать посетителей об изменениях.
- 3.1.4. Предоставлять посетителям один шкаф в раздевалке для переодевания.
- 3.2. МУ «ДС «Восток» в праве:
- 3.2.1. При проведении профилактических и ремонтных работ ограничить или прекратить доступ посетителей в задействованные зоны.
- 3.2.2. При проведении мероприятий ограничить зону, предназначенную для тренировок, о чем извещает путем размещения информации на ресепшн.
- 3.2.3. Изменять расписания занятий.

4. Ответственность сторон.

- 4.1. За технические неудобства, вызванные проведением сезонных, профилактических и аварийных работ службами коммунального хозяйства МУ «ДС «Восток» ответственности не несет.
- 4.2. Администрация МУ «ДС «Восток» не несет ответственность за состояние здоровья и возможный травматизм в следующих случаях:
- при нарушении клиентом правил посещения бассейна;
 - если клиент тренируется самостоятельно;
 - если клиент не применял правила вводного инструктажа;
 - за травмы, полученные клиентом в результате противоправного действия со стороны третьих лиц;
 - за травмы, полученные по вине самого клиента на территории бассейна/тренажерного зала;
 - если травма не была зарегистрирована работником МУ «ДС «Восток» и не составлен соответствующий акт.
- 4.3. Посетитель полностью принимает на себя ответственность за состояние своего здоровья и состояние здоровья своих несовершеннолетних детей, посещающих МУ «ДС «Восток» вместе с ним.
- 4.4. За оставленные без присмотра вещи администрация МУ «ДС «Восток» ответственности не несет.
- 4.5. Администрация МУ «ДС «Восток» не осуществляет контроль и не несет ответственности за наличие свободных мест для личного автотранспорта на парковке.
- 4.6. В случае нарушения «Правил» и игнорирования замечаний, посетитель, может быть удален с территории МУ «ДС «Восток».

5. Правила посещения бассейна МУ «ДС «Восток».

- 5.1. Посетители должны иметь медицинскую справку, разрешающую посещать бассейн:
- для занимающихся (от терапевта+ЭКГ);
 - для посетителей/клиентов от дерматовенеролога.
- 5.2. Соблюдать правила личной гигиены. Перед посещением бассейна и сауны обязательно принимать душ.
- 5.3. Запрещается втирать в кожу перед посещением бассейна кремы, мази, гели и др.
- 5.4. Посещение бассейна разрешается только при наличии купального костюма, шапочки для плавания и специальной сменной обуви. Нахождение в бассейне без шапочки ЗАПРЕЩЕНО.

- 5.5. Ходить в зоне бассейна босиком не рекомендуется – это опасно.
- 5.6. Запрещается находиться на территории бассейна в верхней одежде и уличной обуви.
- 5.7. Запрещается бегать по территории бассейна, прыгать в воду с бортиков и других окружающих бассейн конструкций. Запрещено подавать ложные сигналы бедствия.
- 5.8. Запрещается висеть на разделительных дорожках, хватать друг друга за руки, ноги, голову и другие части тела во избежание несчастных случаев и травм.
- 5.9. Запрещено справлять естественные надобности в воду бассейна.
- 5.10. Использовать специальное оборудование, прыгать со стартовых тумб допускается только с разрешения инструктора.
- 5.11. В зону бассейна запрещено приносить стеклянную посуду.
- 5.12. При плавании держаться правой стороны, обгонять слева, отдыхать в углах дорожки.
- 5.13. Для освобождения полости рта и носа от попавшей воды следует пользоваться переливными желобами.
- 5.14. По окончании сеанса в течение 15 минут покинуть раздевальное помещение бассейна, сдать браслет с ключом от раздевалки администратору, получить абонемент с отметками о посещении, забрать ценные вещи из камеры хранения, верхнюю одежду и обувь из гардероба, сдать номерок и ключ от камеры хранения гардеробщику.
- 5.15. Плавательный бассейн или его часть могут быть заняты тренировками, соревнованиями и т.д. Объявления о таких событиях будут вывешены заранее на ресепшн.
- 5.16. Услуги по персональному тренингу предоставляются только после предварительной оплаты.
- 5.17. В целях безопасности посетителей МУ «ДС «Восток» по внутреннему утвержденному графику проводит на территории бассейна ремонтные работы, санитарные обработки, в том числе и внеплановые. Занятия в бассейне могут быть ограничены в связи с необходимостью проведения данных работ.

6. Правила посещения групповых программ и секций, персональных тренировок в бассейне МУ «ДС «Восток».

- 6.1. Во избежание травм, рекомендуется посещение групповых занятий в бассейне, соответствующих уровню физической подготовленности посетителя.
- 6.2. При опоздании на занятие более чем на 10 минут, инструктор оставляет за собой право не допустить посетителя до занятия.
- 6.3. Групповые занятия и секции проводятся по утвержденному расписанию. Изменения в расписание вносятся Администрацией комплекса в одностороннем порядке.
- 6.4. Администрация оставляет за собой право заменять заявленного в расписании инструктора, а также вносить изменения в расписание групповых занятий.
- 6.5. Посетитель обязан бережно относиться к специализированному оборудованию и инвентарю.
- 6.6. При возникновении внештатных и/или аварийных ситуациях посетители обязаны беспрекословно выполнять указания инструктора.
- 6.7. Рекомендуется посещать бассейн не ранее, чем через два часа после приёма пищи.
- 6.8. Посетитель обязан соблюдать правила санитарии и гигиены в зоне бассейна.

7. Правила посещения тренажерного зала.

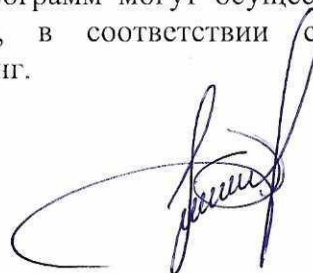
- 7.1. С целью обеспечения безопасности посетителей, для профилактики травм при занятиях, во избежание непредвиденных ситуаций, заниматься в зале рекомендуется только после первичного знакомства с оборудованием и инвентарем с помощью дежурного инструктора.
- 7.2. Посетителю необходимо быть внимательным, соблюдать технику безопасности и правила эксплуатации тренажеров.
- 7.3. Находиться и тренироваться в тренажерном зале можно только в спортивной одежде и обуви. Запрещается заниматься босиком, в шлепанцах, домашних тапочках, джинсах, с голым торсом, в купальных костюмах.
- 7.4. Время нахождения в тренажерном зале не должно превышать 2-х часов.
- 7.5. Клиент обязан закончить тренировку за 15 минут до закрытия тренажерного зала.

- 7.6. Во время работы на тренажерах рекомендуется использовать полотенце.
- 7.7. При работе со свободными весами, необходимо разбирать за собой снаряды и убирать гантели, грифы и диски на отведенное для этого место. Запрещается оставлять грифы, гантели и другие свободные веса с упором на стены, зеркала, и прочие конструкции.
- 7.8. Во избежание получения травм необходимо соблюдать основные принципы построения тренировки. При необходимости обращаться за помощью к инструкторам МУ «ДС «Восток».
- 7.9. Запрещается передвигать тренажеры и бросать инвентарь на пол.
- 7.10. Во избежание несчастных случаев, детям до 14 лет запрещается посещать тренажерный зал. Дети с 14 лет допускаются к занятиям в тренажерном зале при непосредственном сопровождении взрослого и наличии согласованного с администрацией МУ «ДС «Восток» заявления от родителя. А так же в рамках секции или персонального занятия с инструктором.
- 7.11. Дети старше 14 лет могут заниматься в зале самостоятельно при наличии письменного заявления от родителей, согласованного с администрацией МУ «ДС «Восток».
- 7.12. Инструктор вправе прервать тренировку, проводимую родителем с нарушением норм безопасности и наносящую вред ребенку.
- 7.13. Посетители МУ «ДС «Восток» несут материальную ответственность за порчу и утрату спортивного инвентаря. В случае поломки спортивного инвентаря клиенты обязаны сообщить об этом дежурному инструктору.
- 7.14. Любой из тренажеров может быть ограничен для пользования в любой момент (ремонт, профилактические работы). В случае поломки тренажера, посетитель должен сообщить об этом дежурному инструктору. Самостоятельное устранение поломок запрещено.
- 7.15. Услуги по персональному тренингу предоставляются только после предварительной оплаты.

8. Правила посещения залов групповых программ.

- 8.1. Во избежание травм рекомендуется посещать занятия, соответствующие уровню подготовки посетителя.
- 8.2. Групповые занятия проводятся по утвержденному расписанию. Изменения в расписание вносятся Администрацией комплекса в одностороннем порядке.
- 8.3. При посещении групповых программ необходимо переодеваться в спортивную одежду и закрытую обувь. Во время занятий верхняя часть тела обязательно должна быть закрыта. Желательно наличие полотенца и бутылки с водой.
- 8.4. Посетители обязаны убирать за собой после занятий оборудование и предметы личного пользования.
- 8.5. Занятия в уличной или грязной обуви запрещены.
- 8.6. Услуги по персональному тренингу предоставляются только после предварительной оплаты.
- 8.7. Самостоятельные занятия в залах групповых программ могут осуществляться в период времени, свободный от групповых занятий, в соответствии с расписанием и предварительной записью на персональный тренинг.

Заместитель директора по безопасности



Е.В. Шемаров