

**ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ПОСЕТИТЕЛЕЙ  
В ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМ КОМПЛЕКСЕ  
Г.О. ТОЛЬЯТТИ**

**1. Общие положения**

1.1. Настоящие Правила поведения на спортивном объекте (далее – Правила поведения) регламентируют правила поведения посетителей физкультурно-оздоровительного комплекса в городском округе Тольятти (далее – физкультурно-оздоровительный комплекс, спортивный объект), расположенного по адресу: Самарская область, г. Тольятти, ул. Карла Маркса 37, и работников Государственного автономного учреждения Самарской области «Региональный центр спортивной подготовки «Арена» (далее – Учреждение, ГАУ СО «РЦСП «Арена»).

1.2. Правила поведения разработаны в целях обеспечения комфортных и безопасных условий пользования физкультурно-оздоровительным комплексом в целом и его специализированными залами, охраны здоровья посетителей комплекса и работников учреждения, обеспечения безопасных условий пользования физкультурно-оздоровительными и спортивными услугами.

1.3. С настоящими Правилами поведения можно ознакомиться на официальном сайте Учреждения и в физкультурно-оздоровительном комплексе в специально отведенных местах.

1.4. Правила поведения обязательны для исполнения всеми посетителями физкультурно-оздоровительного комплекса и работниками Учреждения. Посетителями признаются лица, находящиеся в физкультурно-оздоровительном комплексе на основании входного (пригласительного) билета, чека, абонемента, магнитной карты и других правоустанавливающих документов, лица сопровождающие спортсменов и несовершеннолетних посетителей на учебно-тренировочный процесс, а также лица, сопровождающие инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

1.5. Учреждение не несет ответственность за невозможность предоставления услуг (в полном объеме или частично) вследствие непреодолимой силы, в том числе в случае организованного отключения подачи теплоносителя, электроэнергии, воды, аварий и других обстоятельств, не зависящих от воли Учреждения.

1.6. Правила поведения на спортивном объекте разработаны на основании:

- Федерального закона от 04.12.2007 г. № 329 «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Федерального закона от 24.11.1995 г. № 181-ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации»;
- Закона Российской Федерации от 07.02.1992 г. № 2300-1 «О защите прав потребителей»;
- Закона Самарской области от 8.12.2014 г. № 123-ГД «О физической культуре и спорте в Самарской области»;
- Государственного стандарта Российской Федерации ГОСТ Р 52024-2003 «Услуги физкультурно-оздоровительные и спортивные. Общие требования»;
- Государственного стандарта Российской Федерации ГОСТ Р 52025-2003 «Услуги физкультурно-оздоровительные и спортивные. Общие требования»;
- Приказа Минздрава России от 01.03.2016 г. № 134н «О Порядке организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»;
- Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПин 2.1.2.1188-03 «Проектирование, строительство и эксплуатация жилых зданий, предприятий коммунально-бытового обслуживания, учреждений образования, культуры, отдыха, спорта. Плавательные бассейны. Гигиенические требования к устройству, эксплуатации и качеству воды. Контроль качества», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30 января 2003г. № 4.

1.7. Посетители обязаны ознакомиться с правилами поведения на спортивном объекте до начала пользования физкультурно-оздоровительными и спортивными услугами. Приобретение абонеента, билета подтверждает ознакомление посетителя с настоящими Правилами и обязательство их неукоснительного соблюдения на спортивном объекте и прилегающей к нему территории.

1.8. В целях обеспечения безопасности и профилактики травм, посетителям настоятельно рекомендуется до начала занятий пройти полное физиологическое тестирование, медицинское обследование, что подтверждается предоставлением медицинской справки (Приказ Минздрава России от 01.03.2016 г. № 134н). При наличии противопоказаний, лечащий врач должен составить рекомендации по возможной и полезной физической нагрузке, о чем необходимо уведомить тренера (инструктора).

1.9. Посетители обязаны строго соблюдать настоящие Правила, бережно относиться к оборудованию физкультурно-оздоровительного комплекса, соблюдать и поддерживать общественный порядок и общепринятые нормы поведения, вести себя уважительно по отношению к другим посетителям физкультурно-оздоровительного комплекса и работникам учреждения.

1.10. Посетители спортивного объекта несут материальную ответственность за порчу и/или утрату спортивного инвентаря.

## **2. Информация о спортивном объекте**

2.1. Физкультурно-оздоровительный комплекс представляет собой отдельно стоящее нежилое трехэтажное здание, находящееся в оперативном управлении ГАУ СО «РЦСП «Арена».

2.2. Спортивный объект предназначен для проведения спортивных и физкультурных мероприятий, оказания населению услуг в области физической культуры и спорта. Проведение массовых зрелищных мероприятий и ведение иной деятельности на спортивном объекте допускается в качестве неосновной деятельности.

2.3. Режим работы спортивного объекта утверждается ежегодно на календарный год приказом Учреждения. В течение года приказом объявляются нерабочие и санитарные дни. Информация об изменениях в режиме работы спортивного объекта заблаговременно размещается на информационных стендах.

2.4. Помещения физкультурно - оздоровительного комплекса используются Учреждением в соответствии со следующим приоритетом:

- представление доступа к объектам спорта в рамках выполнения государственного задания, проведения физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий;

- проведение групповых занятий с Посетителями;

- проведение работниками Учреждения персональных тренировок для Посетителей;

- самостоятельное использование Помещений Посетителями.

2.5. Время работы спорткомплекса с 6-00 час. до 24-00 час.

2.6. Время работы бассейна с 6-30 час. до 20-45 час.

2.7. Время работы тренажерного зала с 8-00 час. до 20-00 час.

2.8. Время работы ледовой арены с 6-00 час. до 24-00 час.

2.9. Время работы залов хореографии/фитнеса/аэробики, игрового и теннисного залов с 6-00 час. до 22-00 час.

2.10. Учредитель имеет право изменять часы работы. Информация об изменениях часов работы залов размещается на рецепции, сайте Учреждения.

2.11. Продолжительность занятий в бассейне 45 минут, в остальных специализированных залах 1 час.

2.12. В целях обеспечения техники безопасности, количество посетителей одного сеанса массового катания на коньках не должно превышать 130 человек,

пропускная способность бассейна – 7 человек на дорожке. При увеличении указанных нормативов, Учреждение имеет право перенести занятие на другое, удобное для Посетителя время.

2.13. На всей территории комплекса ведется круглосуточное видеонаблюдение.

### **3. Места общего пользования**

3.1. На спортивном объекте имеются следующие места общего пользования:

- холлы первого и второго этажей;
- гардероб на первом этаже;
- пункт общественного питания на втором этаже;
- раздевалки;
- душевые;
- туалеты.

3.2. Гардероб работает в период с 01 сентября по 30 апреля с 6-00 час. до 24-00 час.

3.3. Посетители могут находиться в местах общего пользования спортивного объекта в пределах режима его работы.

### **4. Специализированные залы для занятий**

4.1. На спортивном объекте имеются следующие специализированные залы:

- ледовая арена;
- большой и малый бассейны;
- тренажерный зал;
- зал единоборств;
- универсальный спортивный зал (игровой);
- зал настольного тенниса;
- залы: фитнеса, хореографии, аэробики.

При каждом специализированном зале имеются раздевалки, душевые и туалеты.

### **5. Условия предоставления услуг**

5.1. Вход в специализированные залы осуществляется на основании входного (пригласительного) билета, чека, абонеента, магнитной карты, входного билета разового посещения, договора оказания услуг или иного правоустанавливающего документа.

5.2. Абонементы и входные билеты разового посещения занятий приобретаются посетителями спортивного объекта у администратора на стойке рецепции в холле первого этажа, в соответствии с Прейскурантом цен на предоставление платных услуг ГАУ СО «РЦСП «Арена». Абонементы и входные билеты разового посещения занятий на ледовой арене приобретаются

посетителями спортивного объекта у администратора непосредственно в помещении ледовой арены.

5.3. В стоимость услуги входит право пользоваться специальными вспомогательными зонами комплекса (душевыми, раздевалками, туалетами, предназначенными для посетителей).

5.4. При оформлении абонементов (билетов) для льготной категории граждан согласно Положению об оказании платных услуг ГАУ СО «РЦСП «Арена» и Прейскуранту цен на предоставление платных услуг необходимо предъявлять подтверждающие документы (пенсионное удостоверение, студенческий билет и т.д.).

5.5. Посещение спортивного объекта, в том числе мест общего пользования и специализированных залов, всем без исключения посетителям в любое время года разрешается исключительно в сменной обуви либо в бахилах.

5.6. Посетитель вправе находиться в местах общего пользования (холл первого этажа) необходимое количество времени, в специализированных залах - в течение 15 минут до начала занятия, во время занятия и в течение 15 минут после окончания занятия.

5.7. Сбор участников физкультурно-оздоровительных занятий, тренировочных и учебных групп производится строго в холле первого этажа, далее совместно с инструкторами по спорту, тренерами, руководителями групп направляются к месту занятий. На тренере, инструкторе по спорту или руководителе группы лежит обязанность встретить группу и провести её к месту занятий.

5.8. На занятия в залы хореографии, фитнеса и аэробики необходимо приходить заблаговременно – не менее, чем за 15 минут до начала занятий. При опоздании на занятие более, чем на 10 минут тренер, инструктор по спорту оставляет за собой право не допустить на занятие, денежные средства за пропущенное занятие возврату не подлежат.

5.9. К занятиям в специализированных залах допускаются посетители в чистой, опрятной, спортивной форме одежды, не стесняющей движения и в сменной обуви на светлой подошве.

5.10. Посетитель несёт персональную ответственность за своё здоровье. Запрещается приступать к занятиям независимо от вида занятий при незаживших травмах (ранах) и общем недомогании. При наступлении плохого самочувствия во время занятий, необходимо незамедлительно прекратить тренировку и сообщить об этом тренеру, инструктору по спорту, руководителю группы.

5.11. Дети до 14 лет посещают Учреждение вместе с родителями или в составе группы с тренером или инструктором по спорту. Ответственность за жизнь и здоровье ребенка всецело лежит на сопровождающем его лице. Присутствие родителей или сопровождающих лиц на занятиях допускается только при приобретении билета для сопровождающего лица, в соответствии с

Прейскурантом цен на предоставление платных услуг Учреждением. В других случаях присутствие родителей и сопровождающих на физкультурно-оздоровительных занятиях независимо от вида занятий и возраста ребенка не допускается. Родители и сопровождающие лица вправе сопровождать детей младше семи лет до раздевалки без приобретения билета. В этом случае родители и сопровождающие пользуются сменной обувью или бахилами, в гардероб сдают верхнюю одежду. В случае проведения открытых уроков, родителям и сопровождающим лицам предоставляется возможность присутствовать на занятии, о чем тренер или инструктор по спорту сообщает заблаговременно. Родители и сопровождающие вправе дожидаться окончания физкультурно-оздоровительных занятий в местах для ожидания, общего пользования (холл первого этажа, пункт общественного питания).

5.12. Сопровождающие инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья обеспечивают прибытие и сопровождение инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья к месту проведения тренировок, включая помощь в передвижении, ориентировании, обеспечении санитарно-гигиенических потребностей с учетом этических и деонтологических норм.

## **6. Обязанности посетителей**

### **6.1. Посетители и сопровождающие обязаны:**

6.1.1. Соблюдать указания и требования инструкторов по спорту, тренеров, администраторов и медицинского персонала.

6.1.2. Соблюдать чистоту и порядок.

6.1.3. Приходить за 15 минут до начала занятий, соблюдать установленное расписание.

6.1.4. Представлять медицинские справки, согласно требованиям к определенным видам физкультурно-оздоровительных занятий.

6.1.5. Во время занятий соблюдать правила техники безопасности и нормы гигиены. Инструктаж о правилах поведения и соблюдения техники безопасности в залах проводит тренер, инструктор по спорту.

6.1.6. Сдавать в гардероб верхнюю одежду и иметь при себе сменную обувь или бахилы.

6.1.7. Во избежание получения или причинения травм быть внимательными, как в отношении своих действий, так и в отношении действий иных посетителей, не допускать столкновений, неукоснительно выполнять все указания тренера, инструктора по спорту. Рекомендуются снять с себя предметы, представляющие опасность при занятиях в зале (часы, кольца, перстни, цепи, браслеты, висячие серьги и т.п.), убрать из карманов (при их наличии) колющиеся и другие посторонние предметы.

6.1.8. Сообщать тренеру, инструктору по спорту, руководителю группы о незаживших травмах (ранах) и общем недомогании. При наступлении плохого самочувствия во время занятий, необходимо незамедлительно прекратить

тренировку и сообщить об этом тренеру, инструктору по спорту.

6.1.9. По окончании занятий убирать используемое спортивное оборудование на специально отведенные места. Своевременно (в течение 15 минут после окончания занятия) покидать помещения раздевалок.

6.1.10. Бережно относиться к имуществу и оборудованию специализированных помещений. Посетитель несет имущественную ответственность за поломку и порчу оборудования и инвентаря в порядке, установленном законодательством РФ.

6.1.11. Следить за личными вещами и не оставлять их без присмотра. За утерянные или оставленные без присмотра вещи Учреждение ответственности не несет.

## **6.2. Посетителю запрещено:**

6.2.1. Входить в специализированные залы и использовать спортивный инвентарь в отсутствие тренера, инструктора по спорту.

6.2.2. Использовать неисправное оборудование или инвентарь, использовать спортивный инвентарь или оборудование не по прямому назначению, производить ремонт или регулировку спортивного оборудования и инвентаря.

6.2.3. Проходить в раздевалки и душевые в верхней одежде или уличной обуви.

6.2.4. Наносить любые надписи в зале, раздевалках, размещать и распространять рекламную продукцию (листочки, флаеры).

6.2.5. Находиться в состоянии алкогольного, наркотического или токсического опьянения, употреблять спиртные напитки, наркотики, курить.

6.2.6. Принимать и хранить пищу в зонах, предназначенных для тренировок, использовать стеклянную тару.

6.2.7. Посещать спортивный объект с животными и на роликовых коньках.

6.2.8. Пользоваться услугами, не входящими в стоимость абонемента или не оплаченными дополнительно.

6.2.9. Передавать разовый пропуск или абонемент другому лицу.

6.2.10. Приносить взрывоопасные, пожароопасные, токсичные и сильно пахнущие вещества; режущие, колющие предметы; любые виды огнестрельного, газового и холодного оружия, а также жевательные резинки и другие пачкающие предметы.

6.2.11. Сдавать в гардероб ценные вещи.

6.2.12. Входить в служебные помещения, к которым относятся кабинеты работников Учреждения, стойка администраторов, технические помещения.

6.2.13. Оставлять вещи в шкафчиках после окончания занятий.

6.2.14. Производить аудио-, видео- и фотосъемку.

6.3. Ответственность за травмы и несчастные случаи, полученные посетителем в связи с нарушением им указанных правил и не соблюдением техники безопасности, а равно в результате собственных неосмотрительных

действий, не проявление должной внимательности при обращении со снарядами и при выполнении упражнений возлагается на посетителя.

## **7. Правила поведения посетителей в специализированных залах**

7.1. При посещении специализированных залов посетители спортивного объекта обязаны соблюдать правила поведения, изложенные в разделе 5 и 6 настоящих Правил поведения.

7.2. Посетителю не рекомендуется посещать специализированные залы в следующих случаях:

- даже при малейшем недомогании в связи с угрозой возникновения негативных последствий для его жизни и здоровья;
- натошак в связи с риском наступления гипогликемической реакции организма.

7.3. Работник Учреждения вправе не допускать Посетителя в специализированные залы при наличии оснований полагать, что у Посетителя имеются признаки заболевания, а также, если его состояние (в том числе психическое) может угрожать жизни и здоровью других Посетителей.

7.4. Посетитель имеет право находиться в специализированных залах спортивного объекта исключительно в присутствии тренеров, инструкторов по спорту.

7.5. Время нахождения посетителей в специализированных залах указывается в абонементе или разовом пропуске.

### **7.6. Посетители обязаны:**

7.6.1. Сообщать тренеру, инструктору по спорту о наличии хронических заболеваний, перенесенных травмах, беременности, плохом самочувствии.

7.6.2. Использовать специальную спортивную форму одежды для каждого вида занятий и соответствующую спортивную обувь.

7.6.3. Соблюдать правила личной гигиены, не использовать косметические средства с резкими парфюмерными запахами и ароматические масла.

7.6.4. В случае обнаружения неисправности инвентаря незамедлительно сообщать об этом тренеру, инструктору по спорту.

7.6.5. Проходить обязательный первичный инструктаж по безопасности и правилам поведения.

7.6.6. Соблюдать установленное расписание занятий, в случае опоздания на занятие более чем на 10 минут администратор, тренер, инструктор по спорту вправе не допускать опоздавшего на занятие.

7.7. В случае получения травмы Посетитель должен немедленно обратиться к тренеру, инструктору по спорту, администратору, которые обязаны предпринять действия по организации соответствующей медицинской помощи.

7.8. Посетителю запрещено использование на территории физкультурно-оздоровительного комплекса музыкальной аппаратуры для публичного



воспроизведения аудио произведений, также запрещено самостоятельно использовать музыкальную и иную аппаратуру Учреждения, в том числе воспроизводить любые аудио, видео и иные произведения в помещениях физкультурно-оздоровительного комплекса.

7.9. Учреждение вправе использовать любое помещение физкультурно-оздоровительного комплекса, в том числе любое оборудование/инвентарь, для проведения индивидуальных занятий, мастер-классов или соревнований. Посетитель обязан освободить помещение или оборудование/инвентарь по просьбе работника Учреждения.

7.10. Учреждение не несет ответственности за не достижение Посетителем желаемого результата (определенной физической формы, спортивного результата и т.п.). Тренировки являются физкультурными.

#### **7.11. Посещение бассейна**

7.11.1. Посещение бассейна допускается только в плотно прилегающем к телу купальном костюме, и исключаяющей скольжение резиновой обуви. Посетитель обязан во время нахождения в бассейне иметь на голове специальный головной убор для плавания (шапочка для плавания). Использование Посетителем шапочки для душа, полотенца, уличного головного убора и иных предметов и приспособлений взамен специального головного убора для плавания не допускается. Посетителю запрещено находиться и плавать в бассейне в нижнем белье, в обуви (за исключением, специально предназначенной для плавания), а также обнаженным.

7.11.2. Посетитель до занятий в бассейне обязан тщательно вымыться под душем с мочалкой и мылом без купального костюма и плавков. Перед посещением бассейна в раздевалке и душе недопустимо наносить на кожу косметические средства, пользоваться бритвенными принадлежностями.

7.11.3. Перед занятием в бассейне необходимо снять с себя ювелирные, другие украшения.

7.11.4. Посетитель обязан быть внимательным при передвижении в зоне бассейна, держаться за поручни во время передвижения по лестницам, ведущим в зону бассейна.

7.11.5. Посетитель обязан информировать работника Учреждения о том, что он не умеет плавать при каждом посещении бассейна. В случае, если Посетитель не умеет плавать или неуверенно держится на воде он обязан входить в воду и находиться в бассейне только с использованием аква-инвентаря, обеспечивающего поддержку на воде (доски для плавания, нарукавники, и т. д.).

7.11.6. При входе и выходе из бассейна Посетитель обязан держаться за установленные поручни, повернувшись лицом к ступеням и поручням, во избежание получения травм.

7.11.7. Посетителю запрещено прыгать с бортика бассейна, висеть на разделительных канатах, блокировать частями тела технологические отверстия, плавать в ластах, прыгать со стартовых тумб и переносить бассейн

(за исключением занятий, проводимых тренером, инструктором по спорту).

7.11.8. Посетителю запрещено приносить в бассейн пищу, напитки.

7.11.9. В целях предупреждения травматизма Посетитель обязан придерживаться правой стороны дорожки в бассейне, соблюдать правила кругового плавания, соблюдать дистанцию и не создавать помехи другим Посетителям на дорожке, в том числе на дорожке, выделенной для скоростного плавания.

7.11.10. По окончании занятий, не позднее 15 минут от указанного в абонементе времени, посетитель обязан покинуть душевые и раздевалки бассейна и сдать электронный ключ (далее ключ) администратору. При задержке более 30 минут, от указанного в абонементе времени, с посетителей взимается дополнительная оплата в размере половины стоимости посещения, а более 45 минут – полная стоимость посещения.

7.11.11. Допускается опоздание на занятие не более чем на 20 минут, при этом время окончания занятия и выхода остается неизменным.

7.11.12. Для посещения бассейна посетителям необходимо иметь медицинскую справку о возможности посещения бассейна в соответствии с требованиями СанПиН 2.1.2.1188-03. Учреждение оставляет за собой право проверки достоверности медицинских справок, полученных в медицинских учреждениях. Представитель несовершеннолетнего посетителя обязан предоставить справку с анализом на энтеробиоз с результатом «отрицательный» для пребывания с несовершеннолетними посетителями в одной чаше бассейна.

7.11.13. Учреждение имеет право не допустить к занятиям и потребовать медицинскую справку у лиц с выраженными признаками заболеваний, при наличии которых запрещено посещать бассейн (список заболеваний представлен в медпункте). Перед приобретением абонемента необходимо пройти визуальный осмотр кожных покровов на наличие (отсутствие) противопоказаний и ознакомиться с перечнем противопоказаний к занятиям плаванием. Отметки о визуальном медицинском осмотре и знания противопоказаний подтверждаются печатями на обеих сторонах абонемента.

7.11.14. Посетитель должен соблюдать правила личной и общественной гигиены, соблюдать чистоту во всех помещениях и вести себя корректно с работниками и техническим персоналом. Не препятствовать проводимой техперсоналом уборке в залах, раздевалках и душевых.

7.11.15. После окончания занятий необходимо положить использованное оборудование в специально отведенные места. Посетитель должен бережно относиться к инвентарю. В случае поломки инвентаря по вине Посетителя, а также в случае утери ключа от шкафа, Посетитель обязан компенсировать ущерб согласно утвержденному прейскуранту.

7.11.16. Пропуск спортивных и детских групп разрешается только по спискам в присутствии тренеров, инструкторов по спорту, руководителей групп, о чем делается запись журнале регистрации.

7.11.17. Руководители групп, тренеры, инструкторы по спорту несут материальную ответственность за сохранность оборудования, инвентаря, дисциплину и соблюдение правил посещения бассейна за всю группу.

7.11.18. Руководители групп, тренеры, инструкторы по спорту несут полную ответственность за безопасность вверенных им групп на воде и покидают «чашу» бассейна, только убедившись, что все занимающиеся вышли из воды.

7.11.19. Выполнение установленных правил поведения на воде контролируют инструкторы по спорту и их требования обязательны для всех посетителей и сопровождающих.

7.11.20. Посещение бассейна женщинами, находящимися в состоянии беременности, допускается при отсутствии противопоказаний, к которым относятся: нарушения сердечно-сосудистой системы, болезни легких и бронхиальная астма, гипертонус матки, многоплодная беременность, диабет первой степени, отклонения по весовым категориям (много/мало), нарушения опорно-двигательного аппарата. Посещение бассейна беременными категорически запрещено при наличии кровотечений, головокружений, болей в груди, слабости в мышцах, чрезмерной отечности, симптомов преждевременных родов, резкого движения плода. Отсутствие противопоказаний подтверждается медицинской справкой от врача-гинеколога. Беременные женщины допускаются в бассейн только после прохождения инструктажа по технике безопасности.

## **7.12. Посещение ледовой арены**

7.12.1. Посетители сеансов массового катания на коньках, допускаются в здание физкультурно-спортивного комплекса на основании билета за один час до начала сеанса.

7.12.2. Дети до 3 лет на сеанс массового катания на коньках не допускаются. Дети с 3 до 10 лет допускаются на сеанс массового катания на коньках только в сопровождении родителей либо лиц их заменяющих (сопровождающих). В случае посещения массового катания детьми в сопровождении родителей или иных сопровождающих лиц во время катания последним запрещается оставлять детей без присмотра или брать на руки.

7.12.3. Выход на лед осуществляется за 3-5 минут до начала сеанса после разрешения работника Учреждения.

7.12.4. Движение по льду осуществляется по кругу, против часовой стрелки. Детям и неуверенно катающимся взрослым рекомендуется пользоваться шлемами, налокотниками, наколенниками.

7.12.5. Во время катания запрещается выходить на лед в уличной обуви, находится вне ледового поля в коньках без чехлов, выходить на лед с клюшками, шайбами, мячами, с посторонним инвентарем, при передвижении по льду развивать скорость не больше средней скорости потока катающихся, догонять друг друга.

7.12.6. Посетители обязаны предъявлять работникам Учреждения билеты при входе на ледовую арену, а так же в случае необходимости, при выходе с ледовой

арены, переодеваться и одевать коньки в специально предусмотренных местах физкультурно-оздоровительного комплекса.

7.12.7. В целях обеспечения техники безопасности, количество посетителей одного сеанса массового катания на коньках не должно превышать 130 человек.

**7.13. Посещение тренажерного зала, залов единоборств, настольного тенниса, фитнеса, аэробики, хореографии.**

7.13.1. Посетителю рекомендуется выбирать нагрузку в соответствии с его уровнем подготовленности и наращивать интенсивность занятий постепенно. Ответственность за выбор того или иного вида занятий Посетитель несёт самостоятельно.

7.13.2. Посетителю не рекомендовано приступать к занятиям без разминки, разогрева мышц и связок в связи с угрозой возникновения негативных последствий для его жизни и здоровья. Тренер, инструктор по спорту вправе отказать Посетителю в допуске к занятию в случае опоздания к его началу по причине пропуска Посетителем разминочной части и инструктажа по технике безопасности.

7.13.3. При участии в групповом занятии Посетитель должен следовать рекомендациям и указаниям тренера, инструктора по спорту. Посетителю запрещено использовать свое собственное оборудование во время участия в групповом занятии. Во избежание травмирования Посетителю рекомендовано свести к минимуму любые разговоры во время проведения групповых занятий.

7.13.4. В связи с угрозой возникновения негативных последствий для жизни и здоровья, как самого Посетителя, так и других лиц, Посетителю запрещено самостоятельно оказывать на территории физкультурно-оздоровительного комплекса физкультурные, спортивные и иные услуги другим Посетителям. Посетителю запрещено пользоваться любыми услугами, оказываемыми другими Посетителями на территории физкультурно-оздоровительного комплекса, в связи с угрозой возникновения негативных последствий для его жизни и здоровья.

7.13.5. Посетитель обязан заниматься только в чистой специальной спортивной одежде и чистой спортивной обуви с закрытым носком и пяткой. Запрещается заниматься с голым торсом и босиком.

7.13.6. Перед началом упражнения Посетитель обязан убедиться, что используемое оборудование, тренажер находится в исходном безопасном и/или выключенном состоянии, отсутствуют посторонние предметы, которые могут повлиять на его безопасное использование, надлежащим образом закреплены крепежи и дополнительное оборудование на тренажере.

7.13.7. При возникновении любых вопросов, связанных с тренировочным процессом, в том числе вопросов по использованию оборудования, тренажеров, Посетителю следует обратиться к тренеру, инструктору по спорту или администратору.

7.13.8. Посетителю запрещено использовать тренажеры, оборудование, инвентарь не по назначению (в том числе, но не только, на группы мышц не

указанные в инструкции к тренажеру, изменять направления движения тросов, блоков и других движущихся частей оборудования, перегружать тренажёры сверх нормы добавлением грузов, и т.д.). Во время тренировки нельзя вскрывать части тренажера или наклонять его. Запрещается прикасаться к движущимся частям блочных устройств. Кроме того, использование инвентаря игрового зала не разрешено вне групповых занятий или персональных тренировок. Посетителю запрещено передвигать тренажеры, выносить из специально отведенных зон и помещений оборудование и другое имущество Учреждения.

7.13.9. Посетителю запрещено бросать и иным образом неаккуратно использовать оборудование (свободные веса и иное) в связи с угрозой повреждения оборудования, предметов интерьера и отделки помещений, а также риска причинения вреда здоровью Посетителей. Запрещается оставлять предметы (в том числе одежду, личное снаряжение, личные вещи и т.д.) вблизи тренажера (оборудования). Запрещается оставлять жидкости вблизи тренажера, подключенного к электричеству, а также на полу рядом с ним. Посетитель несет ответственность за сохранность и порчу имущества, оборудования и предметов интерьера, с которыми он взаимодействует при получении услуг. Посетитель обязан возместить Учреждению и/или третьим лицам всякий ущерб, который причинен в результате действий/бездействия Посетителя, в том числе ущерб, причиненный в результате неисполнения или ненадлежащего исполнения Посетителем настоящих Правил поведения.

7.13.10. Посетителю запрещено продолжать участие в тренировочном процессе с использованием неисправного, поврежденного или сломанного оборудования и тренажеров, а также самостоятельно устранять неисправности и поломки. В случае поломки тренажеров и оборудования Посетитель обязан сообщить об этом тренеру, инструктору по спорту или администратору.

7.13.11. Посетитель обязан пользоваться полотенцем при использовании тренажеров, чтобы избежать попадания на них пота.

7.13.12. При выполнении упражнений с отягощением, в том числе базовых (становая тяга, приседания и т.п.) рекомендуется пользоваться атлетическим поясом, а при необходимости – специализированной одеждой, обувью, снаряжением. После завершения упражнения Посетитель обязан убрать используемое им оборудование и предметы личного пользования, зафиксировать и/или привести в безопасное нерабочее положение используемый тренажер, разобрать штангу и вернуть на место блины и гантели.

7.13.13. Посетителю запрещено резервировать тренажеры, оборудование, в том числе оставляя на них полотенце или личные вещи.

#### **7.14. Посещение физкультурно - оздоровительного комплекса несовершеннолетними посетителями**

7.14.1. Нахождение на территории бассейна несовершеннолетних посетителей в возрасте от 3 (трех) до 14 (четырнадцати) лет допускается только на время проведения занятия для данной возрастной группы

в соответствии с расписанием или на время проведения персональной тренировки и исключительно в сопровождении представителя несовершеннолетнего посетителя, либо в сопровождении инструктора по спорту, тренера, проводящего персональную тренировку/занятие для данной возрастной группы.

7.14.2. К самостоятельным занятиям в тренажерном зале допускаются лица, достигшие 14-летнего возраста.

7.14.3. Посещение тренажерного зала несовершеннолетними до 14 лет допускается только с письменного согласия родителей или лиц, их заменяющих, и при наличии медицинской справки, выданной врачом-терапевтом (врачом-педиатром), в которой указаны сведения об общем физическом состоянии, о наличии/отсутствии заболеваний, рекомендации по допустимой полезной физической нагрузке.

7.14.4. Все несовершеннолетние посетители при посещении бассейна обязаны иметь при себе банные принадлежности (мыло, мочалку, полотенце). Работники Учреждения вправе не допускать несовершеннолетних посетителей до занятий при отсутствии банных принадлежностей. Посещение бассейна детьми до 10-ти лет разрешается при наличии справки о результатах паразитологического обследования на энтеробиоз.

7.14.5. Нахождение несовершеннолетних посетителей в зале единоборств; универсальном спортивном зале (игровом); зале настольного тенниса, залах: фитнеса, хореографии, аэробики не допускается, за исключением проведения персональной тренировки или группового занятия детской секции под непосредственным руководством тренера, инструктора по спорту.

7.14.6. Участие несовершеннолетних посетителей во взрослых групповых занятиях по расписанию групповых занятий бассейна, взрослых групповых занятиях в зале аэробики, а также групповых занятиях в тренажерном зале запрещено ввиду несоответствия рекомендуемой нагрузки и размера оборудования.

7.14.7. Представитель несовершеннолетнего посетителя обязует не допускать посещение физкультурно-оздоровительного комплекса несовершеннолетним посетителем, если его состояние (в том числе психическое) может угрожать жизни и здоровью других Посетителей, а также при наличии у него признаков заболевания, в том числе следующих:

- насморк, кашель, болит горло, повышенная температура;
- имеются признаки диареи (тошнота, кишечное недомогание);
- имеются ранки на теле;
- признаки инфекционного заболевания, сыпь.

7.14.8. Работники Учреждения вправе отстранить несовершеннолетнего посетителя от персонального/группового занятия при наличии оснований полагать, что у Посетителя имеются признаки заболевания, а также, если его состояние (в том числе психическое) может угрожать жизни и здоровью других Посетителей.

7.14.9. Во избежание травмирования работник Учреждения вправе отказать несовершеннолетнему посетителю в допуске к групповому занятию в случае опоздания к его началу более чем на 10 (десять) минут.

7.14.10. Занятия контактными видами спорта, в том числе в секциях и на персональных тренировках по боксу, тхэквондо, карате, могут являться травмоопасными. Такие занятия несут в себе риск получения несовершеннолетним посетителем различного рода травм. Учреждение не несет ответственности за жизнь и здоровье несовершеннолетнего посетителя в случаях: нарушения им настоящих Правил; наличия медицинских противопоказаний к занятиям; сокрытия сведений о наличии у несовершеннолетнего Посетителя болезней, плохого самочувствия, аллергий и иных обстоятельств, способных повлиять на жизнь и здоровье несовершеннолетнего Посетителя; невыполнения инструкций тренеров, инструкторов по спорту; при получении в ходе занятия травм, если такое занятие проведено в пределах установленных правил для данного вида спорта, при соблюдении необходимых мер методического и организационного характера и техники безопасности.

7.14.11. Несовершеннолетним посетителям при нахождении в помещениях физкультурно-оздоровительного комплекса запрещено нарушать Правила поведения, демонстрировать вызывающее поведение, проявлять агрессию к окружающим, не выполнять указания работников Учреждения, неадекватно реагировать на команды инструктора по спорту или тренера, нарушать дисциплину, мешать проведению группового занятия.

## **8. Правила техники безопасности в помещениях и на территории физкультурно-оздоровительного комплекса**

8.1. Приобретая абонемент или входной билет разового посещения посетитель подтверждает, что он и/или несовершеннолетний посетитель, представителем которого он является, не имеет медицинских противопоказаний для занятий физкультурой и спортом, потребления иных услуг. Посетитель полностью принимает на себя ответственность за состояние своего здоровья и состояние здоровья несовершеннолетнего посетителя, представителем которого он является.

8.2. Посетитель обязан самостоятельно контролировать состояние своего здоровья и здоровья несовершеннолетнего посетителя, представителем которого он является, и сообщать о любых изменениях в состоянии своего здоровья и/или здоровья несовершеннолетнего посетителя, которые могут повлиять на безопасность потребления услуг. Посетитель обязан регулярно проходить медицинские обследования в целях обеспечения безопасности занятий физкультурой и спортом для его здоровья.

8.3. Учреждение вправе запрашивать у Посетителя сведения об общем состоянии здоровья Посетителя, отсутствии медицинских противопоказаний для занятий физкультурой и спортом и потребления иных услуг, подтверждающие

безопасность потребления услуг Посетителем.

8.4. Сообщить сведения, указанные в пункте 8.3 Правил поведения Посетителю предлагается посредством представления заключения от терапевта или лечащего врача о возможности Посетителя заниматься физкультурой и спортом (согласно Приказу Минздрава России от 01.03.2016 года № 134н). Срок действия заключения – 6 месяцев.

8.5. Учреждение осуществляет информирование Посетителей о факторах риска и мерах по предупреждению травм и соблюдению требований безопасности посредством проведения его работниками инструктажа по технике безопасности. Также способами информирования Посетителей о факторах риска и мерах по предупреждению травм являются информационные таблички и сообщения на территории физкультурно-оздоровительного комплекса (например, «Осторожно, скользкий пол»). Инструктаж по технике безопасности проводится тренером, инструктором по спорту, дежурным инструктором по спорту тренажерного зала, бассейна, зала групповых занятий (игрового зала), залов фитнеса, аэробики, хореографии. До начала потребления услуг Посетитель обязан пройти инструктаж по технике безопасности.

8.6. Учреждение не несет ответственности за любые негативные последствия, вызванные неисполнением Посетителем техники безопасности или нарушением правил пользования оборудованием. В процессе потребления услуг Посетитель обязан соблюдать требования безопасности, соблюдать санитарно-гигиенические требования и медицинские требования в целях обеспечения безопасности занятий физкультурой и спортом, безопасности потребления услуг для его здоровья.

8.7. Посетитель обязуется воздержаться от потребления услуг при возникновении у него медицинских противопоказаний, включая, но, не ограничиваясь, возникновении острых инфекционных (в том числе кожных) заболеваний, наличии открытых ран, обострении хронических заболеваний, вплоть до момента полного выздоровления или снятия обострения хронических заболеваний. Учреждение не несет ответственности за вред жизни или здоровью Посетителя, возникший в результате неисполнения Посетителем условий настоящего пункта.

8.8. В случае ухудшения самочувствия Посетитель обязан немедленно проинформировать об этом тренера, инструктора по спорту, любого работника Учреждения, а при его отсутствии – любое находящееся рядом лицо. При наличии микротравм на теле Посетителю необходимо принять меры по недопущению попадания в рану загрязнения с используемого оборудования и инвентаря, а так же крови на инвентарь и оборудование. На территории физкультурно-оздоровительного комплекса имеются аптечки первой помощи. Посетителю, которому стало известно об ухудшении самочувствия другого Посетителя, рекомендовано незамедлительно самостоятельно вызвать выездную бригаду скорой медицинской помощи, позвонив на единый номер вызова скорой



медицинской помощи, а также уведомить об этом любого работника Учреждения.

8.9. Посетитель обязан самостоятельно ознакомиться с Инструкцией по технике безопасности, способах эксплуатации спортивных снарядов и тренажеров, пользования иным инвентарем, размещённых в общедоступных местах на территории физкультурно-оздоровительного комплекса и/или на Сайте Учреждения. В случае срабатывания пожарной сигнализации или голосового оповещения посетители обязаны соблюдать указания инструкторов по спорту, иных работников Учреждения. Быстро одеться, взять личные вещи и покинуть здание, руководствуясь планом эвакуации и указаниями работников физкультурно-оздоровительного комплекса.

8.10. При обнаружении подозрительных предметов необходимо незамедлительно сообщить об этом тренеру, инструктору по спорту, администратору или охране.

## **9. Хранение и порядок пользования отдельным имуществом физкультурно-оздоровительного комплекса**

9.1. При наличии работающего гардероба Посетитель обязан сдать в гардероб верхнюю одежду, уличную обувь и получить номерной жетон. Посетитель обязан находиться на спортивном объекте в сменной обуви. Учреждение не несет ответственности за сохранность содержимого карманов верхней одежды, сданной в гардероб. Учреждение не несет ответственности за не сданные в гардероб и/или оставленные в свободном доступе вещи и обувь Посетителя.

9.2. Посетитель обязан незамедлительно уведомить Учреждение об утрате номерного жетона. До момента уведомления Учреждения о факте утраты Посетителем номерного жетона риск получения другим лицом оставленных на хранение вещей и обуви лежит на Посетителе.

9.3. Шкафчик в раздевалке не предназначен для хранения ценных вещей, денег и валютных ценностей. После помещения личных вещей на хранение в шкафчик Посетитель обязан закрыть его на замок и убедиться, что шкафчик закрыт. Учреждение не несет ответственности за оставленные без присмотра личные вещи Посетителя.

9.4. В случае обнаружения работниками Учреждения вещей, забытых Посетителем в раздевалке и/или в открытых шкафчиках, работники учреждения вправе изъять их и оставить на ответственное хранение. Если замок на шкафчике электронный, а шкафчик закрыт – то шкафчик считается арендованным последним Посетителем, который им пользовался. Если замок кодовый или навесной, то при обнаружении работниками Учреждения в конце дня закрытого шкафчика при условии, что не заявлена его аренда, такой шкафчик в конце дня вскрывается работниками Учреждения и обнаруженные в нем вещи изымаются на ответственное хранение. Учреждение оставляет за собой право потребовать от Посетителя оплаты стоимости ответственного хранения забытых вещей.

9.5. Замок и/или ключ от шкафчика, номерной жетон являются собственностью Учреждения. В случае их утери или повреждения Посетитель обязан заплатить штраф согласно действующему прейскуранту.

## **10. Правила пользования абонементом**

10.1. Правила пользования абонементом являются публичной офертой. Оплачивая услугу Посетитель, тем самым, соглашается с данными Правилами поведения.

10.2. Абонементы оформляются у администратора, который знакомит посетителей с правилами и условиями их приобретения. Для оформления абонемента необходимо иметь при себе паспорт или водительское удостоверение. Абонемент является персональным и не может быть передан другому лицу.

10.3. Услуги в соответствии с приобретенным абонементом оказываются только после 100% оплаты, согласно действующему прейскуранту на день оплаты. Разовые услуги оплачиваются непосредственно перед сеансом, при этом абонемент на одно посещение не выдается.

10.4. Срок действия абонемента определяется видом услуг. По истечении срока действия абонемента, обязанности Учреждения в части предоставления услуги считаются выполненными в полном объеме, все обязательства Учреждения перед Посетителем прекращаются. Для возобновления оказания услуг Посетитель обязан приобрести новую разовую услугу или абонемент.

10.5. Приобретая абонемент, Посетитель подтверждает, что ознакомлен со сроками действия абонемента и согласен, что в случае его неиспользования в срок (болезнь, командировка, другие уважительные причины) абонемент «сгорает», срок действия абонемента не пролонгируется. Занятия, пропущенные по вине посетителя, на следующий период не переносятся и стоимость их, не возмещается.

10.6. Учреждение вправе отказаться от оказания услуг и потребовать полного возмещения убытков, если Посетитель, несмотря на информирование, в разумный срок не устранит обстоятельства, которые могут снизить качество оказываемых услуг. К обстоятельствам, которые могут снизить качество оказываемых услуг, относится, в том числе, нарушение Правил посещения, напрямую влекущее невозможность оказания услуг со стороны Учреждения. Учреждение вправе отказать в обслуживании посетителя, в том числе аннулировать абонемент, если посетитель появился на территории спортивного объекта в состоянии алкогольного, наркотического, токсического опьянения, демонстрирует агрессивное поведение, умышленно портит оборудование, инвентарь, имущество Учреждения или третьих лиц.

10.7. Посетитель, приобретший абонемент, вправе в любое время в одностороннем порядке отказаться от посещения физкультурно-

оздоровительного комплекса. Заявить об одностороннем отказе Посетитель может, написав соответствующее заявление.

10.8. Уплаченные за абонемент денежные средства, независимо от того по чьей инициативе прекращено оказание услуг, возвращаются Посетителю, пропорционально оставшемуся до окончания срока действия абонемента времени оказания услуг. Сумма, пропорциональная периоду с момента приобретения абонемента до момента получения Учреждением заявления об отказе от посещения физкультурно-оздоровительного комплекса, не возвращается независимо от посещения или непосещения занятий. Возврат в пользу третьих лиц не производится.

10.9. При задержке начала оказания Услуги со стороны Учреждения, Учреждение обязано оказать услугу в полном объеме. Если Посетитель не может продлить время оказания услуги, администратор переносит услугу на согласованное с Посетителем время, но в срок действия абонемента.

10.10. В соответствии с требованиями ст. 9 Федерального закона Российской Федерации от 27 июля 2006 г. № 152-ФЗ «О персональных данных», Посетитель, приобретая абонемент, даёт согласие на обработку Учреждением персональных данных при условии, что их обработка осуществляется уполномоченным лицом, принявшим обязательства о сохранении конфиденциальности указных сведений.

10.11. Посетитель предоставляет Учреждению право осуществлять все действия (операции) с личными персональными данными, указанными в анкете абонемента (фамилия имя отчество; паспортные данные; домашний адрес; телефоны; состав семьи и семейное положение; состояние здоровья; антропометрические параметры), включая сбор, систематизацию, накопление, хранение, обновление, изменение, использование, обезличивание, блокирование, уничтожение. Учреждение вправе обрабатывать персональные данные посредством внесения их в электронную базу данных посетителей Учреждения.

10.12. Учреждение без письменного согласия Посетителя не вправе передавать личные персональные данные Посетителя иным лицам.

## **11. Заключительные положения**

11.1. За травмы и несчастные случаи, связанные с нарушением посетителем настоящих Правил поведения в помещениях физкультурно-оздоровительного комплекса, Учреждение ответственности не несет.

11.2. Если посетитель при получении имущества физкультурно-оздоровительного комплекса, предоставляемого ему в пользование на время занятий (номерок от гардероба, ключ от индивидуального шкафчика, спортивный инвентарь, коньки и др.), не предъявил претензий, данное имущество считается выданным ему в исправном состоянии.

11.3. Если после посещения занятий посетитель обнаружил пропажу своих вещей, ему следует немедленно обратиться к администратору на стойке рецепции.

11.4. В случае оскорбления посетителем работника спорткомплекса, хулиганства, уничтожения или повреждения чужого имущества и в других подобных случаях нарушений посетителями Правил поведения на спортивном объекте, персонал учреждения вызывает наряд полиции в целях привлечения нарушителя к административной либо уголовной ответственности.

11.5. Любое событие, указанное в разделах 8, 9, 10 настоящих Правил поведения, может быть зафиксировано в соответствующем акте. Указанный акт составляется администратором и передается посетителю на ознакомление, которое подтверждается его подписью. В случае уклонения посетителя от ознакомления или подписания данного акта, его отказ фиксируется в акте за подписью работника охранной службы и администратора. Составление акта может сопровождаться аудио-, фото- и видеосъемкой.

11.6. В случае, если у посетителя есть замечания по работе физкультурно-оздоровительного комплекса, он вправе изложить свои доводы в Книге отзывов и предложений, которая находится на стойке рецепции.

11.7. Изменение и дополнение настоящих Правил поведения осуществляется в порядке, предусмотренном локальными актами Учреждения, доводится до сведения посетителей на официальном сайте ГАУ СО «РЦСП «Арена» и в физкультурно-оздоровительном комплексе в специально отведенных местах.

Начальник отдела  
организационно-массовой работы  
Физкультурно-оздоровительного  
комплекса в городском округе Тольятти



Д.А. Титов