



УТВЕРЖДАЮ
Директор ФГБУ
«Санаторий «Айвазовское»

С.В. Донецкая

(Приказ №108 от 17.03.2025)

Правила посещения тренажёрного зала ФГБУ «Санаторий «Айвазовское»

1. Общие положения

1.1. Настоящие Правила являются обязательными для исполнения всеми посетителями тренажёрного зала.

1.2. Посетители тренажёрного зала обязаны ознакомиться с настоящими правилами до начала предоставления услуг. Работники тренажёрного зала обязаны напомнить посетителям правила до начала пользования услугами тренажёрного зала.

1.3. Правила устанавливают права и обязанности посетителей тренажёрного зала, определяют механизм реализации этих прав и обязанностей, а также устанавливают ряд запретов, не допускающих такие действия граждан, которые могут причинить вред другим лицам.

1.4. Посетителями тренажёрного зала признаются все физические лица, находящиеся на территории тренажёрного зала (раздевалка, помещения с тренажёрами, туалеты и душевые), за исключением работников тренажёрного зала.

2. Режим работы тренажёрного зала

2.1. Тренажёрный зал работает ежедневно с 08.00 до 19.00, перерыв с 13.00 до 14.00, начало последнего сеанса – 18.00.

Тренажёрный зал укомплектован силовыми агрегатами, способными предоставить требуемую физическую нагрузку. Конструктивные особенности тренажёров не могут быть изменены по требованию посетителя.

2.2. Санаторий оставляет за собой право объявлять в течение года нерабочие праздничные и ремонтно-профилактические дни тренажёрного зала. Информация об изменении в расписании работы тренажёрного зала размещается на информационном стенде и на официальном сайте санатория.

2.3. Пользование услугами тренажёрного зала может быть ограничено по производственной необходимости частично или полностью.

2.4. Вход посетителей в тренажёрный зал осуществляется согласно утвержденному расписанию сеансов. Продолжительность нахождения посетителя в тренажёрном зале составляет 60 минут.

3. Общие требования к посещению тренажёрного зала

3.1. До начала посещения тренажерного зала потребителю рекомендуется проконсультироваться с лечащим врачом или медицинским работником на предмет готовности к двигательной активности и физическим нагрузкам.

3.2. Приступая к занятиям в тренажерном зале потребитель подтверждает, что он не имеет медицинских противопоказаний для занятия физкультурой, спортом и полностью принимает на себя ответственность за состояние своего здоровья.

Потребитель обязан самостоятельно контролировать свое собственное здоровье. При наличии острых и/или кожных заболеваний, а также обострении хронических заболеваний, следует воздержаться от посещения тренажерного зала.

3.3. Право на посещения тренажёрного зала имеют получатели санаторно-курортных услуг, предъявившие работнику тренажёрного зала карту гостя.

Также, право на посещение тренажёрного зала предоставляется гражданам, которые приобрели абонемент в тренажёрный зал.

Абонемент выдаётся на 8, 10 или 12 посещений тренажёрного зала. Срок действия абонемента 30 календарных дней. По истечении указанного срока абонемент считается недействительным.

В абонемента указываются следующие данные: номер абонемента, Ф.И.О. посетителя, количество посещений, срок действия абонемента на посещение тренажёрного зала, отметки о факте пересечения контрольно-пропускных пунктов. Абонемент действителен при предъявлении документа, удостоверяющего личность с фотографией (паспорт, водительские права, пенсионное удостоверение, другой документ, выданный органами государственной власти или органами местного самоуправления с фотографией). Количество отметок о пересечении контрольно-пропускных пунктов соответствует количеству посещений тренажёрного зала.

В случае отказа посетителя от посещения тренажёрного зала по причинам, не зависящим от санатория, деньги за приобретенный абонемент не возвращаются.

Запрещено передавать карту гостя и абонемент на посещение тренажёрного зала другим лицам. Если посетитель не имеет возможности предъявить карту гостя или абонемент, санаторий отказывает в предоставлении услуги посещения тренажёрного зала.

На время предоставления услуги карта гостя или абонемент находятся у работника тренажёрного зала.

3.4. Посетители с ограниченными возможностями посещают тренажёрный зал в присутствии сопровождающего.

3.5. Все ценные вещи, мобильные телефоны и иные электронные гаджеты (планшеты, ноутбуки и т.п.), украшения (серьги, цепочки, браслеты и

т.п.) рекомендуется оставлять в номере, либо в индивидуальном шкафчике раздевалки.

4. Правила поведения посетителей в раздевалке, помещении с тренажёрами, душевой, туалете.

4.1. Посетители тренажёрного зала должны соблюдать общественный порядок и общепринятые нормы поведения, вести себя уважительно по отношению к другим посетителям, работникам тренажёрного зала, не допускать действий, создающих опасность для окружающих.

Работники тренажёрного зала обязаны контролировать соблюдение посетителями настоящих правил. При необходимости работник имеет право делать посетителям замечания.

4.2. При входе в тренажёрный зал посетитель обязан предъявить карту гостя или абонемент на посещение тренажёрного зала.

Работник тренажёрного зала, проведя инструктаж по технике безопасности и регистрацию посетителя в соответствующем журнале (программе), выдает ключ от шкафа для одежды в раздевалке оставляя у себя карту гостя или абонемент.

4.3. Посетитель тренажерного зала обязан соблюдать правила личной гигиены, иметь при себе спортивную одежду и обувь, личное полотенце и пользоваться им во время занятий.

4.4. Посетитель может иметь при себе принадлежности для душа (мыло/гель для душа, шампунь). Предметы гигиены должны быть в пластиковой таре и находиться в пакете. Использование в раздевалке/душе гигиенических предметов в стеклянной таре запрещено.

4.4. В раздевалке посетитель должен переодеться в спортивную одежду и переобуться в спортивную обувь, снять все ювелирные и иные украшения, убрать вещи в шкафчик и пройти в тренажёрный зал.

4.5. В случае получения травмы при плохом самочувствии, посетитель должен немедленно прекратить занятия и сообщить об этом работнику тренажёрного зала.

4.6. Посетитель должен контролировать время нахождения в тренажёрном зале. При нахождении посетителя, который приобрёл абонемент, в тренажёрном зале дольше отведенного времени, работник тренажёрного зала имеет право засчитать это время за второе посещение и потребовать дополнительной оплаты.

4.7. Посетитель обязан освободить шкафчик в раздевалке, сдать ключ от шкафчика дежурному работнику тренажёрного зала, и покинуть тренажёрный зал.

4.8. За последствия, возникающие в результате нарушения настоящих правил, санаторий ответственности не несёт. Посетители тренажёрного зала должны строго соблюдать настоящие правила, правила техники безопасности, санитарно-гигиенические требования, выполнять

требования работников тренажёрного зала в части соблюдения санитарно-гигиенических требований.

4.9. Санаторий имеет право лишать права посещения тренажёрного зала лиц, нарушающих настоящие правила.

Посетители имеют право вносить замечания и предложения по качеству оказываемых услуг, предъявлять претензии и вносить замечания в отношении качества обслуживания.

5. Меры безопасности

5.1. При установлении запретов и рекомендаций поведения в тренажёрном зале санаторий всегда исходит исключительно из необходимости обеспечения безопасности посетителей в тренажёрном зале, который является местом повышенной опасности.

5.2. При занятиях на кардиотренажере, в начале тренировки на беговой дорожке необходимо становиться на подставки по краям движущейся ленты, установить минимальную скорость и начать тренировку после того, как лента пошла в движение. Нельзя сходить с тренажёра до полной остановки ленты. Не оставляйте одежду, полотенца и прочие предметы вблизи кардиотренажера. Ваши вещи могут случайно попасть в его движущие части, что спровоцирует опасную ситуацию.

Не ставьте жидкости вблизи тренажера, а также на полу рядом с ним. Тренажеры подключены к электричеству, попадание на них воды может вызвать замыкание.

Заходить и сходить с тренажера можно только при полной его остановке, соблюдая осторожность. Тренируясь на кардиотренажере, не оборачивайтесь назад. Ваше внимание рассеивается и возрастает риск получить травму.

5.3. Перед началом любой тренировки во избежание травм необходимо провести разминку, обеспечивающую разогревание связок и мышц перед тренировкой.

Обязательно проверьте исправность тренажера и надежность его установки и крепления.

Запрещается работа на неисправных тренажерах.

Запрещается прикасаться к движущимся частям блочных устройств.

При работе со свободными весами необходимо использовать замки, и тщательно проверять прочность резьбы на гантелях.

При разгрузке и подготовке свободных весов необходимо убедиться в устойчивом положении снаряда на стойках.

Запрещается нагружать тренировочные грифы сверх установленных техническими нормами пределов.

Во избежание несчастных случаев перед выполнением упражнений убедитесь, что упражнение и амплитуда движения снаряда не причинят никаких телесных повреждений или не повредят какое-либо оборудование.

Запрещается бросать свободные веса. Упражнения, подразумевающие в амплитуде постановку тяжелого веса, необходимо выполнять в строго отведенных местах.

Запрещается выполнять упражнения, связанные с риском для жизни, без страховки партнера, передвигать тренажёры, поднимать штангу без использования замков, бросать штангу на пол, бросать гантели и ударять их одна о другую.

5.4. Посетителям тренажёрного зала запрещается:

- получать услуги при наличии медицинских противопоказаний по состоянию здоровья, при наличии кожных, инфекционных заболеваний, кровотечений, в плохом самочувствии;

- передавать карты гостя и абонементы, дающие право на посещение тренажёрного зала, другим лицам.

- находиться в состоянии алкогольного, наркотического или токсического опьянения,

- посещать тренажерный зал при наличии остаточных явлений алкогольного опьянения (похмельный синдром). При подозрении на наличие у посетителя признаков алкогольного и/или наркотического опьянения, а также остаточных явлений алкогольного опьянения администрация вправе применить меры к указанным лицам в виде отстранения от тренировок и вывода за пределы тренажерного зала или вывоза сотрудников правоохранительных органов.

- употреблять (распивать) алкогольную продукцию, употреблять наркотические и психотропные вещества, потенциально опасные психоактивные или одурманивающие вещества, курить (в том числе электронные сигареты);

- приносить огнестрельное и холодное оружие, электрошокеры, колюще-режущие предметы, предметы из стекла, взрывчатые, легковоспламеняющиеся, отравляющие и токсичные вещества, а также газовые баллончики;

- приносить с собой и принимать пищу и напитки, употреблять жевательную резинку во время пребывания в тренажёрном зале;

- проводить процедуры по уходу за кожей, применяя крем, мазь, масло, гель и др. и косметологические процедуры (маникюр, педикюр, пилинг, эпиляция и т.д.), бриться, стричь волосы;

- проходить в уличной обуви (допускается проходить в раздевальню в одноразовых бахилах) и ходить босиком, входить в служебные и технические помещения;

- пользоваться мобильными телефонами и иными электронными гаджетами (планшетами, ноутбуками и т.п.);

- самостоятельно изменять температурный режим, режим кондиционирования, пользоваться музыкальной и другой аппаратурой зала, регулировать любое инженерно-техническое оборудование.

- использовать во время занятий парфюмерию с резким запахом, проводить рекламные акции,
- размещать на всей территории Санатория объявления, рекламные материалы, проводить опросы;
- распространять любое спортивное питание, а также консультировать других посетителей о порядке его употребления.
- приходить в тренажёрный зал с животными, птицами и т.п.;
- нарушать общественный порядок, выражать явное неуважение к обществу, сопровождающееся нецензурной бранью в общественных местах, оскорбительным приставанием к гражданам, уничтожать или повреждать спортивный инвентарь и чужое имущество.

6. Обязанности и ответственность посетителя

6.1. Посетитель должен строго соблюдать правила посещения тренажёрного зала, правила техники безопасности, противопожарной безопасности, санитарно-гигиенические требования, выполнять требования работников тренажёрного зала в части соблюдения санитарно-гигиенических требований.

6.2. Посетители тренажёрного зала должны бережно относиться к имуществу санатория, не допуская его порчу или утрату. В случае порчи или утраты имущества тренажёрного зала виновное лицо возмещает причиненный ущерб в полном объеме.

6.3. Не допускается проведение инструктажа посетителями в отношении других посетителей тренажёрного зала, а также дача им рекомендаций, входящих в противоречие с настоящими правилами.

6.4. Санаторий не несет ответственность за состояние здоровья и возможный травматизм в следующих случаях:

- при нарушении посетителем настоящих правил, а также иных правил, действующих на территории санатория;
- если посетитель не прослушал вводный инструктаж;
- за травмы, полученные вне территории санатория;
- за травмы, полученные в результате противоправных действий третьих лиц;
- за травмы, полученные по вине самого посетителя;
- если травма не была зарегистрирована дежурным врачом и не составлен соответствующий акт;
- в случае умышленного причинения вреда собственному здоровью (в том числе в случае нарушения рекомендации врачебного заключения);
- в случае посещения тренажёрного зала, несмотря на проблемы со здоровьем, в том числе в случае сокрытия проблем со здоровьем.

6.5. Санаторий за оставленные без присмотра вещи (вне индивидуальных шкафчиков для раздевания) ответственности не несет.

7. Иные положения

7.1. В случае нарушения настоящих правил посетителю может быть отказано в предоставлении услуги посещения бассейна без компенсации, оплаченной им стоимости услуг.


7.2. В случае причинения посетителями материального ущерба, вопрос о возмещении решается путем согласования с администрацией, а в случае недостижения согласия - в судебном порядке.

7.3. Все возможные споры, возникающие при оказании услуг в санатории, подлежат досудебному разрешению в претензионном порядке. Нарушение настоящих правил влечёт за собой привлечение к ответственности в соответствии с законодательством Российской Федерации.

Разработал:

Начальник спортивно-оздоровительного комплекса

ФГБУ «Санаторий «Айвазовское»



С.Ю. Волокитин

Согласовано:

Начальник службы безопасности



С.М. Якубов

Главный юрисконсульт

М.Г. Комарь