

ZASADY KORZYSTANIA Z SIŁOWNI

1. Pod nazwą urządzenie treningowe rozumie się każde urządzenie (atlas, rower treningowy, bieżnia), natomiast sprzęt treningowy to wszystkie pozostałe przedmioty znajdujące się na terenie siłowni służące do ćwiczeń.
2. Każda osoba przebywająca na terenie siłowni zobowiązana jest do zapoznania się i bezwzględnego stosowania Regulaminu, instrukcji słownych obsługi oraz instrukcji użytkowania i obsługi urządzeń oraz sprzętu treningowego. Obowiązuje bezwzględne przestrzeganie zaleceń dotyczących bezpieczeństwa
3. Z siłowni mogą korzystać tylko osoby, które ukończyły 18 lat. Osoby poniżej 18 roku życia mogą korzystać z siłowni po podpisaniu przez rodzica/prawnego opiekuna oświadczenia o odpowiedzialności (oświadczenie dostępne jest w siłowni). Podpisanie oświadczenia nie upoważnia opiekuna do opuszczenia siłowni i pozostawienia dziecka bez opieki.
4. Jednocześnie w siłowni może przebywać nie więcej niż 30 osób.
5. W siłowni obowiązuje wyłącznie strój sportowy, czyste, sportowe obuwie zamienne oraz obowiązkowo suchy ręcznik.
6. Z siłowni mogą korzystać tylko osoby zdrowe oraz te, których dolegliwości nie stanowią przeciwwskazań do ćwiczeń.
7. Korzystając z urządzeń oraz ze sprzętu treningowego należy kłaść się lub siadać wyłącznie na suchym ręczniku. Ręcznik powinien być rozłożony tak, aby żadna część ciała nie stykała się z powierzchnią urządzeń oraz ze sprzętem treningowym (ławka, krzesło itp.).
8. Przed rozpoczęciem ćwiczeń na urządzeniach treningowych dla zachowania bezpieczeństwa, korzystający, winien sprawdzić stan techniczny urządzenia, z którego będzie korzystał i w przypadku zauważenia usterek zgłosić ten fakt obsłudze.
9. Po zakończeniu ćwiczeń urządzenia treningowe, z których korzystano, powinny być zostawione w należyтым stanie technicznym.
10. Osoby korzystające z urządzeń oraz sprzętu treningowego czynią to na własną odpowiedzialność.
11. Nemo nie ponosi odpowiedzialności za uszkodzenia ubrań w siłowni.
12. Na terenie siłowni zabrania się:
 - wchodzenia w stroju kąpielowym oraz obuwiu innym niż sportowe obuwie zamienne,
 - biegania za wyjątkiem urządzeń do tego przeznaczonych,
 - wchodzenia na urządzenia, stanowisko obsługi oraz inne urządzenia nie służące do tego celu,

- przestawiania urządzeń treningowych oraz wprowadzania innych regulacji, które mogą zagrażać bezpieczeństwu,
- używania urządzeń oraz sprzętu treningowego do innych celów niż jest przeznaczony,
- wnoszenia toreb, plecaków, opakowań szklanych, ostrych narzędzi oraz innych niebezpiecznych przedmiotów,
- wprowadzania zwierząt,
- wstępu osobom znajdującym się w stanie po spożyciu alkoholu, nietrzeźwości, po spożyciu środka działającego podobnie do alkoholu lub pod wpływem środków odurzających, ćwiczenia pod wpływem tych środków,
- wnoszenia i spożywania alkoholu, napojów alkoholowych, środków odurzających,
- palenia tytoniu,
- zachowania powszechnie uznawanego za nieprzyzwoite lub obraźliwe,
- niszczenia wyposażenia.

13. Zabrania się korzystania z siłowni osobom, u których widoczne są objawy wskazujące na: zakaźne choroby skóry i inne choroby zakaźne, grzybicę, brodawicę, rumień, róża itp., otwarte skaleczenia, trudno gojące się rany, brak higieny osobistej, ślady na kończynach po częstych iniekcjach dożylnych, trudności w oddychaniu, zaburzenia równowagi, agresywne zachowanie.

14. Osobom ze skłonnościami do ataków skurczów lub utraty przytomności oraz psychicznie upośledzonym, wstęp i pobyt na terenie obiektu jest dozwolony wyłącznie z opiekunem.

15. Osoby naruszające porządek, przepisy Regulaminu lub obowiązujących instrukcji urządzeń i sprzętu treningowego, o agresywnym zachowaniu, naruszające godność osobistą innych, zostaną wyproszone z siłowni.

16. Grupy zorganizowane, muszą mieć co najmniej jednego opiekuna na piętnastu uczestników, odpowiedzialnego za swoich podopiecznych przez cały czas przebywania w siłowni.

17. Opiekun grupy po wejściu do siłowni zobowiązany jest skontaktować się z obsługą celem ustalenia zasad korzystania z siłowni.

18. Opiekun grupy zobowiązany jest do ciągłej kontroli stanu grupy.

19. Opiekun grupy zobowiązany jest do przebywania w siłowni w stroju sportowym.

20. Osoby o niestabilnym stanie zdrowia powinny korzystać z urządzeń oraz sprzętu treningowego, ze szczególną ostrożnością, najlepiej po uprzednim skonsultowaniu się ze swoim lekarzem. Za negatywne skutki zdrowotne przebywania w/w osób na terenie siłowni Nemo nie ponosi odpowiedzialności.

21. Wszelkie skaleczenia, urazy oraz pogorszenie samopoczucia należy zgłaszać niezwłocznie obsłudze.

22. Udzielanie doraźnej pomocy przedmedycznej odbywa się w pomieszczeniu ambulatorium w strefie basenowej.