

## REGULAMIN SIŁOWNI W HALI SPORTOWEJ „ZBĄSZYNIANKA”

1. Siłownia jest przeznaczona do zajęć o charakterze treningu personalnego, korekcyjno – rehabilitacyjnego, siłowego, kulturowego itp.
2. Z siłowni mogą korzystać wyłącznie osoby pełnoletnie.
3. Warunkiem korzystania z siłowni jest zapoznanie się z Regulaminem ogólnym hali sportowej „Zbąszynianka” oraz poniższym Regulaminem, ich przestrzeganie, a także posiadanie aktualnego karnetu lub dowodu uiszczenia jednorazowej opłaty.
4. Przed przystąpieniem do ćwiczeń zaleca się konsultację lekarską.
5. Grupy szkolne i zorganizowane (do 15 osób) mogą przebywać na siłowni wyłącznie pod nadzorem opiekuna, instruktora (nauczyciela wychowania fizycznego), który jest odpowiedzialny za porządek i ćwiczenia w podległej mu grupie.
6. Osoby poniżej 18 roku mogą korzystać z siłowni wyłącznie pod opieką trenera personalnego lub instruktora sportu. Trener/instruktor powinien posiadać zezwolenie rodziców lub opiekuna prawnego na udział os. niepełnoletniej w takich zajęciach.
7. W ćwiczeniach pod opieką trenera personalnego lub instruktora sportu może brać udział wyłącznie jedna osoba. Dla większej liczby osób wymagane jest dokonanie rezerwacji dla wejścia grupowego.
8. Ćwiczący muszą mieć ze sobą ręcznik, strój sportowy i buty treningowe na zmianę.
9. Na terenie siłowni nie można rzucać sprzętem, krzyczeć, zachowywać się nieprzyzwoicie.
- 10. Zabrania się wykonywania ćwiczeń siedzących i leżących bez podłożonego ręcznika.**
11. Po zakończeniu ćwiczenia należy uporządkować po sobie sprzęt, z którego się korzystało.
12. Ćwiczenia z wolnymi ciężarami, z wykorzystaniem dużego obciążenia, mogą być wykonywane jedynie przy asekuracji minimum jednej osoby.
13. Siłownia może być otwarta w soboty i niedziele, jeżeli w hali sportowej odbywają się inne wydarzenia.
14. Administrator nie ponosi odpowiedzialności za pozostawione przedmioty, dokumenty i inne rzeczy stanowiące własność użytkowników.
15. Administrator obiektu nie ponosi odpowiedzialności za wypadki powstałe w trakcie korzystania z obiektu. Użytkownicy korzystają z siłowni na własną odpowiedzialność i odpowiadają materialnie za wyrządzone szkody w 100% wartości zniszczeń.
16. Korzystający z siłowni zobowiązani są powiadamiać obsługę obiektu o wszelkich uszkodzeniach urządzeń.
15. Korzystanie z obiektu jest równoznaczne z wyrażeniem zgody na przetwarzanie danych osobowych i wizerunku przez ZCSTiR w celach organizacyjnych i promocyjnych związanych z wykonywaniem obowiązków statutowych, zgodnie z obowiązującymi przepisami prawa.
16. W sprawach nie objętych niniejszym Regulaminem decyzje podejmuje Dyrektor ZCSTiR.

### **PAMIĘTAJ!**

- nie zaśmiecaj i nie niszczyć obiektu oraz sprzętu,
- respektuj i szanuj słabszych od siebie,
- doceniaj pracę, jaką wkłada administrator obiektu w jego utrzymanie.

**„Będziesz szanowany, jeśli będziesz szanował innych.”**