

Общие правила посещения гарнизонного стадиона

1. Общие положения

Настоящие Правила разработаны в соответствии с Федеральным законом Российской Федерации от 07.02.1992 г. № 23-00-ФЗ «О защите прав потребителей», и регулируют отношения между потребителем - лицом, имеющим намерение приобрести и использовать услуги исключительно для личных, семейных и иных нужд, не связанных с осуществлением предпринимательской деятельности. Правила составлены на основании Федерального Закона РФ «О защите прав потребителей», Положения о Филиале № 1 федерального автономного учреждения «Центр развития и обеспечения космической деятельности» Министерства обороны Российской Федерации, Устава Филиала № 1 федерального автономного учреждения «Центр развития и обеспечения космической деятельности» Министерства обороны Российской Федерации, Государственного задания по физической культуре и спорту.

Гарнизонный стадион (далее - ГС) - это многофункциональный спортивный комплекс, расположенный по адресу: г. Мирный, ул. Ленина, дом № 8, корп. 1.

Функции ГС:

- оказание услуг по развитию физической культуры и спорта;
- услуги по обеспечению занятий физической культурой и спортом военнослужащим Министерства обороны Российской Федерации, гражданскому персоналу;
- услуги по организации клубной и секционной работы;
- услуги по организации и проведению спортивных и физкультурно-оздоровительных мероприятий, соревнований, состязаний.

ГС оказывает следующие виды приносящий доход деятельности:

- услуги в области физической культуры и спорта;
- услуги по осуществлению спортивно-оздоровительной деятельности;
- услуги по организации культурных и досуговых мероприятий.

Бесплатные услуги по посещению ГС предоставляются:

- сборным командам космодрома, для проведения тренировочных занятий по видам спорта, согласно Заявки на предоставление доступа к объектам спорта, согласованной с начальником Филиала № 1 ФАУ «ЦРО КД» МО РФ (далее – Филиал);
- сборным командам воинских частей космодрома, для проведения соревнований на первенство космодрома по видам спорта, согласно Заявки на предоставление доступа к объектам спорта, согласованной с начальником Филиала;
- военнослужащим воинских частей космодрома и других организаций Министерства обороны согласно Заявок на предоставление доступа к объектам спорта.

Спортивными объектами ГС для тренировок, соревнований и активного отдыха (зоны оказания услуг) являются:

- тренажерный зал;
- два крытых игровых зала;
- открытая беговая дорожка;
- открытая теннисная площадка;
- открытая хоккейная площадка;
- открытые мини-футбольные площадки;
- открытая волейбольная площадка;
- открытая баскетбольная площадка;
- площадка для рукопашного боя, общевойсковой подготовки, полоса препятствий;
- освещенная лыжная трасса.

Настоящие Правила являются обязательными для всех без исключения посетителей и учебно-тренировочных групп, находящихся на ГС. Проход на объекты гарнизонного стадиона разрешается:

- работникам Филиала по удостоверениям;

- посетителям на спортивно-оздоровительные объекты ГС по билетам, абонементам, заявкам, спискам;

- посетителям к работникам Филиала, при согласовании по телефону с работником или в присутствии работника, к которому прибыл посетитель, с регистрацией в книге учета посетителей.

Все посетители и работники допускаются на объекты Филиала через арочные металлодетекторы или после проверки ручными металлодетекторами (при их наличии).

При срабатывании металлодетектора осуществляется осмотр вещей, находящихся у граждан без физического контакта с ними.

При отказе в осмотре вещей (при срабатывании металлодетектора), граждане на объект не допускаются.

Перед оплатой входного билета для посещения зон тренировок и активного отдыха (зон оказания услуг) на ГС, посетитель обязан внимательно ознакомиться с настоящими Правилами и местами размещения тренировок и зон активного отдыха (оказания услуг).

Приобретение входного билета является подтверждением того, что посетитель ознакомлен с настоящими Правилами, полностью с ними согласен и обязуется их соблюдать, неся риск неблагоприятных последствий в случае их нарушения. При посещении ГС учебно-тренировочной группой, ответственность за соблюдение настоящих правил всеми её членами несет руководитель группы.

Информация о фирменном наименовании, местонахождении, режиме работы, номера телефонов начальника ГС, начальника Филиала размещены на информационном стенде. На информационном стенде также размещены перечень оказываемых услуг, прейскурант на оказываемые услуги, книга отзывов и предложений и иная необходимая в соответствии с законодательством Российской Федерации информация.

Настоящие Правила устанавливают правила посещения ГС, порядок оказания услуг посетителям, предъявляемые к посетителям обязательные для исполнения ими требований безопасности, гигиены и прочие требования, определяют права, обязанности и ответственность администрации ГС и посетителя в соответствии с настоящими Правилами и действующим законодательством Российской Федерации.

2. Правила пользования услугами ГС

Каждый посетитель имеет право на посещение ГС, поэтому администрация ГС не несет ответственности за причиненные неудобства в связи с большим количеством посетителей. Посетитель вправе отказаться от приобретения услуг, если правила посещения ГС, порядок оказания услуг посетителям, предъявляемые к посетителям обязательные для исполнения ими требований безопасности, гигиены и прочие требования его не устраивают. Посетители должны уважительно относиться к обслуживающему персоналу ГС, друг к другу и не мешать занятиям других посетителей.

Вход в залы, раздевалки, душевые допускается только в сменной обуви. Администрация ГС не несет ответственности за сохранность оставленных без присмотра личных вещей или оставленных в индивидуальных шкафчиках раздевалок денег, документов, драгоценностей и других ценных вещей.

Посетителю, нашедшему чужие вещи, необходимо их передать старшему администратору в фойе ГС.

Посетители имеют право находиться на территории ГС только в установленные часы работы. Вход посетителей на ГС прекращается за один час до окончания его работы.

Время начала оказания услуг на спортивных объектах ГС исчисляется с момента времени начала оказания услуги, указанного в билете. Посетителям необходимо покинуть зоны оказания услуг за пять минут до окончания оплаченного времени или окончания работы ГС и пройти в комнату для переодевания (раздевалку).

На территории ГС запрещена профессиональная фото и видеосъемка в коммерческих целях. Запрещено использовать изображения, видео и фотоматериалы, отснятые в зонах оказания услуг в рекламных, коммерческих целях без разрешения

начальника Филиала. Публикация фотоматериалов, трансляция видеофильмов, снятых в зонах оказания услуг на ГС только с разрешения начальника Филиала.

На территории ГС запрещена любая рекламная, торговая, коммерческая деятельность, не согласованная с начальником Филиала.

В соответствии со ст. 32 Закона РФ от 07.02.1992 № 2300-1 «О защите прав потребителей» и со ст. 782 Гражданского кодекса РФ (редакция 2017 г.) за оказанные услуги ГС деньги не возвращают.

Посетители должны выполнять требования сотрудников ГС в отношении обеспечения безопасности, поддержания порядка и чистоты на всей территории ГС. При возникновении каких-либо неясностей относительно использования услуг ГС посетители вправе обратиться к дежурному по залу, инструктору или старшему администратору ГС относительно предоставления необходимой информации.

В случае непредвиденных, чрезвычайных или экстренных ситуаций посетители обязаны по требованию сотрудников ГС и в их сопровождении незамедлительно покинуть зоны оказания услуг.

Посетителям запрещается входить в любые технические и служебные помещения, оснащенные табличкой «Вход воспрещен» или «Служебное помещение». Посетители, проникшие в такие помещения, несут полную ответственность за неполадки и аварии, произошедшие в этой зоне, и удаляются из ГС.

Посетитель обязан хранить билет за оплаченные услуги до выхода из ГС.

Нарушение и несоблюдение Правил посещения ГС, а также попытки помешать отдыху других посетителей, является основанием для удаления посетителя из зоны оказания услуг или из ГС. При принудительном удалении посетителя, время нахождения в зонах активного отдыха ГС оплачивается посетителем, и стоимость билета не возвращается.

При систематическом нарушении Правил посещения ГС или при принудительном удалении посетителя из зоны активного отдыха и тренировок или из ГС администрация ГС вправе по своему усмотрению отказать посетителю в оказании услуг в дальнейшем.

Администрация ГС не несет ответственность за полученные травмы, повреждения и ущерб, которые были получены посетителями вследствие невыполнения или ненадлежащего выполнения данных Правил.

Запрещается:

- находиться в зонах активного отдыха ГС в верхней одежде и уличной обуви;
- приносить в зоны активного отдыха ГС продукты питания и алкоголь содержащие напитки;
- курить в зонах активного отдыха, территории ГС;
- проносить на территорию ГС оружие, огнеопасные, взрывчатые, ядовитые, пахучие и радиоактивные вещества, легко воспламеняющиеся вещества, колющие и режущие предметы, чемоданы, крупногабаритные свертки, рюкзаки и сумки, стеклянную посуду и иные аналогичные предметы, которые могут стать причиной возникновения нежелательных последствий для посетителей и/или администрации ГС;
- нарушать общепринятые нормы поведения (морали и нравственности);
- применять какие-либо вандальные действия к оборудованию, имуществу и растениям ГС;
- находиться на территории ГС в состоянии алкогольного, наркотического, токсического опьянения, либо под воздействием психотропных и иных одурманивающих веществ;
- проносить в зоны активного отдыха и тренировок ГС крупногабаритные сумки, рюкзаки и пакеты без предъявления к осмотру старшему администратору ГС;
- проезжать по территории ГС на велосипедах;
- проходить на территорию ГС с животными, проносить птиц, рептилий и т.п.;
- самостоятельно регулировать любое инженерно-техническое оборудование.

Правила посещения крытого игрового зала

Вход в крытый игровой зал, раздевалку допускается только в сменной обуви. Спортивную одежду для занятий переодевают в раздевалках.

Посетители обязаны приобрести входной билет у старшего администратора ГС до прохода в крытый игровой зал.

Тренеры (инструкторы) ожидают обучаемых в фойе ГС. Перед началом занятия расписываются в журнале о приеме зала с указанием количества занимающихся в группе, проводят инструктаж по мерам безопасности.

Во время тренировочных занятий посетитель обязан выполнять указания и команды инструктора (тренера). Во время занятий в игровом зале находятся только занимающиеся, лица, проводящие занятие (тренер, инструктор), дежурный по залу. Допуск зрителей в места проведения занятий запрещается (за исключением проведения соревнований). Детям до 5 лет вход бесплатно в сопровождении взрослых (взрослый проходит по билету, оплаченному по тарифу для взрослых). После окончания занятия руководитель должен обеспечить возврат спортивного инвентаря в специально отведенные для него места.

Находясь в фойе посетителям запрещается:

- пользоваться спортивным инвентарем;
- переодевать спортивную одежду (кроме обуви);
- шуметь, бегать;
- вывешивать на радиаторы отопления одежду для просушки;
- заходить в игровой зал без тренера.

Находясь в залах запрещается:

- находиться без сменной обуви;
- переодеваться в спортивную форму;
- приносить в зал сумки и уличную обувь;
- самовольно открывать форточки для проветривания;
- включать, выключать освещение и вентиляцию.

Посетители крытого игрового зала обязаны:

- соблюдать настоящие правила;
- бережно относиться к имуществу, находящемуся в игровом зале, раздевалке, душевых кабинах, туалете;
- уважительно относиться к другим посетителям, охране и администрации ГС;
- не нарушать общественный порядок и общепринятые правила поведения;
- незамедлительно сообщать администрации ГС о случаях обнаружения подозрительных предметов, вещей, и обо всех случаях возникновения задымления или пожара;
- сохранять в течение всего времени нахождения на территории игрового зала входной билет;
- предъявлять по требованию представителей администрации ГС документы, дающие право на вход на территорию игрового зала;
- соблюдать и поддерживать общественный порядок и общепринятые нормы поведения, вести себя уважительно по отношению к другим посетителям и администрации ГС, обслуживающему персоналу, лицам, ответственным за соблюдение порядка, не допускать действий, создающих опасность для окружающих.

За нарушения правил поведения на территории игровых залов посетитель может быть удалён с игрового зала или ГС. При неоднократном нарушении настоящих правил или при принудительном удалении из ГС администрация ГС оставляет за собой право в дальнейшем отказаться от оказания услуг на территории ГС данному посетителю.

Администрация ГС не несет ответственности, если причиной нанесения вреда здоровью стало нарушение правил посещения ГС, правил безопасности и пользования оборудованием.

Правила посещения спортивного ядра с беговыми дорожками

1. Посетители обязаны соблюдать и поддерживать общественный порядок и общепринятые нормы поведения.
2. Посетители обязаны вести себя уважительно по отношению к другим посетителям, обслуживающему персоналу, лицам, ответственным за соблюдение порядка, не допускать действий, создающих опасность для окружающих.
3. Посетители обязаны незамедлительно сообщать администрации и правоохранительные органы о случаях обнаружения подозрительных предметов, вещей и обо всех случаях возникновения задымления или пожара.
4. При получении информации об эвакуации посетители обязаны действовать согласно указаниям администрации и сотрудников органов внутренних дел, ответственных за обеспечение правопорядка, соблюдая спокойствие и не создавая паники.
5. Посетитель, занимающийся на легкоатлетическом ядре, берет всю ответственность за свое здоровье на себя.
6. Администрация ГС не несет ответственности за жизнь и здоровье посетителей.
7. Администрация ГС не несет ответственность за оставленные без присмотра личные вещи.
8. Администрация ГС рекомендует для посетителей пройти медицинское обследование и получить допуск от врача-терапевта для занятий спортом. Во время занятий посетитель от 18 лет и старше несет ответственность за свое здоровье.
9. Дети до 14 лет занимаются с тренерами или в присутствии родителей (законных представителей).
10. В случае несоблюдения настоящих правил администрация ГС вправе отстранить посетителя от посещения легкоатлетического стадиона.

Правила посещения легкоатлетических дорожек стадиона

1. Движение по беговым дорожкам осуществляется против часовой стрелки. Разминочный бег осуществляется по внешним дорожкам.
2. Разминочные гимнастические упражнения проводятся за пределами беговых дорожек, но не на газоне футбольного поля.
3. Запрещается пересекать дорожки, двигаться против общего движения, резко менять свою дорожку.
4. После приземления в прыжковую яму необходимо воспользоваться щеткой для обметания песка.
5. Запрещается монтировать (демонтировать) спортивное оборудование без разрешения администрации ГС.

НА ТЕРРИТОРИИ СПОРТИВНОГО ЯДРА (СТАДИОНА)

КАТЕГОРИЧЕСКИ ЗАПРЕЩЕНО:

- 1) кататься на роликовых коньках, скейтбордах, самокатах, велосипедах, любых видах транспортных средств;
- 2) находиться посетителям с детскими колясками;
- 3) проходить и находиться в состоянии алкогольного, наркотического или токсического опьянения. Употреблять алкоголь, наркотики, токсические вещества, курить;
- 4) заходить на футбольное поле стадиона;
- 5)играть в мяч или другие спортивные игры, в местах, не предназначенных для этого (беговые дорожки, прыжковая яма и отведенная для нее территория);
- 6) перемещаться по легкоатлетическим дорожкам стадиона без обуви, предназначенной для занятий легкой атлетикой. Для тренировочных занятий на стадионе необходимо переодеться в спортивную одежду и обувь;
- 7) производить кино-, видео-, фотосъемку без согласования с администрацией ГС;
- 8) проносить на спортсооружение оружие, огнеопасные, взрывчатые, ядовитые, пахучие вещества, колющие и режущие предметы, чемоданы, портфели, крупногабаритные свертки и сумки, стеклянную посуду и иные предметы, мешающие другим посетителям;

- 9) производить какие-либо действия, которые могут привести к порче покрытия или оборудования стадиона. В случае нанесения ущерба виновный обязан возместить затраты, необходимые для устранения причиненного ущерба в соответствии с установленным законодательством РФ порядке;
- 10) приходить на стадион с животными и птицами, выгуливать животных;
- 11) выносить песок из прыжковых ям;
- 12) оставлять после себя мусор;
- 13) наносить любые виды надписей и изображений на покрытие стадиона и ограждение;
- 14) осуществлять торговлю, распространять любым способом рекламного, сувенирного, политического, религиозного и характера (включая плакаты, листовки, буклеты);
- 15) проводить платные и бесплатные тренировочные занятия, соревнования без разрешения администрации ГС;
- 16) проводить собрания, митинги, шествия без согласования в соответствии с Российским законодательством;
- 17) создавать помехи передвижению других посетителей, забираться на ограждения, парapеты, осветительные устройства, мачты, несущие конструкции, повреждать оборудование и элементы оформления сооружений, другой инвентарь и зеленые насаждения;
- 18) использовать нецензурные слова, носить или выставлять напоказ знаки или иную символику, направленную на разжигание расовой, социальной, национальной розни, оскорбляющие других посетителей;
- 19) загораживать или мешать движению в зонах стадиона, предназначенных для прохода, а также на входах и выходах, в том числе запасных;
- 20) находиться на стадионе во время проведения учебно-тренировочных занятий и соревнований спортсменов (посетитель обязан покинуть территорию стадиона в кратчайшее время, после выхода спортсменов на стадион для проведения тренировок, участия в соревнованиях);
- 21) запускать летательные аппараты (в том числе воздушные змеи), самоходные машины.

Правила посещения волейбольной, баскетбольной, мини-футбольной и теннисной площадки

1. Посетители обязаны соблюдать и поддерживать общественный порядок и общепринятые нормы поведения.
2. Посетители обязаны вести себя уважительно по отношению к другим посетителям, обслуживающему персоналу, лицам, ответственным за соблюдение порядка, не допускать действий, создающих опасность для окружающих.
3. Посетители обязаны незамедлительно сообщать администрации и в правоохранительные органы о случаях обнаружения подозрительных предметов, вещей и обо всех случаях возникновения задымления или пожара
4. При получении информации об эвакуации посетители обязаны действовать согласно указаниям администрации и сотрудников органов внутренних дел, ответственных за обеспечение правопорядка, соблюдая спокойствие и не создавая паники.
5. Посетитель, занимающийся на мини-футбольной, волейбольной, баскетбольной, теннисной площадке (далее-площадка), берет всю ответственность за свое здоровье на себя.
6. Администрация ГС не несет ответственности за жизнь и здоровье посетителей.
7. Администрация ГС не несет ответственность за оставленные без присмотра личные вещи.
8. Администрация ГС рекомендует для посетителей пройти медицинское обследование и получить допуск от врача-терапевта для занятий спортом. Во время занятий посетитель от 18 лет и старше несет ответственность за свое здоровье.
9. Дети до 14 лет занимаются с тренерами или в присутствии родителей (законных представителей).
10. В случае несоблюдения настоящих правил администрация ГС вправе отстранить посетителя от посещения стадиона.
11. Посетители находятся на площадке в строго оплаченное время. При увеличении времени нахождения на площадке, посетителям необходимо оплатить продлённое время.
12. Возврат денег не производится при уходе с площадки ранее оплаченного времени.
13. В случае утраты или повреждения имущества комплекса по личной вине, посетитель обязан возместить причинённый ущерб, а также нести ответственность за нарушение правил поведения в общественных местах в соответствии с действующим законодательством РФ.
14. При обнаружении, каких-либо дефектов до тренировки на площадке, посетитель обязан незамедлительно сообщить администратору ГС.
15. Посещать площадку необходимо в спортивной одежде и специальной спортивной обуви.
16. В случае несоблюдения настоящих правил, администрация ГС имеет право отказать в посещении площадки без возврата стоимости занятия.

ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

1. Проходить на площадку в состоянии алкогольного и наркотического опьянения, приносить и распивать спиртные напитки, употреблять психотропные и наркотические вещества.
2. Проходить на площадку с жевательной резинкой.
3. Приносить на площадку стекло, огнеопасные, взрывчатые вещества, острые предметы, которые могут повредить поле и вызвать телесные повреждения у игроков.
4. Выбрасывать мусор и иные предметы на площадку.
5. Курить на площадке и всей территории ГС.
6. Принимать пищу в местах, предназначенных для тренировок и переодевания.
7. Совершать действия, за которые установлена законодательством Российской Федерации административная и уголовная ответственность.
8. В случае несоблюдения настоящих правил администрация ГС вправе отстранить посетителя от посещения стадиона.

Правила посещения большого футбольного поля

1. Посетители обязаны соблюдать и поддерживать общественный порядок и общепринятые нормы поведения.
2. Посетители обязаны вести себя уважительно по отношению к другим посетителям, обслуживающему персоналу, лицам, ответственным за соблюдение порядка, не допускать действий, создающих опасность для окружающих.
3. Посетители обязаны незамедлительно сообщать администрации и правоохранительные органы о случаях обнаружения подозрительных предметов, вещей и обо всех случаях возникновения задымления или пожара
4. При получении информации об эвакуации посетители обязаны действовать согласно указаниям администрации и сотрудников органов внутренних дел, ответственных за обеспечение правопорядка, соблюдая спокойствие и не создавая паники.
5. Посетитель, занимающийся на футбольном поле, берет всю ответственность за свое здоровье на себя.
6. Администрация ГС не несет ответственности за жизнь и здоровье посетителей.
7. Администрация ГС не несет ответственность за оставленные без присмотра личные вещи.
8. Администрация ГС рекомендует для посетителей пройти медицинское обследование и получить допуск от врача-терапевта для занятий спортом. Во время занятий посетитель от 18 лет и старше несет ответственность за свое здоровье.
9. Дети до 14 лет занимаются с тренерами или в присутствии родителей (законных представителей).
10. Посетители обязаны соблюдать чистоту на футбольном поле и всей территории стадиона, бережно относиться к имуществу.
11. Посетители находятся на футбольном поле в строго оплаченное время. При увеличении времени нахождения на поле, посетителям необходимо оплатить продленное время.
12. Возврат денег не производится при уходе с поля ранее оплаченного времени.

ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

1. Проходить на футбольное поле в состоянии алкогольного и наркотического опьянения, приносить и распивать спиртные напитки, употреблять психотропные и наркотические вещества.
2. Проходить на футбольное поле с жевательной резинкой.
3. Приносить на футбольное поле стекло, огнеопасные, взрывчатые вещества, острые предметы, которые могут повредить поле и вызвать телесные повреждения у игроков.
4. Выбрасывать мусор и иные предметы на футбольное поле.
5. Курить на футбольном поле и всей территории ГС.
6. Принимать пищу в местах, предназначенных для тренировок и переодевания.
7. Совершать действия, за которые установлена законодательством Российской Федерации административная и уголовная ответственность.
8. В случае несоблюдения настоящих правил администрация ГС вправе отстранить посетителя от посещения стадиона.

Правила посещения тренажерного зала

При посещении тренажерного зала необходимо соблюдать следующие требования:

1. Приобрести у старшего администратора ГС услугу (билет) на право посещения тренажерного зала.
2. Переобуть уличную обувь.
3. Переодеться в помещении раздевалки в спортивную форму.
4. Предъявить дежурному по залу (инструктору) входной билет.
5. Находиться в тренажерном зале по времени строго согласно приобретенной услуги (билета).
6. Неукоснительно выполнять все требования дежурного по залу, инструктора по залу, старшего администратора ГС.
7. Посетитель приступает к занятиям только после регистрации в журнале учета посетителей по выполнению требований посещения тренажерного зала и разрешения инструктора ГС.
8. Для обеспечения собственной безопасности необходимо проконсультироваться у инструктора ГС перед использованием специального оборудования (тренажера).
9. К занятиям в тренажёрном зале допускаются посетители только в чистой спортивной обуви и спортивной одежде.
10. Соблюдайте правила личной гигиены, во время тренировки используйте личное полотенце, не применяйте парфюмерные средства с резким запахом. Запрещается заниматься с «голым» торсом или «топлесс».
11. В зале вести себя в рамках общественных норм поведения, не мешать другим посетителям.
12. Персонал ГС не несет ответственности за состояние вашего здоровья и возможный травматизм.
13. Используйте спортивное и иное оборудование зала в соответствии с его предназначением и инструкции по применению.
14. Время занятий в тренажерном зале не рекомендуется более 2 часов.
15. Посетитель обязан закончить тренировку за 10 мин до закрытия тренажерного зала.
16. Ввиду высокой травмоопасности оборудования зала, к посещению не допускаются дети и подростки, не достигшие 14-летнего возраста. Посетитель обязуется представить, по требованию администратора ГС, документ подтверждающий его возраст.
17. За утерянные или оставленные без присмотра вещи персонал ГС ответственности не несет.
18. Запрещается посещение тренажерного зала в состоянии алкогольного или наркотического опьянения.
19. При нарушении правил посещения тренажерного зала администрация ГС оставляет за собой право отказать в предоставлении услуги без компенсации за неиспользованное время.

Правила требований безопасности при занятиях в тренажерном зале:

1. Приступить к занятиям в тренажерном зале можно только после ознакомления с настоящими правилами техники безопасности.
2. К занятиям в тренажерном зале допускаются лица, достигшие 14-летнего возраста.
3. Занятия в тренажерном зале разрешены только в чистой спортивной обуви, рекомендуется использовать удобную закрытую обувь с резиновой и нескользящей подошвой. Запрещается использовать обувь на высоких каблуках, с кожаной

подошвой, с шипами, тренироваться босиком или в открытой обуви (тапочках и т.п.).

4. Рекомендуется снять с себя предметы, представляющие опасность при занятиях в тренажерном зале (часы, висячие серьги и т.п.), убрать из карманов колющиеся и другие посторонние предметы.

5. Перед началом занятий на тренажере под руководством инструктора ГС проверить исправность и надежность установки и крепления тренажера.

6. Все упражнения в тренажерном зале выполняются только под непосредственным наблюдением инструктора ГС. В отсутствие инструктора ГС посетители в зал не допускаются.

7. При выполнении упражнений со штангой необходимо использовать замки безопасности. Выполнение базовых упражнений (жим лежа, приседания со штангой) необходимо производить при страховке со стороны партнёра либо инструктора ГС.

8. Быть внимательным при выполнении упражнений, связанных с большой амплитудой движений, не травмировать себя и других посетителей.

9. Выполнение упражнений с отягощением или весами, близкими к максимальным для данного занимающегося, разрешается только при непосредственной страховке опытным партнером или инструктором ГС.

10. С отягощениями, штангами, гантелями следует обращаться предельно аккуратно. Все упражнения должны выполняться плавно, без рывков. Необходимо делать паузы для отдыха и восстановления при выполнении упражнений.

11. Запрещается брать блины, гантели, грифы штанги влажными или потными руками. Это может привести к выскальзыванию отягощения из рук, его падению и травмированию посетителей.

12. Не допускается перегрузка тренажерных устройств сверх нормы дополнительным навешиванием грузов.

13. Передвигаться по залу необходимо не торопясь, не заходя в рабочую зону других занимающихся. Запрещается бегать, прыгать, либо отвлекать внимание занимающихся иными способами.

14. Запрещается работа на неисправных тренажерах. В случае обнаружения неисправностей (надрыв троса, механические повреждения) необходимо сообщить об этом инструктору тренажерного зала.

15. При выполнении базовых упражнений (становая тяга, приседания и т.д.) необходимо пользоваться атлетическим поясом.

16. После выполнения упражнений посетители обязаны убрать используемое им спортивное оборудование (блины, гантели, штанги, инвентарь и т.д.) на специально отведенные места.

17. Запрещается приступать к занятиям в зале при незаживших травмах и общем недомогании. При наступлении плохого самочувствия во время занятий необходимо прекратить тренировку и сообщить об этом инструктору ГС.

18. Запрещается прикасаться к движущимся частям блочных устройств.

19. Упражнения со свободными весами необходимо выполнять на расстоянии не менее 1,5-2 метров от стекла и зеркал.

20. Запрещается ставить бутылки с водой на тренажеры, подключенные к электросети.

21. Необходимо следить, чтобы длинные и свободные детали одежды, шнурки, полотенца не попадали на движущиеся части тренажеров.

22. В начале тренировки на беговой дорожке необходимо становиться на подставки по краям движущей ленты, установить минимальную скорость и начинать

тренировку после того, как лента пришла в движение. Нельзя сходить с тренажера до полной остановки ленты.

23. В тренажерном зале не разрешается заниматься с обнаженным торсом.

24. Во время тренировок необходимо обязательно использовать полотенца.

25. Прием и хранение пищи в зонах, предназначенных для тренировок, запрещен.

26. Запрещается самостоятельно регулировать систему кондиционирования и вентиляции зала, громкость трансляции и подбор музыкального сопровождения.

27. При поломке или порче спортивного инвентаря необходимо прекратить занятия и сообщить об этом инструктору ГС. Занятия продолжать только после устранения неисправностей или замены спортивного оборудования (инвентаря). За утерю и порчу оборудования посетитель несет материальную ответственность.

Правила посещения сауны

1. При посещении сауны посетитель обязан соблюдать настоящие правила, правила пользования сауной. Посетитель допускается до посещения сауны только при согласии с настоящими правилами, правилами пользования сауной.
2. Посетитель может посетить сауну после предварительной записи и внесения 100% предоплаты согласно прейскуранту.
3. Каждый посетитель несет личную ответственность за состояние своего здоровья и за здоровье находящихся с ним детей во время посещения сауны. За травмы и несчастные случаи, связанные с нарушением правил пользования сауной, администрация ГС ответственности не несет.
4. Посетитель несет ответственность за сохранность и порчу имущества/оборудования сауны. В случае порчи имущества посетитель выплачивает полную стоимость испорченного имущества.
5. Запрещается выходить из помещения сауны в раздетом или полураздетом виде.
6. Администрация ГС вправе вызвать охрану в случае, если посетитель не соблюдает настоящие правила и общественный порядок.
7. Администрация ГС не несет ответственности за личные вещи (драгоценности, часы, деньги и пр.), оставленные посетителем во время посещения сауны.
8. Администрация ГС вправе отказать в посещении сауны лицам, находящимся в состоянии алкогольного и наркотического опьянения.
9. Администрация ГС вправе прервать сеанс посещения сауны, если посетитель нарушает данные правила. При этом возврат денежных средств за неиспользованное время не производится.

Правила пользования сауной

1. Посещать сауну рекомендуется при хорошем общем самочувствии. Не рекомендуется париться сразу после еды, во время простудных заболеваний, в состоянии алкогольного опьянения.
2. Перед посещением сауны (парной):
 - 2.1. Необходимо снять макияж, контактные линзы, украшения из металлов (цепочки, кольца, браслеты, часы, серьги).
 - 2.2. Необходимо тщательно вымыться с мылом и мочалкой под душем и вытереть тело досуха. Рекомендуется не мочить голову перед заходом в парную, чтобы не вызвать перегрев головы.
 3. Не рекомендуется сразу же заходить в парную на длительное время. Пользоваться парной лучше в несколько заходов, постепенно повышая длительность посещения.
 4. Находясь в парной необходимо контролировать свое самочувствие.
 5. Передвижение по сауне должно быть осторожным во избежание падения на скользком полу из-за остатков воды, шампуня, мыла и т.д.
6. Запрещается:
 - 6.1. Использовать при посещении парной крема, скрабы и масла для тела.
 - 6.2. Заходить в парную с остатками мыла на теле.
 - 6.3. Использовать в парной ароматические добавки для сауны.
 - 6.4. Поливать камни смесями с ароматическими добавками.
 - 6.5. Заходить в парную со стеклянными и пластмассовыми предметами.
 - 6.6. Курить в помещениях сауны (использовать кальяны).
 - 6.7. Бегать, прыгать, толкать друг друга.
 - 6.8. Посещать сауну детям без сопровождения родителей.
7. Каждый посетитель несет личную ответственность за состояние своего здоровья и за здоровье находящихся с ним детей во время посещения сауны.
8. Перед посещением сауны рекомендуем уточнить у администратора ГС температуру в парной.

Порядок
выдачи и приема спортивного инвентаря
посетителям гарнизонного стадиона во временное пользование

Настоящий порядок распространяется на всех посетителей, пользующихся услугами гарнизонного стадиона Филиала №1 ФАУ «ЦРО КД» МО РФ (далее – Филиал).

Руководитель занятия, тренер, старший группы, организатор соревнований для проведения занятий (соревнований) получает спортивный инвентарь у старшего администратора гарнизонного стадиона.

Собственником спортивного инвентаря является Филиал.

К выдаче спортивного инвентаря посетителям гарнизонного стадиона во временное пользование подлежат:

- мячи баскетбольные;
- мячи для мини-футбола;
- мячи волейбольные;
- мячи теннисные;
- ракетки теннисные;
- мячи флорбольные;
- клюшки флорбольные;
- перчатки вратарские;
- ракетки для настольного тенниса;
- мячи для настольного тенниса;
- скакалки.

4. Выдача спортивного инвентаря фиксируется в книге учета материальных ценностей, выданных во временное пользование гарнизонного стадиона старшим администратором и выдается под подпись руководителю занятия, тренеру, старшему группы.

Возврат спортивного инвентаря производится сразу после окончания занятия.

Инвентарь возвращается старшему администратору. Возврат фиксируется в книге учета материальных ценностей, выданных во временное пользование гарнизонного стадиона.

5. При пользовании спортивным инвентарем потребителям запрещается:
пользоваться инвентарем в состоянии алкогольного, наркотического или иного токсического опьянения;

игнорировать требования работников гарнизонного стадиона, проявлять неуважение или грубость по отношению к обслуживающему персоналу и другим потребителям;

использовать спортивный инвентарь не по его прямому назначению, так как это может привести к появлению у него внешних и внутренних дефектов;

производить самостоятельно любой ремонт инвентаря, разбирать его;

использовать спортивный инвентарь вне спортивных площадок;

передавать спортивный инвентарь третьим лицам.

6. Посетитель при использовании спортивного инвентаря обязан:
бережно относиться к спортивному инвентарю, следить за его сохранностью, не оставляя без присмотра;

при использовании инвентаря соблюдать правила его эксплуатации и не нарушать правила техники безопасности во время использования. По всем вопросам, связанным с эксплуатацией имущества обращаться к инструктору, дежурному по залу;

при получении инвентаря осмотреть его на предмет обнаружения недостатков, которые могут помешать в его использовании;

в случае возникновения неисправности предмета инвентаря - немедленно уведомить о ней инструктора, дежурного по залу;

самостоятельно и подробно ознакомиться до получения спортивного инвентаря с настоящим Порядком, Правилами поведения на территории гарнизонного стадиона, а

также с другими информационными материалами, размещенными на информационных стенах.

7. В случае наличия повреждений спортивного инвентаря при его возврате, утраты инвентаря во время его использования, а также в случае невозврата инвентаря, лицо получившее инвентарь, несет полную материальную ответственность перед администрацией Филиала согласно действующему законодательству РФ в размере причиненных убытков.

8. Инвентарь должен быть возвращен собственнику в том состоянии, в котором посетитель его получил, с учетом нормального износа.