

Provozní řád posilovny

Pravidla pro uživatele

1. Každý návštěvník posilovny souhlasí s tímto provozním řádem, bere jej na vědomí a zavazuje se jím řídit. V opačném případě je si vědom tohoto přestupku a všech právních a finančních dopadů svého počínání a může být ze zařízení vykázán. Návštěvníkem se rozumí osoba, která vstoupila do zařízení a které byl povolen vstup ředitelem školy nebo správcem tělocvičny.
2. V celém zařízení je zakázáno kouřit a vstupovat s otevřeným ohněm, poškozovat nebo jakýmkoli způsobem znečišťovat majetek.
V případě, že dojde k poškození či znečištění majetku a bude zjištěn viník, bude tento vykázán z objektu a bude na něm provozovatelem vymáhána vzniklá škoda.
Viník se zavazuje tuto škodu uhradit.
3. Do posilovny smí vstoupit osoby mladší 18-ti let pouze v doprovodu učitele, trenéra nebo spolucvičence staršího 18-ti let, maximálně osm cvičících.
4. Návštěvník je povinen se v zařízení pohybovat a chovat tak, aby svým jednáním nerušil ostatní návštěvníky, nezpůsobil jim újmu na zdraví, neznečišťoval a nepoškozoval vybavení, zařízení či budovu.
5. Do prostoru posilovny smí návštěvník vstoupit pouze ve **sportovním oděvu**, v **čisté sportovní obuvi** a vždy s **ručníkem** - ten používá jako hygienickou podložku mezi lavičku či opěrky a potíci se části těla. Zde se pak věnuje cvičení a neruší ostatní cvičence (smíchem, hlasitým mluvením či jinými zvuky). Při cvičení používá přiměřenou zátěž, pokud si není jist svým výkonem, požádá o pomoc spolucvičence. Neví-li si rady s provedením cviků, obsluhou strojů, sestavením tréninku apod., informuje se u trenéra, učitele nebo správce tělocvičny. Jednotlivé cviky provádí dle návodů a doporučení a cvičí v souladu se zachováním pravidel zdraví a bezpečnosti své i ostatních návštěvníků.
6. Před cvičením na strojích a lavičkách je třeba tyto nastavit dle rozměrů cvičence a požadovaného cviku.
To se provádí polohováním sedaček, opěrek, závlaček atd. Použité cvičební nářadí vrací cvičenec vždy **na své místo**, uloží činky a kotouče na své místo a cvičební místo zanechá v původní čistotě.
7. Pokud cvičenci během cvičení konzumují nápoje, odkládají plastové, uzavíratelné láhve na určená místa. V prostoru posilovny je zakázána konzumace jídel (včetně žvýkaček).
8. Pro návštěvníky je vyčleněna pouze šatna č.4, za uložené věci v šatně se neručí.
9. Návštěvníci se při jakémkoli problému, nefunkčnosti zařízení či nespokojenosti, neprodleně obracejí na svého učitele, trenéra nebo přímo na správce tělocvičny.
10. Poplatky za užívání posilovny vybírá od uživatelů správce tělocvičny, výši poplatků navrhuje správce tělocvičny, projednává a schvaluje Rada obce Střelice.