

## Regulamin siłowni na hali sportowej w Słomnikach.

1. Siłownia czynna jest codziennie od poniedziałku do piątku od 8:30 – 22:00 w soboty siłownia czynna jest od 13:00-19:00
2. Dopuszcza się zmianę godzin i dni otwarcia siłowni.
3. Korzystanie z siłowni jest możliwe po zapoznaniu się z niniejszym regulaminem a podstawą do korzystania jest posiadanie aktualnej wpłaty
4. Osoby korzystające z siłowni oświadczają, że nie mają przeciwwskazań zdrowotnych do wykonywania ćwiczeń fizycznych i wykonują je na własną odpowiedzialność. Osoby z problemami zdrowotnymi, przed przystąpieniem do ćwiczeń powinny skonsultować się z lekarzem
5. W pomieszczeniu siłowni przebywają tylko osoby ćwiczące
6. Wejście na siłownię możliwe jest tylko w odpowiednim komplecie stroju sportowym oraz czystym obuwiu sportowym
7. Obowiązkowo należy korzystać z ręcznika podczas ćwiczeń.
8. Obsługa hali ma prawo odmówić wstępu na siłownię osobom bez odpowiedniego stroju do ćwiczeń, w szczególności obuwia.
9. Obsługa ma prawo wyprosić osoby łamiące postanowienia niniejszego regulaminu oraz co do których powyższe uzasadnione podejrzenie, że będą naruszać niniejszy regulamin lub przepisy prawa, nawet jeżeli korzystanie z siłowni zostało przez te osoby opłacone i niewykorzystane.
10. Zabrania się wstępu na siłownię osobom będącym pod wpływem alkoholu lub środków odurzających.
11. Szatnia nie jest dozorowana i służy jedynie do przebierania. Obsługa hali nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy pozostawione w szatni.
12. Przed rozpoczęciem ćwiczeń należy przeprowadzić rozgrzewkę.
13. Ćwiczący zobowiązani są wykonywać ćwiczenia bezpiecznie tzn. ćwiczyć z takimi obciążeniami, nad którymi są w stanie zapanować
14. Wszystkie urządzenia na siłowni oraz sprzęt do ćwiczeń mogą być wykorzystane tylko zgodnie z ich przeznaczeniem.
15. Osoby potrzebujące instruktora powinny zwrócić się do personelu hali sportowej.
16. Zabrania się wykonywania ćwiczeń na przyrządach uszkodzonych lub niesprawnych
17. Nie wskazane jest zajmowanie stanowisk do ćwiczeń podczas odpoczynku
18. Ćwiczenia z większym obciążeniem należy wykonywać przy asekuracji drugiej osoby
19. Po wykonywaniu ćwiczeń należy uporządkować sprzęt i stanowisko
20. Osoby ćwiczące będą ponosić odpowiedzialność finansową za wszelkie wyrządzone przez siebie zniszczenia/szkody na terenie siłowni
21. Miejsko-Gminne Centrum Kultury nie ponosi odpowiedzialności za kontuzje i urazy powstałe w wyniku niewłaściwego korzystania z urządzeń siłowni oraz nie przestrzegania regulaminu i zasad bezpieczeństwa
22. Organizowanie zawodów sportowych czy wykorzystanie siłowni do innych celów jest możliwe jedynie za pisemną zgodą.
23. W przypadku gdy klient został poszkodowany na skutek zdarzenia losowego jest zobowiązany wraz z osobą dyżurującą lub instruktorem sporządzić protokół powypadkowy oraz własnoręcznie go podpisać.
24. Wszelkie skargi i wnioski należy składać do Dyrektora Centrum Kultury w Słomnikach