

**REGULAMIN
KORZYSTANIA Z SIŁOWNI I SALI AEROBOWEJ
ZNAJDUJĄCYCH SIĘ W PAWILONIE SPORTOWO-REKREACYJNYM
NA STADIONIE MIEJSKIM W PRZASNYSZU**

1. Siłownia i sala aerobowa znajdują się w Pawilonie Sportowo – Rekreacyjnym i administrowane są przez Ośrodek Sportu i Rekreacji w Przasnyszu.
2. Siłownia i sala aerobowa otwarte są w godzinach: poniedziałek – piątek 7³⁰ – 10³⁰; 15⁰⁰ – 20⁰⁰.
3. Warunkiem korzystania z siłowni jest zapoznanie się z poniższym regulaminem i jego przestrzeganie oraz posiadanie aktualnego karnetu lub dowodu uiszczenia jednorazowej opłaty oraz podpisanie oświadczenia o stanie zdrowia.
4. Po przyjściu należy zgłosić się do instruktora i pozostawić tam karnet na czas ćwiczeń, lub wykupić jednorazowe wejście.
5. Każda osoba korzystająca z siłowni i sali aerobowej otrzyma na czas zajęć kluczyk do szafki w szatni. W przypadku kiedy wszystkie szafki są zajęte należy skorzystać z wieszaków, a cenne przedmioty pozostawić u instruktora.
6. Niedopuszczalne jest zabieranie kluczyków do domu lub pozostawianie rzeczy w szafkach na czas dłuższy niż korzystanie w danym dniu z szatni.
7. Ze względów higienicznych nie dopuszczalne jest pozostawianie w szatni rzeczy osobistych, rękawiczek oraz butów na czas dłuższy niż ćwiczenia.
8. Karnety wystawiane są imiennie i tylko na jedną osobę, nie ma możliwości ich odstępowania innym osobom. W przypadku stwierdzenia, że użytkownikiem karnetu nie jest osoba, na którą został on wystawiony OSiR zastrzega sobie prawo do jego anulowania.
9. Karnet wystawiony na dany miesiąc, lub w odpowiednich ramach czasowych (od-do) musi być wykorzystany w danym miesiącu, lub w określonych ramach czasowych i nie ma możliwości jego bezpłatnego przedłużenia (niezależnie od zdarzeń losowych czy sytuacji osobistej klienta).
10. Osoba chcąc skorzystać z siłowni i sali aerobowej powinna zasięgnąć opinii lekarza odnośnie swojego stanu zdrowia.
11. Zabrania się uczestnictwa w ćwiczeniach po spożyciu jakiegokolwiek dawki alkoholu lub innych środków odurzających oraz w przypadku złego samopoczucia.
12. Osoby korzystające z siłowni i sali aerobowej zobowiązane są do przynoszenia ze sobą ręcznika (w celu położenia go na tapicerce urządzenia do ćwiczeń).
13. W siłowni i sali aerobowej bezwzględnie obowiązuje obuwie sportowe zamienne – z czystą podeszwą, inne od tego, w którym się przyszło .

14. Każda osoba korzystająca ze sprzętu na siłowni, a w szczególności z wolnych ciężarów, hantli, sztang, talerzy sprzęta po sobie i odnosi na właściwe miejsce używane podczas ćwiczeń przedmioty.
15. Na siłowni nie rzuca się sztangami, hantlami i talerzami.
16. Nie wolno kłaść hantli i sztang na tapicerce. Miejsce ich jest na podłodze lub specjalnych uchwytach.
17. Nie wolno wносить do siłowni szklanych i otwartych naczyń.
18. OSiR nie odpowiada za brak miejsca na urządzeniach siłowych spowodowany nadmierną ilością ćwiczących osób.
19. W przypadku złamania lub zgubienia klucza do szafki należy uiścić opłatę w wysokości 10 złotych.
20. W przypadku niestosowania się do postanowień niniejszego regulaminu karnet na siłownię może zostać unieważniony.