

## Правила поведения в тренажерном зале.

- При посещении тренажерного зала Гость обязан внимательно ознакомиться с настоящими Правилами. Гость допускается до посещения тренажерного зала только при согласии с настоящими правилами посещения тренажерного зала.
- Настоящие Правила посещения тренажерного зала (далее по тексту — Правила) разработаны с целью создания безопасных и комфортных условий для тренировок. Гость может посетить тренажерный зал после заселения в любую категорию номера отеля
- Гость обязан соблюдать и поддерживать общественный порядок и общепринятые нормы поведения, вести себя уважительно по отношению к другим посетителям, обслуживающему персоналу.
- Режим работы тренажерного зала:  
с понедельника по воскресенье с 9:00 час до 22:00 час
- Администрация отеля вправе отказать в посещении тренажерного зала лицам, находящимся в состоянии алкогольного и наркотического опьянения, а также любому клиенту без объяснения причины.
- Несоввершеннолетним (в возрасте до 18 лет) заниматься на тренажерах и (или) со спортивными снарядами (даже под контролем совершеннолетних) строго ЗАПРЕЩЕНО!
- Гость несёт личную ответственность за своё здоровье.
- Все посетители тренажерного зала обязаны:
  - посещать тренажерный зал в спортивной форме одежды, не стесняющей движение и в сменной чистой спортивной обуви;
  - подчиняться обоснованным требованиям администратора;
  - для обеспечения собственной безопасности ознакомиться с Правилами посещения тренажерного зала;
  - в целях предупреждения травматизма начинать занятия с обязательной общей разминки;
  - исключить прием пищи непосредственно перед и во время тренировки;
  - перед использованием специального оборудования тренажерного зала уточнить у администратора, какие меры безопасности необходимо соблюдать на том, или ином тренажере, на что обратить особое внимание;
  - строго соблюдать меры безопасности во время занятий на тренажерах/силовых машинах;
  - при наступлении плохого самочувствия во время занятий — прекратить тренировку;
  - использовать спортивное и иное оборудование тренажерного зала в соответствии с его предназначением;
  - пользоваться только исправными тренажерами и оборудованием;
  - с пониманием относиться к неудобствам при ремонте тренажеров;
  - в случае обнаружения неисправности спортивного оборудования в зале, незамедлительно сообщить об этом Администратору ресепшн;
  - при возникновении вопросов по работе и настройке тренажеров — обратиться к Администратору ресепшн;
  - не занимать тренажер во время пауз между подходами;
  - быть вежливым, не отказывать другим в просьбе заниматься с Вами на тренажере или снаряде вторым номером;
  - передвигаться по залу не торопясь;
  - соблюдать дистанцию безопасности от ближайшего занимающегося, не заходить в рабочую зону других занимающихся;

- быть постоянно внимательным, не допускать движений и действий, которые могут быть травмоопасными для окружающих;
  - не отвлекать других во время выполнения упражнения;
  - бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию;
  - соблюдать чистоту и порядок в зале;
  - соблюдать правила личной гигиены;
  - после тренировки привести в порядок место занятий, собрать и уложить на свои места спортивный инвентарь.
  - В тренажерном зале запрещается:
    - посещение тренажерного зала в состоянии алкогольного или наркотического, токсического опьянения;
    - приступать к занятиям без спортивной одежды и сменной спортивной обуви;
    - выносить материальные ценности комплекса (инвентарь, детали оборудования и прочее) за пределы тренажерного зала;
    - заниматься в тренажерном зале при наличии противопоказаний к этому, при травмах и общем недомогании (посетитель несет личную ответственность за свое здоровье и за последствия нарушения данных правил);
    - при посещении тренажерного зала Гостям ЗАПРЕЩАЕТСЯ проносить и употреблять еду, спиртные напитки, жевательную резинку;
    - приступать к занятиям с жевательной резинкой;
    - занятия с голым торсом запрещены;
    - курить (в том числе сигареты, кальяны, электронные сигареты, «вайпы»);
    - заходить в уличной обуви;
    - использовать обувь на высоких каблуках, с шипами, тренироваться босиком или в открытой обуви.
  - Администрация не несет ответственность:
    - за вред, связанный с ухудшением здоровья Гостя, если состояние здоровья ухудшилось в результате острого заболевания, обострения травмы или хронического заболевания, а также если причиной нанесения вреда здоровью стало нарушение правил пользования тренажерами, или нарушение техники работы спортивным инвентарем, со свободными весами;
    - за утерянные или оставленные без присмотра вещи;
    - за причиненный ущерб, вызванный обстоятельствами непреодолимой силы.
  - Гости тренажерного зала несут ответственность в соответствии с действующим законодательством по уничтожению, утере, повреждению материальных ценностей
- Посетитель тренажерного зала несет материальную ответственность за имущество, находящееся в тренажерном зале во время посещения, и обязуется возместить Отелю причиненный ущерб, в случае утраты или порчи имущества в размере стоимости этого имущества, либо в размере стоимости затрат на его восстановление, а так же возмещает убытки, причиненные порчей имущества.