

ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ ФИТНЕС-КЛУБОВ A-SPORT

1. Общие положения:

- 1.1 Настоящие Правила посещения фитнес-клуба A-Sport (далее по тексту - Правила) являются обязательными для всех посетителей, вне зависимости от возраста и состояния здоровья. Правила посещения Клуба размещены на рецепции на информационном стенде и на сайте asportteh.ru. Посетитель обязан ознакомиться с настоящими Правилами и соблюдать их во время пребывания в Клубе и пользования всеми его услугами.
- 1.2. Подписание соглашения Члена клуба с ИП Земсков РВ является подтверждением согласия посетителя с Правилами посещения и их соблюдением.
- 1.3. При подписании соглашения необходимо получить пластиковую карту и предъявлять ее администратору при каждом посещении. При отсутствии карты администрация вправе отказать члену клуба в посещении. В случае утери карты взимается штраф, стоимость указана в разделе «Прайс лист».
- 1.4. Вход в Клуб осуществляется только при предъявлении Клубной карты (абонемента).
- 1.5. Передача индивидуальной клубной карты третьим лицам не допускается.
- 1.6. Режим работы Клуба: в будние дни с 07:00 до 23:00, в выходные и праздничные дни - с 9:00 до 21:00. Воскресенье выходной. Режим работы Клуба в праздничные и иные дни может быть изменен.
- 1.7. Покидая Клуб, Член Клуба обязан сдать всё имущество, выданное во временное пользование Клубом, освободить шкаф, сдать от него ключ на рецепцию, оплатить дополнительные оказанные Клубом услуги/товары и получить свою индивидуальную клубную карту.
- 1.8. Для Членов Клуба за отдельную плату предлагаются дополнительные фитнес-услуги: персональные тренировки по всем фитнес-программам, платные групповые программы. Член клуба может пользоваться услугами тренеров только из списка клуба, указанном в приложении клуба и стойке рецепции. Стоимость дополнительных услуг, а также их длительность, замена, отмена и прочее может быть изменена по усмотрению тренера. Вся информация о дополнительных услугах находится на рецепции Клуба.
- 1.9. Оплата за услуги/товары принимается в наличной и безналичной форме в рублях.
- 1.10. В случае возникновения задолженности Члена Клуба перед клубом, клуб вправе ограничить доступ Члена Клуба в Клуб, приостановив действие Клубной карты до момента полного погашения задолженности.
- 1.11. Находиться в верхней одежде на территории Клуба не разрешается. Посещать тренировки необходимо в тренировочной одежде и обуви, соответствующей стандартам безопасности или направленности тренировки. Сотрудник клуба вправе не допустить Вас на тренировку в уличной обуви. Просим соблюдать Правила общей и личной гигиены и чистоту во всех помещениях Клуба. Для поддержания личной гигиены на всех тренировках рекомендуем Вам пользоваться полотенцами.
- 1.12. Перед началом занятий для Вашей безопасности Вам необходимо пройти вводные инструктажи. Вы несете персональную ответственность за свое здоровье. Во избежание травм настоятельно рекомендуем посещение только тех уроков, которые соответствуют Вашему уровню подготовленности, посещать первые занятия для начинающих.
- 1.13. Клуб не несет ответственности за вред, связанный с ухудшением здоровья, если состояние здоровья Члена клуба ухудшилось в результате острого заболевания, обострения травмы или хронического заболевания.
- 1.14. Клуб не несет ответственности за вред, причиненный здоровью и/или имуществу Члена Клуба, противоправными действиями третьих лиц или самого Члена клуба.
- 1.15. Клуб не несет ответственности, если причиной нанесения вреда здоровью стало грубое нарушение Правил фитнес-клуба, не использование вводных инструктажей, нарушение врачебных рекомендации, а также, если Член Клуба тренируется самостоятельно.
- 1.16. Посещая Клуб, не оставляйте личные вещи и одежду без присмотра. Используйте для их хранения шкафчики в раздевалках.
- 1.17. Клуб не несет ответственности за ключи, мобильные телефоны и другие ценные вещи, оставленные без присмотра. Для хранения ценностей на рецепции Клуба предусмотрены специальные депозитные ячейки (бесплатно). За ценные вещи, не сданные на ответственное хранение в сейфы, Клуб ответственности не несет. Ущерб не возмещается.

- 1.18. Несовершеннолетние члены клуба (до 14 лет) могут находиться на территории Клуба только в присутствии одного из родителей или сопровождающего лица, которые несут полную ответственность за ребенка.
- 1.19. На территории клуба может проводиться фото- и видеосъемка с участием клиентов клуба с последующим использованием материалов на сайте и в социальных сетях.
- 1.20. Члены Клуба уважительно относятся друг к другу и персоналу.
21. Во время проведения Клубных мероприятий зона, предназначенная для тренировок, может быть ограничена.
- 1.22. Во время проведения ремонтных работ зона ремонта может быть ограничена для доступа.
- 1.23. В случае нарушения Правил администрация Клуба вправе требовать от посетителя покинуть территорию Клуба.
- 1.24. При нарушении Правил Клуба Клуб оставляет за собой право пересмотреть действие Вашего Контракта. При этом денежная компенсация не выплачивается.
- 1.25. При первом нарушении правил клуба, Клуб делает предупреждение Члену клуба. При повторном нарушении-Клуб вправе заморозить клубную карту Члена клуба на любой срок.
- 1.26. В случае необходимости и для Вашего комфорта допускается введение новых пунктов Правил.
- 1.27. На территории всего клуба, в том числе зоне рецепции, для вашей безопасности ведется видео наблюдение.

2. Членам Клуба запрещено:

- 2.1. Проводить персональные тренировки. Члены Клуба могут пользоваться услугами только инструкторов Клуба. Проведение тренировок Членам Клуба не разрешается и является грубым нарушением. К нарушителям администрация вправе применить меры, вплоть до блокировки карты на любой срок.
- 2.2. Подросткам до 14 лет – посещать тренировочные зоны и программы для взрослых.
- 2.3. Использовать парфюмерию и разогревающие мази с резким запахом.
- 2.4. Принимать пищу в фитнес-зонах, предназначенных для занятий, в зонах отдыха и раздевалках.
- 2.5. Использовать стеклянную посуду для напитков во всех тренировочных зонах (для питья можно использовать только пластиковые/спортивные бутылки).
- 2.6. Ставить открытые бутылки с водой на тренажеры и музыкальную аппаратуру.
- 2.7. Самовольно размещать на территории Клуба объявления, рекламные материалы, проводить опросы, распространять товары без письменного разрешения администрации.
- 2.8. Проводить видео- и фотосъемки в Клубе без предварительной договоренности с администрацией.
- 2.9. Организовывать и проводить в Клубе мероприятия без получения на то разрешения администрации.
- 2.10. Самостоятельно регулировать уровень освещения и температурного режима, разворачивать телевизоры и плазменные панели, включать и выключать кондиционеры и т.п.
- 2.11. Самостоятельно пользоваться звуковой и видео- аппаратурой Клуба. В Клубе используется корпоративный формат музыкального сопровождения, использование иной музыки не разрешается. Клиент вправе использовать персональную аудиоаппаратуру строго в наушниках.
- 2.12. Оставлять вещи в шкафчиках после окончания занятий.
- 2.13. Курить и находиться в состоянии алкогольного и наркотического опьянения, а также при вирусном заболевании.
- 2.14. Использовать ненормативную лексику, как при общении, так и при разговорах по телефону.
- 2.15. Проносить в Клуб оружие и взрывчатые вещества.
- 2.16. Входить в Клуб с животными.
- 2.17. В отсутствии администратора в зоне рецепции самостоятельно брать товары с рецепции. Отпуск товаров производится только администратором. В случае нарушения данного правила Клуб вправе ограничить вам доступ в клуб на любой срок.

3. Правила посещения тренажерного зала:

- 3.1. Для составления тренировочной программы настоятельно рекомендуется прохождение первоначального инструктажа. Клуб не несет ответственности, если

причиной нанесения вреда здоровью стало грубое нарушение Правил пользования тренажерами или самостоятельный выбор некорректной нагрузки и методики.

3.2. Необходимо ставить в известность тренера о состоянии своего здоровья.

3.3. Во время работы на тренажерах рекомендуется использовать полотенце.

3.4. Для Вашей безопасности упражнения с максимальными весами в тренажерном зале рекомендуется выполнять с инструктором или партнером (для страховки). Выполнять упражнения следует по очереди.

3.5. Необходимо покинуть зал за 15 минут до закрытия клуба.

3.6. За несоблюдение вышеуказанных правил, тренер вправе удалить Вас из зала.

3.7. Если в тренажерном зале проходит групповая тренировка, то приоритет на использование оборудования у посетителей тренировки, заранее записанных на это занятие.

4. Членам Клуба в тренажерном зале запрещено:

4.1. Резервировать и монополизировать тренажеры, свободные веса, лавки. Выполнять упражнения следует по очереди.

4.2. Тренироваться с голым торсом, в купальном костюме, в верхней одежде, джинсах, уличной обуви, в шлепанцах, в тапочках, босиком, в носках.

4.3. Бросать оборудование (гантели, штанги, блины) на пол, что ведет к уменьшению срока использования оборудования, износу пола, повышенному шуму.

4.4. Посещать тренажерный зал детям до 12 лет. Дети с 12 до 16 лет могут заниматься в тренажерном зале только в сопровождении родителей или под руководством тренера и при разрешении вышестоящего руководства банка.

4.5. Передвигать тренажеры с мест, выносить штанги и гантели из зоны свободных весов.

5. Правила посещения групповых занятий:

5.1. Групповые занятия проводятся по расписанию, указанному в приложении клуба (ссылка на приложение на сайте asportteh.ru). Администрация Клуба имеет право вносить изменения в текущее расписание и осуществлять замену заявленного инструктора.

5.2. Продолжительность фитнес-часа – до 55 минут. Длительность занятий различна и соответствует их интенсивности. Просим Вас приходить на занятия без опозданий.

5.3. Начало урока без разминки продолжительностью 10 (десять) минут опасно для Вашего здоровья. Инструктор имеет право не допустить Вас на данное занятие.

5.4. На групповых занятиях оборудование можно использовать только под руководством инструктора. После занятия все оборудование должно быть убрано в отведенные для этого места. Члены Клуба несут материальную ответственность за утерю или порчу используемого оборудования и инвентаря.

5.5. Во время проведения групповой тренировки в зале, или тренировки по предварительному бронированию – посторонним вход в зал запрещен.

5.6. Если в тренажерном зале проходит групповая тренировка, то приоритет на использование оборудования у посетителей тренировки, заранее записанных на это занятие.

5.7. Использование мобильных телефонов в зале групповых занятий не разрешается.

5.8. Все групповые занятия проводятся строго по предварительной записи. Запись осуществляется через приложение. Запись открывается за сутки, отменить запись можно за час до начала тренировки. В случае первого нарушения администрация выносит предупреждение, в случае второго нарушения администрация вправе заблокировать абонемент сроком на 1 календарный месяц. За систематические нарушения администрация вправе закрыть абонемент на любой срок.

5.9. Не рекомендуется посещать занятия при недомогании и плохом самочувствии.

5.10. В случае ухудшения самочувствия необходимо информировать об этом инструктора, проводящего занятие.

5.11. Фитнес-клуб не несет ответственности, если причиной нанесения вреда Вашему здоровью стало нарушение правил работы в зале или самостоятельный выбор некорректной нагрузки и методики.

6. Членам Клуба при посещении групповых занятий запрещено:

6.1. Резервировать и монополизировать оборудование.

- 6.2. Тренироваться с голым торсом, в купальном костюме, в верхней одежде, уличной обуви.
- 6.3. Бросать оборудование (гантели, штанги, блины) на пол, что ведет к уменьшению срока использования оборудования, износу пола, повышенному шуму.
- 6.4. Посещение групповых занятий детям до 14 лет запрещено.
- 6.5. Выносить штанги и гантели из зоны проведения групповых программ.
- 6.6. На тренировках по боксу/единоборствам запрещается проводить различного рода спарринги, отрабатывать бросковую технику и болевые приемы в отсутствии тренера. Это может привести к серьезным травмам.
- 6.7. Если вы используете оборудование больше одного подхода, будьте внимательны к тем людям, которые хотели бы воспользоваться тем же оборудованием. Если Вы заметили, что кто-то ждет, когда Вы закончите упражнение, первым предложите заниматься вместе - делать подходы по очереди. Большинство ожидают от Вас того, что Вы позволите использовать оборудование во время Вашей передышки.
- 6.8. После окончания тренировки необходимо вернуть спортивный инвентарь в специально отведенные места. Члены Клуба несут материальную ответственность за утерю или порчу используемого оборудования и инвентаря.
- 6.9. Если у Вас возник вопрос, как пользоваться тем или иным тренажером, или любой другой вопрос - обращайтесь к дежурному тренеру, он всегда поможет Вам.
- 6.10. Любой из тренажеров может быть ограничен для использования в любой момент времени (ремонт, профилактические работы).

О внесении изменений в действующие Правила на рецепции Клуба размещается объявление. Член Клуба несет личную ответственность за ознакомление с изменениями. Новая редакция Правил в равной мере распространяется на всех Членов Клуба с момента их размещения на рецепции Клуба и на сайте asportteh.ru .
Желаем Вам спортивных успехов и отличного настроения!