



# Regulamin korzystania z obiektu /GYM & FITNESS POSiR/

1. Podmiotem prowadzącym jest Przemyski Ośrodek Sportu i Rekreacji, ul. Mickiewicza 30, 37-700 Przemyśl zwany dalej POSiR.
2. Korzystanie z siłowni jest możliwe jedynie w godzinach jej otwarcia: od poniedziałku do piątku od 9:00 do 22:00 oraz w sobotę 8:00 do 21:00.
3. Dopuszcza się zmianę godzin i dni otwarcia siłowni za zgodą Dyrektora POSiR.
4. Osoby korzystający z siłowni obowiązane są do zapoznania się z niniejszym regulaminem.
5. Podstawą do korzystania z siłowni jest zakup biletu jednorazowego wstępu lub karnetu lub posiadanie specjalnej karty jednego z partnerów siłowni.
6. Osoby korzystające z siłowni przyjmują do wiadomości, że wykonywanie ćwiczeń wiąże się z wysiłkiem fizycznym, który pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwość obrażeń ciała i urazów fizycznych, w tym śmierci.
7. Osoby korzystające z siłowni wykonują ćwiczenia na własną odpowiedzialność. Osoby z problemami zdrowotnymi przed przystąpieniem do ćwiczeń powinny skonsultować się z lekarzem.
8. W pomieszczeniach siłowni mogą przebywać tylko osoby ćwiczące.
9. Wejście na siłownię możliwe jest tylko w odpowiednim kompletnym stroju sportowym oraz czystym zmienionym obuwiu sportowym.
10. Obowiązkowo należy korzystać z ręcznika podczas ćwiczeń.
11. Obsługa siłowni ma prawo odmówić wstępu na siłownię osobom bez odpowiedniego stroju sportowego do ćwiczeń, a w szczególności obuwia.
12. Osoby poniżej 18 roku życia mogą korzystać z siłowni za wiedzą i pisemną zgodą opiekuna (na prośbę obsługi klient ma obowiązek okazać dokument potwierdzający tożsamość).
13. Na siłowni obowiązuje zakaz wstępu dzieciom poniżej 14 roku życia.
14. POSiR nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy pozostawione na terenie siłowni.
15. Wykonywanie ćwiczeń na przyrządach odbywa się po zapoznaniu się z instrukcją urządzenia.
16. Ćwiczący zobowiązani są wykonywać ćwiczenia bezpiecznie tzn. ćwiczyć z takimi obciążeniami, nad którymi są w stanie sami zapanować. Ćwiczenia z większym obciążeniem należy wykonywać przy asekuracji drugiej osoby lub instruktora.
17. Osoby korzystające z siłowni, które w czasie ćwiczeń lub pobytu na siłowni źle się poczują zobowiązane są natychmiast przerwać ćwiczenia i powiadomić obsługę siłowni.
18. Przed rozpoczęciem ćwiczeń konieczne jest wykonanie rozgrzewki w celu uniknięcia kontuzji.

19. Korzystanie ze sprzętu powinno odbywać się w sposób bezpieczny, tj. z zapewnieniem dbałości o bezpieczeństwo ludzi, poszanowania sprzętu i sali.
20. Przed ćwiczeniem należy sprawdzić stan urządzenia - wszelkie usterki, uszkodzenia sprzętu i przyrządów należy zgłaszać obsłudze.
21. Wszystkie urządzenia siłowni oraz sprzęt do ćwiczeń mogą być wykorzystywane tylko zgodnie z ich przeznaczeniem.
22. Podczas odpoczynku stanowisko do ćwiczeń winno być zwolnione.
23. Po zakończeniu ćwiczeń należy uporządkować sprzęt i stanowisko.
24. Szkolne grupy zorganizowane mogą korzystać z siłowni pod opieką nauczyciela z odpowiednimi uprawnieniami, instruktora lub trenera po wcześniejszej rezerwacji.
25. Obsługa ma prawo wyprosić osoby łamiące postanowienia niniejszego regulaminu nawet jeżeli korzystanie z siłowni zostało przez te osoby opłacone i niewykorzystane.
26. Osoby ćwiczące ponoszą odpowiedzialność finansową za wszelkie wyrządzone przez siebie zniszczenia/szkody na terenie siłowni.
27. Za szkody wyrządzone przez osoby niepełnoletnie odpowiada opiekun grupy lub rodzice.
28. POSiR nie ponosi odpowiedzialności za kontuzje i urazy powstałe w wyniku korzystania z urządzeń siłowni oraz nieprzestrzegania regulaminu i zasad bezpieczeństwa.
29. Organizowanie zawodów sportowych czy wykorzystanie siłowni do innych celów jest możliwe jedynie za pisemną zgodą Dyrektora POSiR.
30. Imprezy, zawody i turnieje na siłowni odbywają się w oparciu o odrębne regulaminy.
31. Zakup biletu / karnetu jest równoznaczny z akceptacją regulaminu.
32. Teren obiektu jest monitorowany w sposób ciągły, a nagrania z kamer mogą być podstawą do pociągnięcia do odpowiedzialności korzystającego oraz innych osób, którzy niestosują się do regulaminu obiektu bądź niszczą mienie POSiR. Zapis z monitoringu jest przetrzymywany nie dłużej niż 30dni. Administratorem danych zapisanych z monitoringu jest POSiR.
33. Wszystkie skargi i wnioski należy składać do Dyrektora POSiR.

Dyrektor POSiR