

Regulamin korzystania z siłowni oraz salki fitness w Borku Wielkopolskim

1. Warunkiem korzystania z siłowni oraz salki fitness jest zapoznanie się z regulaminem i jego akceptacja.
 2. Użytkownicy siłowni oraz salki fitness są zobowiązani do bezwzględnego podporządkowania się komunikatom oraz sygnałom o charakterze ostrzegawczym lub informacyjnym.
 3. Siłownia służy do przeprowadzania zajęć sportowo-rekreacyjnych indywidualnych lub grupowych.
 4. Siłownia jest ogólnodostępna w godzinach jej otwarcia. Zajęcia w siłowni będą odbywać się według wcześniej ustalonego harmonogramu.
 5. Siłownia oraz salka fitness poza godzinami pracy szkoły czynna jest według ustalonego i podanego wcześniej do wiadomości harmonogramu.
 6. Osoby korzystające zobowiązane są do zmiany obuwia przed wejściem na salę ćwiczeń oraz do posiadania stroju sportowego.
 7. Korzystający z siłowni powinien przebrać się w wyznaczonej szatni.
 8. Osoby korzystające z siłowni powinny odnotować swój udział w zajęciach na liście obecności, którą posiada opiekun siłowni lub inna uprawniona osoba. Z tego obowiązku zwolnione są grupy szkolne przebywające w siłowni pod nadzorem nauczyciela.
 9. Wszystkie zajęcia na terenie siłowni oraz salki fitness odbywają się pod nadzorem osób uprawnionych.
 10. Z siłowni nie mogą korzystać osoby indywidualne poniżej 13 roku życia. Od osób w przedziale wiekowym od 13 do 18 lat wymagana jest pisemna zgoda rodzica lub opiekuna prawnego.
 11. Z siłowni mogą korzystać wyłącznie osoby, których stan zdrowia pozwala na wykonywanie ćwiczeń fizycznych.
 12. Korzystanie ze sprzętu powinno odbywać się zgodnie z zaleceniami prowadzącego zajęcia w sposób bezpieczny, tj. z zapewnieniem dbałości o bezpieczeństwo ludzi, poszanowanie sprzętu i sal.
 13. Przed rozpoczęciem ćwiczeń należy sprawdzić stan urządzeń na których użytkownik zamierza ćwiczyć. Uszkodzenie sprzętu i przyrządów należy zgłaszać opiekunowi siłowni.
 14. Zabrania się wykonywania ćwiczeń na sprzętach i przyrządach uszkodzonych lub niesprawnych.
 15. Zabrania się wyciskania sztangi posadowionej na stojakach bez jakiegokolwiek asekuracji.
 16. Przy podnoszeniu dużych ciężarów, należy skonsultować się z osobą prowadzącą zajęcia, należy korzystać z pomocy innych osób jako asekuratorów.
 17. Wszystkie urządzenia siłowni oraz sprzęt do ćwiczeń mogą być wykorzystywane tylko zgodnie z ich przeznaczeniem.
 18. Przed przystąpieniem do zajęć trener powinien sprawdzić stan techniczny urządzeń.
 19. Osoby korzystające z siłowni oraz salki fitness zobowiązane są do odłożenia sprzętu na wyznaczone miejsce i pozostawienie porządku po zakończonych ćwiczeniach.
 20. Za stan urządzeń i sprzętu oraz ich przydatności do ćwiczeń a także za bezpieczeństwo ćwiczących w czasie zajęć odpowiedzialny jest nauczyciel, instruktor lub opiekun.
 21. Na terenie siłowni oraz salki fitness zabrania się:
 - 1) biegania (nie dotyczy korzystania z bieżni);
 - 2) używania urządzeń oraz sprzętu w sposób niezgodny z ich przeznaczeniem;
 22. Skargi i wnioski można składać w sekretariacie Urzędu Miejskiego w Borku Wielkopolskim.
-