

REGULAMIN SIŁOWNI

1. Siłownia otwarta jest w godzinach:

Poniedziałek - Piątek od 10:00 do 21:00

Sobota i Niedziela od 12:00 do 19:45

2. Warunkiem korzystania z siłowni jest zapoznanie się z poniższym regulaminem i jego przestrzeganie oraz posiadanie aktualnego karnetu lub dowodu uiszczenia jednorazowej opłaty i zapoznaniu się z poniższym regulaminem.
3. Korzystający z urządzeń na siłowni ćwiczą na własną odpowiedzialność.
4. Grupy szkolne i zorganizowane (do 15 osób) mogą przebywać na siłowni wyłącznie pod nadzorem opiekuna, instruktora (nauczyciela wychowania fizycznego), który jest odpowiedzialny za porządek i ćwiczenia w podległej mu grupie.
5. Osoby poniżej 18 roku życia mogą korzystać z siłowni tylko w obecności rodziców lub prawnego opiekuna.
6. Osoby z problemami zdrowotnymi, przed przystąpieniem do ćwiczeń powinny skonsultować się z lekarzem sportowym.
7. Osoby korzystające z siłowni nie mogą być pod wpływem alkoholu, narkotyków lub innych środków odurzających.
8. Na terenie siłowni zabrania się wnoszenia alkoholu, sterydów, narkotyków i innych środków odurzających oraz spożywania jakiegokolwiek posiłku.
9. Na terenie siłowni obowiązuje bezwzględny zakaz palenia tytoniu.
10. Ćwiczący powinien mieć ze sobą ręcznik, ubranie sportowe i buty treningowe na zmianę.
11. Każdy korzystający z siłowni powinien przebrać się w szatni wskazanej przez obsługę hali oraz na czas treningu zamykać swoje wartościowe rzeczy w szafce.
12. Kierownictwo siłowni nie odpowiada za przedmioty wartościowe pozostawione w szatni.
13. Ze względów bezpieczeństwa, czas ćwiczeń nie powinien przekraczać dwóch godzin.
14. Na sali treningowej nie można krzyczeć, rzucać sprzętem, zachowywać się nieprzystojnie.
15. Osoby naruszające porządek publiczny lub przepisy regulaminu będą usuwane z siłowni, niezależnie od ewentualnego skierowania sprawy na drogę postępowania w sprawach o wykroczeniach.
16. Osoby niszczące sprzęt lub urządzenia siłowni ponoszą odpowiedzialność materialną za szkody, które wyrządziły.
17. Kierownictwo obiektu i pracownicy mogą kontrolować wszystkie zajęcia, a w razie stwierdzenia uchybień zakazać dalszego korzystania z siłowni.
18. Wyżej wymienione osoby sprawują również ogólny nadzór nad przestrzeganiem niniejszego regulaminu dlatego wszystkie osoby przebywające na terenie siłowni zobowiązane są do podporządkowania się ich nakazom.
19. Zabrania się wykonywania ćwiczeń siedzących i leżących bez podłożonego ręcznika.
20. Po zakończeniu ćwiczenia należy uporządkować po sobie sprzęt, z którego się korzystało.
21. Każda osoba korzystająca pierwszy raz z siłowni w Hali Sportowo – Widowiskowej w Ełku ma obowiązek zgłosić się do pracownika obsługi w celu zapoznania się z zasadami bezpiecznego korzystania z urządzeń i sposobem wykonywania ćwiczeń.
22. Ćwiczenia z wolnymi ciężarami, z wykorzystaniem dużego obciążenia, mogą być wykonywane jedynie przy asekuracji minimum jednej osoby.
23. Wszelkie skargi i wnioski należy zgłaszać do Kierownika Hali Sportowo – Widowiskowej.