

Regulamin korzystania z Siłowni mieszczącej się w Hali Widowiskowo-Sportowej OSiR

1. Wstęp do siłowni dozwolony jest jedynie w godzinach jej otwarcia
2. Z siłowni mogą korzystać tylko osoby posiadające ważny karnet.
3. Osoba chcąc korzystać z siłowni powinna zasięgnąć opinii lekarza odnośnie swojego stanu zdrowia oraz braku przeciwwskazań do ćwiczeń siłowych.
4. Osoby korzystające z siłowni zobowiązane są do przestrzegania regulaminu siłowni, pozostałych regulaminów oraz przepisów BHP obowiązujących na terenie OSiRu, a także do kulturalnego zachowania się.
5. Fakt zapoznania się z regulaminem oraz brakiem przeciwwskazań zdrowotnych ćwiczący potwierdza poprzez złożenie stosownego oświadczenia.
6. Za szkody zdrowotne wynikające z nieumiejętnego stosowania przyrządów właściciel ani personel siłowni nie ponoszą żadnej odpowiedzialności.
7. Ze względu na zwiększoną liczbę ćwiczących w godzinach wieczornych (17.00-19.00) zaleca się wcześniejsze ustalenie terminu ćwiczeń, dotyczy to w szczególności osób po raz pierwszy korzystających z siłowni.
8. Ćwiczący są zobowiązani do posiadania czystego stroju sportowego oraz obowiązkowo ręcznika.
9. W siłowni bezwzględnie obowiązuje sportowe obuwanie zamienne z czystą podeszwą.
10. Wykonywanie ćwiczeń na przyrządach odbywa się po wstępnym instruktażu.
11. Rozpoczęcie ćwiczeń i ich zakończenie należy zgłosić instruktorowi.
12. Ćwiczący zobligowani są do bezwarunkowego podporządkowania się poleceniom instruktora.
13. Podczas zmiany obciążenia na sztandze spoczywającej na stojakach, gryf sztangi musi być podtrzymywany przez drugą osobę.
14. Przed przystąpieniem do ćwiczeń ze sztangą lub sztangielkami należy upewnić się czy zaciski są dokręcone.
15. W siłowni nie można biegać, ani rzucać przyrządami.
16. Korzystanie z przyrządów i urządzeń w sposób niezgodny z przeznaczeniem lub uszkodzonych jest niedozwolone.
17. W przypadku stwierdzenia usterek lub braków należy natychmiast o powyższym fakcie powiadomić instruktora.
18. Po zakończeniu ćwiczeń należy wszystkie przybory i obciążenia odłożyć na miejsce.
19. Osoby nietrzeźwe, nie posiadające ważnego karnetu lub stwarzające zagrożenie dla pozostałych osób korzystających z siłowni mają zakaz wstępu na teren obiektów OSiR.
20. Zabrania się wnoszenia i spożywania na terenie siłowni oraz w jej otoczeniu napojów alkoholowych, a także innych używek.
21. Osoby, które nie ukończyły 18 roku życia muszą posiadać zgodę na korzystanie z siłowni od prawnego opiekuna.
22. Osoby nieletnie ćwiczyć mogą tylko pod nadzorem pełnoletniego opiekuna.
23. Ze względów higieniczno-sanitarnych niedopuszczalne jest pozostawienie w szatni rzeczy osobistych, ręczników oraz butów na czas dłuższy niż ćwiczenia. Przedmioty pozostawione na terenie OSiR- u po upływie doby będą niszczone lub przekazywane do biura rzeczy znalezionych.
24. OSiR w Staszowie nie zwraca pieniędzy za karnety wykupione i niewykorzystanie przez ćwiczącego w oznaczonym czasie.
25. Karnety wystawione są imiennie i korzystać z nich mogą tylko osoby, dla których są wypisywane.
26. OSiR w Staszowie może odmówić wystawienia karnetu bez podania przyczyny.
27. OSiR w Staszowie nie ponosi odpowiedzialności za pozostawione na jego terenie przedmioty wartościowe (np. biżuteria, telefony komórkowe, pieniądze).