# ИНСТРУКЦИЯ № 16

# Правила пользования бассейном,

# спортивными залами и сооружениями.

### ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ.

* 1. ООО «СОК «Атлант» оказывает платные услуги по физкультурно-оздоровительному обслуживанию населения ежедневно с 7.00 до 23.00 согласно расписанию занятий. Перечень услуг и цены на них приведены в прейскуранте. Услуги предоставляются после 100% предоплаты. Льготы по оплате имеют школьники, студенты и пенсионеры (женщины 55 лет, мужчины 60 лет, инвалиды I и II группы) по справке из школы, студенческому билету дневной формы обучения, удостоверению.
  2. Физические лица оплачивают услуги через дежурного администратора в кассу ООО «СОК «Атлант»; юридические лица оплачивают услуги по безналичному расчету на расчетный счет ООО «СОК «Атлант» или непосредственно в кассу спорткомплекса по выставленному бухгалтерией счету.
  3. Правила предусматривают требования к посетителям, арендаторам, подрядным организациям и персоналу ООО «СОК «Атлант» во время физкультурно-оздоровительного обслуживания.
  4. Посетители обязаны самостоятельно познакомиться с правилами пользования бассейнами, спортивными залами, сооружениями, прейскурантом, расписанием занятий и планом эвакуации людей на случай пожара. Выписки из правил расположены на информационных стендах, отдельные требования по бассейну напечатаны в пропуске (абонементе). Полный текст инструкции № 16, прейскурант, расписание занятий находится на сайте ООО «СОК «Атлант», у администратора и на посту охраны. Информацию об оказываемых услугах можно получить по телефону 31-10-65 у администратора.
  5. Для профилактики распространения заболеваний в здании спорткомплекса установлена санитарная зона (обозначена плакатом).
  6. Запись детей в группы для проведения занятий проводиться по заявлению от родителей (форма заявления приложение №1) после ознакомления их с опасностями и рисками во время проведения занятий и предоставления справки от врача об отсутствии противопоказаний для проведения занятий по состоянию здоровья ребенка.
  7. Посетители обязаны приходить на занятия, тренировки, другие процедуры и находиться в спорткомплексе только в дни и часы, указанные в пропуске (абонементе), документах об оплате.
  8. При входе в спорткомплекс посетители обязаны сдать верхнюю одежду в гардероб, сменить обувь; вход в санитарную зону, помещения бассейна разрешается только в сменной обуви, если нет сменной обуви, то разрешается вход в бахилах только в спортивные залы.
  9. Ценные вещи и документы на хранение в гардероб не принимаются, администрация за них ответственности не несет.
  10. Выдача одежды из гардероба при утере жетона производится с разрешения старшего администратора по письменному заявлению посетителя.
  11. В случае отмены занятий по техническим причинам, администрация по согласованию с клиентом предоставляет право посетить их в другой день, а пропущенные по вине посетителя занятия не переносятся, их стоимость не возвращается.
  12. Администрация имеет право заменять заявленного в расписании тренера, вносить изменения в расписание групповых занятий.
  13. Отмененные по вине администрации занятия переносится на другие дни, и оказываются со стороны администрации безвозмездно.
  14. Посетитель имеет право:

1. В любое время отказаться от дальнейшего использования абонемента или оплаченной услуги, уведомив об этом письменно ООО «СОК «Атлант» не менее чем за 1 сутки до следующего посещения;
2. Передать с согласия старшего администратора абонемент для дальнейшего использования другому лицу, при наличии у него медицинской справки и документа с фотографией.
3. При отказе в установленные сроки от дальнейшего использования абонемента Посетителю возвращается стоимость абонемента в следующем размере:

* стоимость свободного абонемента - пропорционально оставшемуся времени до окончания действия абонемента;
* при фиксированном абонементе (определенные дни и часы) - стоимость всех занятий с момента написания заявления о возврате денег.

Возврат 100 % стоимости абонемента производится в том случае, если не наступил период его действия.

1. Стоимость пропущенных по уважительной причине (болезнь) занятий в детских группах малого и большого бассейнов при сохранении места в группе учитывается при оплате занятий следующего месяца в размере 50% при предъявлении медицинской справки, заверенной личной печатью врача и отметки тренера о пропущенных занятиях.
   1. В спорткомплексе и на его территории запрещается: совершать противоправные действия, курить, распивать спиртные напитки, нецензурно выражаться, входить в помещения с животными; находиться в помещениях в состоянии алкогольного, наркотического опьянения, а также более времени указанном в абонементе (документе об оплате), парковать личные и служебные автомобили на подъездах к пожарным гидрантам.
   2. Нарушения требований Правил влечет за собой материальную, административную и дисциплинарную ответственность.
   3. Имеющиеся замечания и предложения по работе бассейна, спортивных залов принимаются дежурным администратором (книга отзывов и предложений) или записываются в журнал контроля состояния охраны труда (находится на посту охраны).

### ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ.

* 1. Тренер обязан присутствовать в спортивной форме при проходе группы через контроль и быть впереди группы, провести построение группы, записать присутствующих в журнал учета посещаемости, провести краткий инструктаж об опасностях, рисках во время занятий и действиях в экстремальных ситуациях.
  2. Значимые опасности и риски для посетителей и клиентов спорткомплекса:
* травма, полученная из-за неприменения средств индивидуальной защиты, неправильного выполнения упражнений, от движущихся частей спортивного инвентаря и транспортных средств, при падении, а также при массовых беспорядках, террористических актах, панике;
* поражение электрическим током при выходе из строя заземления токоведущих частей электрооборудования, пробое и неисправности изоляции;
* утопление;
* отравление продуктами горения во время пожара, реагентами применяемыми для обеззараживания воды в бассейне;
* термические ожоги, полученные при неправильном пользовании баней-сауной, электронагревательными приборами или во время пожара.
  1. Учитывая опасности и риски, каждый посетитель спорткомплекса обязан:
* соблюдать чистоту в помещениях, на территории спорткомплекса и требования инструкций по охране труда во время занятий;
* принимать участие во время занятий в проводимых администрацией тренировках по действиям в экстремальных ситуациях;
* подчиняться указаниям и требованиям старшего администратора, охранника, тренера, инструктора тренажерного зала, а посетители бассейна дополнительно дежурного по залу бассейна, инструктора и медперсонала;
* при обнаружении оставленных подозрительных сумок, посторонних предметов (похожих на взрывные устройства) сообщить об этом администратору, тренеру, сотруднику охраны.
* в случае угрозы террористического акта выполнять требования террористов.
* при пожаре без паники под руководством тренера (или другого работника спорткомплекса) как можно скорее покинуть помещения спорткомплекса.
* при любом недомогании, ухудшении состояния здоровья, травме или несчастном случае немедленно обратиться к администратору, тренеру, инструктору, медицинской сестре.
* при нарушении требований общественного порядка или уголовно наказуемых действий со стороны отдельных граждан, в конфликты с ними не вступать, обратиться к сотруднику охраны.
  1. Для безопасного проведения тренировочных занятий тренер должен проверить:
* наличие и исправность спортивной одежды у клиентов, отсутствие колющих и режущих предметов, средств самообороны;
* исправность противопожарного и спортивного инвентаря, микроклимат, освещенность в местах выполнения упражнений;
* состояние предохранительных приспособлений.
  1. Обо всех обнаруженных отклонениях микроклимата, неисправностях спортивного инвентаря, электропроводки и других неполадках сообщить старшему администратору и приступить к проведению занятий только после их устранения.
  2. Посетители, не имеющие документов об оплате, спортивной одежды и обуви к занятиям не допускаются.

### ТРЕБОВАНИЯ К ЗАНЯТИЯМ В БАССЕЙНЕ

* 1. Посетители не умеющие плавать до занятий не допускаются.
  2. Для занятий в бассейне необходимо: предъявить администратору документ с фотографией, удостоверяющий личность; справку о состоянии здоровья и отсутствии противопоказаний к посещению бассейна из медицинского учреждения (взрослым - от участкового терапевта, детям до 12 лет от педиатра с дополнительным обследованием на энтеробиоз). Срок действия справки: 3 месяца с момента выдачи для детей и 12 месяцев с момента выдачи для взрослых.
  3. Дети до 12 лет допускаются в бассейны только в сопровождении родителей, тренера или инструктора.
  4. Приходить на занятия в бассейн нужно за 15 минут, а по свободному абонементу за 20 минут до начала сеанса предварительно зарегистрироваться у дежурного администратора. Продолжительность сеанса 45 минут. Перед входом в бассейн сдать пропуск (абонемент) дежурному по залу бассейна, снять серьги, цепочки, браслеты и другие украшения во избежание утери или получения травмы во время занятий и убрать их в индивидуальный сейф у дежурного по залу бассейна; получить ключ от шкафа для одежды и следовать в раздевалку.
  5. Дети в возрасте от 5 лет раздеваются согласно полу ребенка соответственно в мужской и женской раздевалке.
  6. Посещение раздевалки и душевых родителями (или сопровождающими лицами) с детьми другого от них пола старше 5 лет запрещается.
  7. В раздевалке бассейна полностью снять всю одежду, нательное белье и принять душ с мылом и мочалкой, смыть косметику; надеть купальный костюм общепринятого образца, резиновую или тканевую шапочку для плавания, закрыть на замок шкафчик для хранения одежды, ключ повесить на стенд расположенный у дежурного инструктора.
  8. Запрещается приносить шампунь в стеклянных бутылках, разливать моющие средства на полу.
  9. Нахождение в специализированной зоне бассейна:
* допустимо только в купальных костюмах общепринятого образца (купальник, плавки), плавательной шапочке;
* недопустимо в халате, полотенце, платке.
  1. Занятия на воде разрешаются только после того, как предыдущая группа полностью вышла из воды. Смена групп в бассейне производится в присутствии тренера.
  2. Входить в ванну бассейна только с разрешения инструктора.
  3. Через 5 минут после начала занятий опоздавшие клиенты на сеанс не допускаются.
  4. Посетители обязаны соблюдать правила безопасности на воде.
  5. Посетителям запрещается:
* плавать поперек бассейна, без резиновой шапочки, в шортах, в ластах и маске;
* устраивать игры на воде и бортиках, прыгать с тумбочек, создавать ситуации опасные для окружающих;
* вносить в помещение бассейна пакеты и сумки с предметами личной гигиены.
  1. По сигналу инструктора-спасателя об окончании занятий немедленно выйти из ванны бассейна и следовать в раздевалку.
  2. Через 20 минут по окончании сеанса выйти из раздевалки бассейна, сдать ключ дежурному по залу бассейна и получить пропуск (абонемент).
  3. При нарушении Правил пользования плавательным бассейном, Посетитель отстраняется от занятий в бассейне без возмещения стоимости занятия.

### ТРЕБОВАНИЯ К ЗАНЯТИЯМ В СПОРТИВНОМ,

### ТРЕНАЖЕРНОМ и ЗАЛЕ БОРЬБЫ.

* 1. Спортивная одежда, обувь у посетителей должна быть исправной, чистой и опрятной, а на занятиях разрешается использовать только исправное спортивное оборудование, инвентарь и средства защиты.
  2. Посетители обязаны выполнять указания тренера, рекомендованные программы тренировок, соблюдать дисциплину и не допускать физических перегрузок, нарушений правил пользования тренажерами.
  3. Перед занятиями на тренажерах желательно пройти обследование у врача, чтобы на этой основе планировать (выбирать) свои тренировочные программы.
  4. К занятиям в тренажерном зале допускаются дети в возрасте от 14 лет.
  5. Тренировки в зале борьбы разрешаются только под непосредственным наблюдением и руководством тренера.
  6. После окончания занятий проверить, не оставлены ли в месте проведения занятий, в раздевалке личные вещи.

### ТРЕБОВАНИЯ ПРИ ПОСЕЩЕНИИ БАНИ-САУНЫ.

5.1. Отдать администратору сауны документ об оплате.

5.2. Принять от администратора готовность сауны к тепловым процедурам.

5.3. Познакомиться с расположением помещений, оборудования, средствами защиты.

5.4. Посетителям запрещается:

* производить самостоятельно регулировку температуры нагрева электрической печи, включать фильтр для очистки воды в бассейне;
* садиться на горячий полок без подкладки;
* класть на электропечь полотенца, одежду;
* при включенной электрической печи лить воду на камни;
* стоять напротив каменки при поддаче пара;
* пользоваться пиротехническими изделиями.

5.5. После окончания сеанса тепловых процедур собрать свои вещи и сдать администратору сауны помещение бани.

Приложение № 1

**Директору**

**ООО « СОК Атлант» Щипакину М.И.**

от\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**ЗАЯВЛЕНИЕ**

**Прошу принять моего ребёнка в отделение**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ с « \_\_\_ » \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 201\_\_\_года.

Ф.И.О. (полностью)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Дата и место рождения \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Домашний адрес\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Дом. телефон \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Учреждение (дошкольное, общеобразовательное) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Сведения о родителях (законных представителях):**

**МАТЬ**

Ф.И.О. (полностью)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Место работы \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Телефон (служебный, мобильный)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**ОТЕЦ**

Ф.И.О. (полностью)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Место работы \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Телефон (служебный, мобильный)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

* С правилами оплаты услуг и пользования бассейном, спортивными залами и сооружениями ознакомлены.
* С программой занятий, опасностями и рисками, а также возможностью получения травмы ребенком во время занятий ознакомлены.
* Обязуемся содействовать в соблюдении ребенком требований тренера и инструкций по охране труда, пожарной безопасности, гигиены.
* Подтверждаем, что по состоянию здоровья (физическому, духовному и социальному) наш ребенок может посещать занятия.

**К заявлению прилагается:** медицинская справка (для посещения бассейна детям до 12 лет требуется справка от педиатра с дополнительным обследованием на энтеробиоз, срок действия справки 3 месяца).

**Согласие родителей (законных представителей) на обработку**

**персональных данных.**

В соответствии с Федеральным законом от 27.07.2006 г. № 152-ФЗ «О персональных данных» согласен(а) на обработку персональных сведений о моём ребёнке (Ф.И.О.; данные документа, удостоверяющего личность; дата рождения; номер телефона (домашний, сотовый, рабочий); регистрация и место жительства) и любой иной информации, доступной или известной оператору, в том числе полученной как от заявителя, так и от третьих лиц.

Дата: \_\_\_\_\_\_\_\_ 201\_\_ г. Подпись: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ (\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_)