



REGULAMIN KORZYSTANIA Z SIŁOWNI Białolecki Ośrodek Sportu

Ilekróć w Regulaminie mowa jest o:

BOS – należy przez to rozumieć Białolecki Ośrodek Sportu z siedzibą przy ulicy Światowida 56 w Warszawie, jednostkę organizacyjną Miasta Stołecznego Warszawy, nie posiadającą osobowości prawnej, prowadzoną w formie jednostki budżetowej.

Dyrektorze BOS – należy przez to rozumieć Dyrektora Białoleckiego Ośrodka Sportu.

Kierownik Obiektu – należy przez to rozumieć Kierownika Zespołu Obiektów Światowida (ZOŚ)

Obiekt – należy przez to rozumieć wyodrębniony obiekt sportowo-rekreacyjny będący w zarządzaniu BOS.

Siłowni – należy przez to rozumieć pomieszczenie sportowo-rekreacyjne przy ul. Światowida 56 w Warszawie zarządzane przez BOS.

Organizatorze – należy przez to rozumieć: BOS lub inny podmiot organizujący świadczenie usług sportowo-rekreacyjnych dla osób indywidualnych lub grup zorganizowanych na terenie Siłowni na podstawie umowy zawartej z BOS.

Instruktorze/Trenerze/Prowadzącym zajęcia – należy przez to rozumieć o której mowa w art.41 ust.3 *Ustawy o sporcie*, zgodnie z którą trenerem lub instruktorem sportu w sportach, w których działają polskie związki sportowe, może być osoba, która:

- ukończyła 18 lat,
- posiada co najmniej wykształcenie średnie lub średnie branżowe,
- posiada wiedzę, doświadczenie i umiejętności niezbędne do wykonywania zadań trenera lub instruktora sportu,
- nie była skazana prawomocnym wyrokiem za umyślne przestępstwo, o którym mowa w art.46-50, lub określone w rozdziale XIX, XXIII, z wyjątkiem art.192 i art.193, rozdziale XXV i XXVI *Ustawy z dnia 6 czerwca 1997 r. – Kodeks karny*

Za zapewnienie prowadzenia zajęć przez osoby posiadające odpowiednie kwalifikacje odpowiada Organizator.

Regulaminie – należy przez to rozumieć Regulamin Korzystania z Siłowni Białoleckiego Ośrodka Sportu.

Użytkownik Siłowni - należy przez to rozumieć osobę, która wykupiła bilet, karnet lub może korzystać z zajęć na podstawie umowy abonamentowej.

Sprzęcie – należy przez to rozumieć urządzenia służące do ćwiczeń znajdujące się na terenie Siłowni, będące na wyposażeniu Siłowni Białoleckiego Ośrodka Sportu.

Ustawie o sporcie – należy przez to rozumieć ustawę o sporcie z dnia 25 czerwca 2010 r.

Umowie abonamentowej – należy przez to rozumieć umowę zawartą z podmiotem świadczącym na rzecz klientów usługi sportowo-rekreacyjne, z których mogą korzystać osoby fizyczne za okazaniem stosownego dokumentu określonego tą umową, zwanego dalej „Kartą”.

Część ogólna

1. Siłownia czynna jest codziennie: poniedziałek-piątek w godz.11:00-19:00, sobota-niedziela w godz.9:00-17:00. Dni i godziny, w których można korzystać z Siłowni podane są na tablicy ogłoszeń w holu głównym Obiektu oraz na stronie internetowej.
2. Czas działania Siłowni może ulec zmianie, z przyczyn organizacyjnych lub niezależnych od BOS (m.in. w okresie przerw technologicznych, dni ustawowo wolnych od pracy itp.). Zmiana czasu działania Siłowni jest ogłaszana na stronie internetowej BOS oraz w holu głównym Obiektu.
3. Przed przystąpieniem do zajęć na Siłowni należy zapoznać się z treścią niniejszego Regulaminu.
4. Zakup biletu, karnetu, korzystanie z zajęć na podstawie umowy abonamentowej jest równoznaczne z akceptacją warunków Regulaminu.

5. Wstęp na Siłownię odbywa się na podstawie transpondera Systemu Elektronicznej Obsługi Klienta, który uzyskuje się po wykupieniu usługi zgodnie z obowiązującym na Siłowni cennikiem. Transponder należy mieć przy sobie w widocznym miejscu. Za zgubienie lub zniszczenie transpondera pobierana jest dodatkowa opłata zgodnie z cennikiem.
6. Czas korzystania ze strefy płatnej mierzony jest od momentu przejścia przez bramki do czasu wrzucenia transpondera do stacji transponderowej.
7. Odzież wierzchnią oraz obuwie należy zostawić w szatni ogólnej.
8. Zajęcia na Siłowni mogą odbywać się wyłącznie pod opieką Instruktora lub Trenera.
9. Użytkownicy Siłowni zobowiązani są dla własnego bezpieczeństwa wykonać badania lekarskie, celem stwierdzenia braku przeciwwskazań do uczestniczenia w zajęciach o wzmożonym wysiłku fizycznym.

Zasady korzystania

1. Z siłowni nie mogą korzystać osoby, które nie ukończyły 16 lat. Osoby poniżej 18 roku życia mogą korzystać z siłowni za wiedzą i pisemną zgodą opiekuna (**zał. nr 1 do Regulaminu**).
2. Poza pracownikami BOS, Instruktorami i Trenerami w pomieszczeniach Siłowni mogą przebywać tylko osoby ćwiczące.
3. Wstęp na siłownię może być czasowo wstrzymany w przypadku osiągnięcia górnego limitu osób korzystających.
4. Na siłowni wymagany jest czysty strój sportowy oraz zamienne obuwie przeznaczone do ćwiczeń m.in. z miękką podeszwą, nie pozostawiającą zabrudzeń. Instruktor lub Trener ma prawo odmówić wstępu na siłownię osobom bez odpowiedniego stroju sportowego, a w szczególności obuwia.
5. Prowadząc trening siłowy i rekreacyjny należy:
 - a. przed rozpoczęciem ćwiczeń poinformować Instruktora o ewentualnych kontuzjach i przeciwwskazaniach do treningu oraz sprawdzić stan urządzeń – wszelkie usterki, uszkodzenia sprzętu i przyrządów należy niezwłocznie zgłosić Instruktorowi,
 - b. wykonywać ćwiczenia na przyrządach po wstępnym instruktażu przeprowadzonym przez Instruktora,
 - c. bezwzględnie przestrzegać poleceń instruktora oraz konsultować z nim wykonywane ćwiczenia,
 - d. korzystać ze sprzętu zgodnie z jego przeznaczeniem w sposób nie zagrażający życiu i zdrowiu innych korzystających,
 - e. wykonywać ćwiczenia tylko w miejscach do tego wyznaczonych, zabrania się wchodzenia na konstrukcje urządzeń i przyrządów w innych miejscach niż do tego celu przeznaczone,
 - f. po zakończeniu ćwiczeń odłożyć sprzęt we właściwe miejsce oraz dokonać dezynfekcji sprzętu, jak również przestrzegać zasad higieny osobistej (ręcznik kłaść na tapicerce urządzeń),
 - g. rozpoczynać zajęcia po przeprowadzeniu rozgrzewki zalecanej przez instruktora w celu uniknięcia kontuzji,
 - h. w przypadku złego samopoczucia lub urazu należy niezwłocznie przerwać ćwiczenia i powiadomić o tym Instruktora lub Trenera (punkt udzielania pomocy przed medycznej znajduje się na stanowisku ratowniczym na hali pływalni),

- i. przystępować do ćwiczeń ze spiętymi, długimi włosami oraz bez biżuterii i ozdób mogących spowodować uszkodzenia ciała lub sprzętu sportowego,
 - j. używać obciążeń adekwatnych do swoich możliwości (korzystający powinien ćwiczyć z takimi obciążeniami, nad którymi jest w stanie zapanować),
 - k. ćwiczenia z większym obciążeniem wykonywać jedynie przy asekuracji drugiej osoby,
 - l. odpoczynek pomiędzy ćwiczeniami robić w sposób, który umożliwi korzystanie z przyrządów innym użytkownikom Siłowni,
 - m. zachować szczególną ostrożność podczas pobytu na Siłowni w przypadku posiadania okularów korekcyjnych lub szkieł kontaktowych.
6. Na terenie Siłowni obowiązuje zakaz:
 - wnoszenia i spożywania jedzenia, napojów alkoholowych oraz innych używek,
 - wnoszenia i używania przedmiotów szklanych, niebezpiecznych i o ostrych krawędziach.
 7. Użytkowników Siłowni obowiązuje zakaz przebywania na terenie Siłowni pod wpływem alkoholu i środków odurzających.
 8. Instruktor lub Trener ma prawo wyprosić osoby łamiące postanowienia niniejszego Regulaminu oraz co do których może powziąć uzasadnione podejrzenie, że mogą naruszać niniejszy Regulamin lub przepisy prawa, nawet jeżeli korzystanie z Siłowni zostało przez te osoby opłacone.
 9. Za rzeczy pozostawione bez opieki na terenie Siłowni i szatni, BOS nie ponosi odpowiedzialności. Rzeczy wartościowe można pozostawić w depozycie. Klucze do szafek depozytowych znajdują się w szatni ogólnej BOS.
 10. Za zniszczenia lub uszkodzenia sprzętu spowodowane użyciem go przez użytkownika niezgodnie z instrukcją użytkowania, obowiązuje odpłatność odpowiadająca pełnej wysokości powstałej szkody. Za szkody wyrządzone przez osoby niepełnoletnie odpowiadają rodzice lub prawni opiekunowie.
 11. Zabrania się prowadzenia na terenie Siłowni - bez pisemnej zgody Dyrektora BOS - jakiegokolwiek działalności zarobkowej, a w szczególności handlowej, marketingowej i usługowej, w tym rozprowadzania ulotek, sprzedaży towarów, oferowania i wykonywania usług oraz prywatnych treningów personalnych za wynagrodzeniem.
 12. Wszelkie wnioski, uwagi i skargi należy zgłaszać Kierownikowi Obiektu.

Postanowienia końcowe:

1. BOS nie ponosi odpowiedzialności prawnej za kontuzje, wypadki i urazy osoby ćwiczącej niezgodnie z zasadami przyjętymi w niniejszym Regulaminie oraz instrukcjami wykonywania ćwiczeń przekazywanymi przez Instruktorów.
2. Organizowanie zawodów sportowych lub wykorzystywanie Siłowni do innych celów jest możliwe jedynie za pisemną zgodą Dyrektora BOS.
3. W sprawach nieuregulowanych niniejszym Regulaminem decyzje podejmuje Dyrektor BOS.
4. Regulamin wchodzi w życie z dniem 20.05.2020 r.

Dyrektor
Białołęckiego Ośrodka Sportu
Tomasz Kuczborski