Правила посещения тренажерного зала СПА-комплекса.

Помимо общих правил посещения СПА-комплекса посетитель обязан соблюдать Правила посещения тренажерного зала «Гранд Петергоф СПА отеля» (далее - Правила тренажерного зала).

1.1 Настоящие Правила тренажерного зала являются обязательными для соблюдения всеми Посетителями при посещение тренажерного зала.

1.2 Стоимость посещения тренажерного зала включена в стоимость разового визита (посещения) СПА-комплекса или абонемента согласно действующему Прейскуранту СПА-комплекса, утвержденному ООО «Гранд Петергоф Коркули».

1.3 Услуги тренажерного зала оказываются Посетителям согласно настоящим Правилам, если иное отдельно не определено Сторонами и/или законодательством РФ.

1.4 Посещение тренажерного зала несовершеннолетними лицами с 16ти лет допускается только в сопровождении совершеннолетних лиц (далее по тексту – «Сопровождающее лицо»). Ответственность за безопасность и сохранность здоровья и жизни несовершеннолетних лиц при посещении тренажерного зала несут исключительно Сопровождающие лица.

1.5 Не допускается посещение тренажерного зала несовершеннолетними лицами младше 16ти лет .

1.6 Форма одежды для посещения тренажерного зала:

– В верхней одежде и уличной обуви находиться в помещениях тренажерного зала строго запрещено.

– Для тренировок в тренажерном зале необходимо иметь спортивную одежду.

– Запрещается нахождение в тренажерном зале с голым торсом или в купальном костюме.

– Также необходимо иметь предназначенную обувь (сменную обувь) для занятий в тренажерном зале. В целях вашей безопасности запрещается тренироваться без спортивной обуви. Не разрешается нахождение в тренажерном зале в обуви, которая может нанести вред имуществу тренажерного зала.

17 Посетитель обязан внимательно относиться к состоянию своего здоровья и незамедлительно уведомить персонал СПА-комплекса о любых случаях ухудшения самочувствия, случившегося во время пребывания посетителя в тренажерном зале. Посетитель несет персональную ответственность за состояние своего здоровья. Перед началом занятий посетителям рекомендуется самостоятельно проконсультироваться у терапевта и/или иного врача о состоянии своего здоровья и выяснить возможные ограничения и/или рекомендации для занятий спортом.

a.Запрещено посещение тренажерного зала лицам, проявляющим неадекватное поведение, а также лицам, находящимся в состоянии алкогольного, либо наркотического опьянения.

b. СПА-комплекс не несет ответственность за состояние здоровья и возможный травматизм посетителей в следующих случаях:

– При нарушении Посетителем настоящих Правил.

– В случаях, если Посетитель не использовал ознакомительные инструкции.

– Если посетитель нарушает рекомендации врачебного заключения.

– За травмы, полученные посетителем вне территории тренажерного зала.

– За травмы, полученные от противоправных действий третьих лиц.

– За травмы, полученные по вине самого Посетителя на территории тренажерного зала.

c.Правила посещения тренажерного зала.

– Перед началом занятий на тренажерах Посетитель обязан ознакомиться и строго следовать инструкции каждого тренажера. СПА-комплекс не несет ответственность, если причиной нанесения вреда здоровья стало использование Посетителем тренажеров с нарушением инструкций.

– Рекомендуется использовать оборудование, выбирать интенсивность и продолжительность тренировок в соответствии с уровнем подготовленности Посетителя.

– В целях соблюдения личной гигиены, убедительная просьба использовать полотенца при занятиях на тренажерах, а также дезинфицирующие одноразовые салфетки.

– После окончания упражнения необходимо самостоятельно вернуть спортивный инвентарь (штанги, гантели, блины и другое незакрепленное оборудование и снаряжение) в специально отведенные для этого места.

– Для обеспечения Вашей безопасности упражнения с максимальными весами в тренажерном зале рекомендуются выполнять с помощью партнера.

– Во избежание травматизма при выполнении упражнений с разборной штангой, необходимо равномерно снимать и надевать блины с обоих концов грифа штанги, для исключения случаев ее опрокидывания, а также надежно закреплять блины замками. Упражнения также необходимо выполнять под присмотром партнера.

– При работе на блочных тренажерах фиксаторы весов, сидений и валиков необходимо вставлять до упора, проверив надежность фиксации.