

Regulamin korzystania z siłowni

Gminnego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Konstancinie-Jeziornie

Niniejszy Regulamin określa warunki korzystania z siłowni w Gminnym Ośrodku Sportu i Rekreacji, zwanym dalej „GOSiR”.

1. Warunkiem korzystania z siłowni jest zapoznanie się z poniższym Regulaminem.
2. Każda osoba korzystająca z urządzeń siłowni ma obowiązek podporządkować się zasadom bezpiecznego korzystania z urządzeń siłowni zgodnie z przeznaczeniem.
3. Zabrania się wstępu na siłownię osobom będącym pod wpływem alkoholu lub środków odurzających i psychotropowych.
4. Na teren siłowni zabrania się wnoszenia wszelkiego rodzaju niebezpiecznych przedmiotów, środków odurzających i substancji psychotropowych.
5. Na terenie siłowni obowiązuje bezwzględny zakaz spożywania napojów alkoholowych, jak również palenia tytoniu.
6. Przed przystąpieniem do ćwiczeń należy sprawdzić stan techniczny urządzenia - usterki należy zgłaszać administratorowi siłowni - bezpośrednio w recepcji GOSiR lub pod numerem telefonu 22 754 61 86 w. 24.
7. Wstęp do siłowni dozwolony jest w godzinach jej otwarcia. Siłownia jest czynna od poniedziałku do piątku w godz. **16.00 - 21.50** oraz w soboty w godz. **10.00 - 15.50**.
8. Użytkownikiem siłowni może zostać osoba pełnoletnia.
9. Osoby poniżej 18-ego roku życia mogą korzystać z siłowni wyłącznie w obecności opiekunów prawnych lub po przedstawieniu stosownych oświadczeń od rodziców lub opiekunów prawnych.
10. Warunkiem korzystania z siłowni jest zakup jednorazowego biletu wstępu lub karnetu. Opłata za wstęp pobierana jest z góry według aktualnie obowiązującego cennika i nie podlega zwrotowi.
11. Przed wejściem na siłownię należy zgłosić się do recepcji w celu zaewidencjonowania wejścia na karnecie lub dokonania stosownej opłaty i pobrania kluczyka do szafki.
12. Użytkownik siłowni oświadcza, że nie ma przeciwwskazań zdrowotnych do wykonywania ćwiczeń fizycznych i korzysta z siłowni na własną odpowiedzialność.
13. GOSiR nie ponosi odpowiedzialności za kontuzje i urazy powstałe w czasie ćwiczeń, jak również za te wynikające z nieprzestrzegania zasad bezpieczeństwa.
14. Ze względów bezpieczeństwa należy stosować się do uwag pracowników GOSiR.
15. Za zniszczenie lub uszkodzenie sprzętu spowodowane niewłaściwym użytkowaniem osoba, która taką szkodę wyrządziła ponosi odpowiedzialność w pełnej wysokości szkody.
16. W przypadku złego samopoczucia, urazów lub kontuzji należy poinformować o tym pracownika GOSiR.
17. Na terenie siłowni **obowiązuje strój sportowy i czyste zmienione obuwie sportowe.** Ze względów bezpieczeństwa nie należy ćwiczyć w klapkach kąpielowych.
18. Użytkownik zobowiązany jest do pozostawienia zbędnej odzieży wierzchniej oraz torby w szatni.
19. Na siłowni mogą przebywać jedynie osoby aktualnie ćwiczące.
20. Użytkownicy zobowiązani są do zachowania porządku w trakcie i po zakończeniu ćwiczeń (odkładania na miejsce używanego sprzętu) oraz zachowania czystości stanowisk, tzn. używania w trakcie ćwiczeń ręcznika w celu zapewnienia higieny i komfortu innym Użytkownikom.

21. Użytkownicy zobowiązani są wykonywać ćwiczenia bezpiecznie, tzn. dostosować ćwiczenia i obciążenie do własnych możliwości fizycznych oraz stanu zdrowia.
22. Użytkownik zobowiązany jest do zachowywania się na terenie siłowni w sposób odpowiedni, nie przeszkadzający innym osobom korzystającym z siłowni. Zabrania się w szczególności używania wulgarnego lub obraźliwego języka.
23. Pracownik GOSiR ma prawo do sprawdzania uprawnień Użytkownika do przebywania na siłowni oraz usunięcia osób nie przestrzegających Regulaminu.
24. Niestosowanie się Użytkownika do postanowień niniejszego Regulaminu bądź zaleceń pracownika GOSiR może spowodować czasowy lub stały zakaz wstępu na siłownię.
25. Użytkownicy, którzy zakończyli trening na siłowni proszeni są o bezzwłoczny zwrot kluczyka do szafki.
26. W przypadku zgubienia lub zniszczenia kluczyka Użytkownik ponosi pełną opłatę wymiany zamka na nowy.
27. Za szkody materialne, powstałe wskutek nieprawidłowego korzystania z urządzeń lub ich zniszczenia odpowiedzialność ponoszą Użytkownicy, a w przypadku osób niepełnoletnich ich prawni opiekunowie.
28. Za przedmioty wartościowe pozostawione w szatni lub na terenie siłowni GOSiR nie ponosi odpowiedzialności.
29. GOSiR zastrzega sobie prawo do odwołania lub zmiany godzin jej funkcjonowania, o czym odpowiednio wcześniej poinformuje Użytkownika.
30. **Korzystanie z siłowni jest jednoznaczne z akceptacją niniejszego Regulaminu oraz wszystkich regulaminów obowiązujących w obiekcie.**
31. Wszelkie uwagi, skargi i wnioski należy zgłaszać pisemnie lub ustnie w recepcji GOSiR.