



Утверждены приказом директора
МАУ «Физкультурно-
оздоровительный центр «Сокол»
от 22 сентября 2016 г. № 16-2/ОД

ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ ЗАЛА БОКСА

- 1.1. Настоящие Правила устанавливают процедуру посещения зала бокса в Муниципальном автономном учреждении «Физкультурно-оздоровительный центр «Сокол» (далее ФОЦ «Сокол»).
- 1.2. При посещении зала бокса ФОЦ «Сокол» посетитель должен оплатить предоставляемые ему услуги через кассу учреждения.
- 1.3. Посетитель зала бокса передает кассовый чек дежурному администратору и взамен получает ключ от шкафа для хранения личных вещей.
- 1.4. Посетители несут материальную ответственность за порчу и утрату спортивного инвентаря. В случае поломки спортивного инвентаря обязаны сообщать об этом инструктору зала, самостоятельное устранение поломок запрещено.
- 1.5. За сохранность ценных вещей, денег и документов, оставленных в гардеробе, в раздевалках или в индивидуальных шкафчиках в раздевалках, администрация ФОЦ «Сокол» ответственности не несет.
- 1.6. За травмы и несчастные случаи, связанные с нарушением настоящих Правил, администрация ФОЦ «Сокол» ответственности не несет.

ПРИ ПОСЕЩЕНИИ ЗАЛА БОКСА НЕОБХОДИМО:

- 2.1. Приходить в зал бокса в установленные дни и часы работы согласно расписанию.
- 2.2. Сдать верхнюю одежду в гардероб. Шкафчики в раздевалках используются для размещения одежды (кроме верхней), обуви и других личных вещей (кроме ценных).
- 2.3. Соблюдать общественный порядок и общепринятые нормы поведения, вести себя уважительно по отношению к другим посетителям, персоналу ФОЦ «Сокол», не допускать действий, создающих опасность для окружающих.
- 2.4. Каждый посетитель самостоятельно определяет для себя возможность посещения зала бокса, исходя из физического самочувствия и состояния здоровья.
- 2.5. Перед началом тренировки пройти первичный инструктаж у тренера или инструктора и ознакомиться с настоящими правилами.
- 2.6. Посетитель по собственному желанию решает участвовать в тренировочных отработках в парах или нет. В случае, если посетитель решает участвовать в тренировочной отработке в парах он обязан использовать защитную амуницию такую как: защитный боксерский шлем, боксерские тренировочные перчатки весом не ниже 12 унций, боксерские бинты, защитную капу, защитный паховый бандаж. Посетитель может быть допущен до тренировочной работы в парах без одного или нескольких видов защитной экипировки, если по собственному желанию отказался одевать защитную экипировку. В таком случае посетитель несет полную ответственность за возможные травмы, которые могут быть получены вследствие отсутствия защитной экипировки.
- 2.7. Посетитель обязан изучить данные правила перед посещением зала бокса. Допуск к тренировкам осуществляется только после изучения данных правил. Свидетельством об изучении данных правил является выданный пропуск на посещения или медицинская справка с допуском к тренировкам переданная посетителем зала бокса или заключенный договор на оказание физкультурных услуг.
- 2.8. Каждый посетитель обязан предоставить медицинскую справку о состоянии своего здоровья, свидетельствующую о том, что у него нет противопоказаний по здоровью. Посетитель может по собственному желанию не предоставлять медицинскую справку, при этом он подтверждает, что проходил специальное медицинское обследование на наличие/отсутствие каких-либо заболеваний/противопоказаний, препятствующих занятиям боксом.
- 2.9. Перед началом тренировки инструктор должен спросить у каждого посетителя о состоянии его здоровья, о его самочувствии. Если у посетителя окажутся противопоказания по здоровью или у него будет плохое самочувствие он обязан незамедлительно сообщить об этом тренеру и не должен быть допущен до тренировки.
- 2.10. Во избежание получения травм соблюдать основные принципы построения тренировки. При необходимости обращаться за помощью к инструктору в зале.
- 2.11. Работу в парах осуществлять только на мягком покрытии.
- 2.12. **Посещение тренировок по единоборствам может повлечь за собой получение повреждений и травм. Посетители зала бокса добровольно берут на себя ответственность за получение любого вида повреждений, от которых Вы можете пострадать физически или морально.**
- 2.13. **Администрация учреждения не несет ответственности за повреждения, которые могут быть получены посетителями зала бокса в процессе тренировок.**
- 2.14. При посещении тренажерного зала иметь чистую сменную обувь и специальную спортивную одежду, предназначенную для тренировки в спортивном зале.

- 2.15. После выполнения упражнения возвращать оборудование в специально отведенные для этого места, убирать за собой предметы личного пользования.
- 2.16. При выполнении упражнений со штангой, разборными гантелями использовать замки безопасности.
- 2.17. При работе с большими весами заручиться страховкой партнера или инструктора.
- 2.18. Во избежание получения травм соблюдать основные принципы построения тренировки. При необходимости обращаться за помощью к инструктору в зале.
- 2.19. Во время занятий соблюдать дисциплину и порядок.
- 2.20. Соблюдать правила личной гигиены, не использовать резкие парфюмерные запахи.
- 2.21. После окончания необходимо вернуть используемое во время тренировки оборудование в отведенные места.

ПОСЕТИТЕЛЯМ ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

- 3.1. Распитие пива и напитков, изготавливаемых на его основе, а также алкогольной и спиртосодержащей продукции либо потребление наркотических средств или психотропных веществ.
- 3.2. Входить в здание ФОЦ «Сокол» и находиться в нем в состоянии алкогольного или наркотического опьянения.
- 3.3. Приводить (проносить) на территорию ФОЦ «Сокол» животных.
- 3.4. Приносить с собой колюще-режущие предметы, огнестрельное и газовое оружие.
- 3.5. Курить, мусорить, пользоваться открытым огнем, применять взрывчатые и легковоспламеняющиеся вещества, в том числе пиротехнические изделия (фейерверками, бенгальским огнем, петардами, и т.п.)
- 3.6. Портить спортивный инвентарь, оборудование и имущество ФОЦ «Сокол» (сантехнику, двери, стены, мебель и др. оборудование, находящееся в помещениях ФОЦ «Сокол»).
- 3.7. Заниматься на неподготовленных для занятий местах и не пользоваться неисправным оборудованием или инвентарем.
- 3.8. Заниматься с жевательной резинкой во рту, бросать её в помещениях ФОЦ «Сокол».
- 3.9. Заниматься в зале бокса в отсутствии тренера или инструктора.
- 3.10. Запрещено заниматься в зале бокса с кольцами, серьгами, часами, цепью и другими украшениями. При нахождении в тренажерном зале с данными предметами посетитель несет ответственность за возможное получение травм, в том числе и другими посетителями.
- 3.11. Самостоятельно устранять поломки оборудования
- 3.12. Создавать конфликтные ситуации, выражаться нецензурной бранью, допускать оскорбительные выражения и хулиганские действия в адрес других лиц.
- 3.13. Употреблять пищу и напитки вне отведенных для этого мест.
- 3.14. Входить в служебные и технические помещения ФОЦ «Сокол».
- 3.15. Самостоятельно включать, выключать и регулировать любое инженерно-техническое оборудование ФОЦ «Сокол».

Персонал ФОЦ «Сокол» должен контролировать соблюдение посетителями настоящих Правил. При несоблюдении Правил, а также не этичном поведении по отношению к другим посетителям и сотрудникам ФОЦ «Сокол», администрация оставляет за собой право не допускать посетителя к посещению зала бокса или приостановить действие абонеента без возврата денежных средств.

При необходимости и для улучшения качества оказываемых услуг администрация ФОЦ «Сокол» оставляет за собой право изменять и дополнять настоящие Правила, изменять расписание работы тренажерного зала.

**Пользование абонементом или разовое посещение является свидетельством
безоговорочного принятия данных Правил.**