

**REGULAMIN KORZYSTANIA Z SIŁOWNI I SALI FITNESS
ZNAJDUJĄCYCH SIĘ W HALI WIDOWISKOWO – SPORTOWEJ
W ŚWIESZYNIE**

1. Siłownia i sala fitness czynne są:
 - od poniedziałku do piątku w godzinach 15:00-21:00,
 - w soboty w godzinach 09:00-16:00.
2. Z siłowni i sali fitness mogą korzystać osoby pełnoletnie (18 lat).
3. Osoby niepełnoletnie od 13. roku życia mogą korzystać z siłowni wyłącznie pod opieką osoby dorosłej.
4. Wejście odbywa się po wpisaniu do rejestru wejść na siłownię i salę fitness.
5. Maksymalna liczba ćwiczących jednocześnie:
 - w siłowni – 12 osób,
 - w sali fitness – 24 osoby.
6. Obowiązuje strój sportowy oraz zmienne obuwie sportowe.
7. Należy przestrzegać zasad czystości oraz zachować porządek.
8. Z siłowni i sali fitness korzystać mogą jedynie osoby bez przeciwwskazań zdrowotnych do treningu.
9. Osoby ćwiczące muszą zwracać uwagę na stan aktualnej sprawności fizycznej i wydolności organizmu, dobierając ćwiczenia o odpowiednich obciążeniach (dotyczy szczególnie osób niepełnoletnich).
10. Pracownicy nie ponoszą odpowiedzialności za skutki zdrowotne spowodowane wynikające z niewłaściwego użytkowania sprzętu.
11. Ze sprzętu znajdującego się w siłowni i sali fitness należy korzystać zgodnie z jego przeznaczeniem.
12. Pracownicy nie ponoszą odpowiedzialności za skutki spowodowane podnoszeniem lub dźwiganiem ciężarów przekraczających możliwości ćwiczącego.
13. Przed wyjściem z siłowni i sali fitness należy sprawdzić stan techniczny urządzeń.
14. Wszelkie uszkodzenia sprzętu i urządzeń powstałe podczas ćwiczeń lub zauważone wcześniej, należy zgłosić do pracownika hali.
15. Ćwiczący odpowiada materialnie za szkody przez siebie spowodowane do udowodnionej wysokości.

16.Obowiązuje bezwzględny zakaz palenia papierosów (również elektronicznych), spożywania alkoholu i innych środków odurzających oraz dystrybucji jakichkolwiek preparatów chemicznych wspomagających trening.

**WSZYSTKIE OSOBY KORZYSTAJĄCE Z SIŁOWNI I SALI FITNESS
ZOBOWIĄZANE SĄ DO ZAPOZNANIA SIĘ I PRZESTRZEGANIA POWYŻSZEGO
REGULAMINU. NIEPRZESTRZEGANIE REGULAMINU SKUTKOWAĆ BĘDZIE
ZAKAZEM WSTĘPU NA TEREN OBIEKTU.**