



**REGULAMIN KORZYSTANIA Z SIŁOWNI W HALI SPORTOWO-WIDOWISKOWEJ
przy Centrum Edukacji Zawodowej i Ustawicznej „Kopernik” w Wyszowie,
ul. Świętojańska 82, 07-200 Wyszów**

1. Siłownia czynna jest codziennie: poniedziałek – piątek w godz. 9.00–20.00, sobota w godz. 10.00-18.00
2. Dopuszcza się zmianę godzin i dni otwarcia siłowni.
3. Korzystanie z siłowni jest możliwe po zapoznaniu się z regulaminem i pod nadzorem Instruktora.
4. Osoby korzystające z siłowni oświadczają, że nie mają przeciw wskazań zdrowotnych do wykonywania ćwiczeń fizycznych i wykonują je na własną odpowiedzialność.
5. W pomieszczeniach siłowni przebywają tylko osoby ćwiczące.
6. Wejście na siłownię możliwe jest tylko w odpowiednim kompletnym stroju sportowym oraz czystym zmienionym obuwiu sportowym.
7. Obowiązkowo należy korzystać z ręcznika podczas ćwiczeń.
8. Obsługa siłowni ma prawo odmówić wstępu na siłownię osobom bez odpowiedniego stroju sportowego do ćwiczeń, a zwłaszcza obuwia.
9. Osoby poniżej 18 roku życia mogą korzystać z siłowni za wiedzą i pisemną zgodą opiekuna (na prośbę obsługi klient ma obowiązek okazać dokument potwierdzający tożsamość).
10. Na siłowni obowiązuje zakaz wstępu dzieciom poniżej 14 roku życia.
11. CEZiu nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy pozostawione.
12. Wykonywanie ćwiczeń na przyrządach odbywa się po zapoznaniu się z instrukcją urządzenia.
13. Ćwiczący zobowiązani są wykonywać ćwiczenia bezpiecznie tzn. ćwiczyć z takimi obciążeniami, nad którymi są w stanie sami zapanować. Ćwiczenia z większym obciążeniem należy wykonywać przy asekuracji drugiej osoby lub instruktora.
14. Osoby korzystające z siłowni, które w czasie ćwiczeń lub pobytu na siłowni źle się poczują zobowiązane są natychmiast przerwać ćwiczenia i powiadomić obsługę siłowni.
15. Przed rozpoczęciem ćwiczeń konieczne jest wykonanie rozgrzewki w celu uniknięcia kontuzji.



CEZiu Kopernik

Centrum Edukacji Zawodowej
i Ustawicznej „Kopernik”
w Wyszkanie



16. Korzystanie ze sprzętu powinno odbywać się zgodnie z zaleceniami instruktora w sposób bezpieczny, tj. z zapewnieniem dbałości o bezpieczeństwo ludzi, poszanowania sprzętu i sali.
15. Przed ćwiczeniem należy sprawdzić stan urządzenia - wszelkie usterki, uszkodzenia sprzętu i przyrządów należy zgłaszać instruktorowi.
16. Zabrania się wykonywania ćwiczeń na przyrządach uszkodzonych lub niesprawnych.
17. Wszystkie urządzenia siłowni oraz sprzęt do ćwiczeń mogą być wykorzystywane tylko zgodnie z ich przeznaczeniem.
18. Niewskazane jest zajmowanie stanowisk do ćwiczeń podczas odpoczynku.
19. Po zakończeniu ćwiczeń należy uporządkować sprzęt i stanowisko w sposób zalecony przez instruktora.
20. Szkolne grupy zorganizowane mogą korzystać z siłowni pod opieką nauczyciela z odpowiednimi uprawnieniami, instruktora lub trenera po wcześniejszej rezerwacji.
21. Zakazuje się prowadzenia treningów personalnych przez osoby niezatrudnione CEZiu „Kopernik”.
22. Obsługa ma prawo wyprosić osoby łamiące postanowienia niniejszego regulaminu oraz co do których powźmie uzasadnione podejrzenie, że będą naruszać niniejszy regulamin.
23. Osoby ćwiczące będą ponosić odpowiedzialność finansową za wszelkie wyrządzone przez siebie zniszczenia/szkody na terenie siłowni.
24. Za szkody wyrządzone przez osoby niepełnoletnie odpowiada opiekun grupy lub rodzice.
25. CEZiu nie ponosi odpowiedzialności za kontuzje i urazy powstałe w wyniku niewłaściwego korzystania z urządzeń siłowni oraz nieprzestrzegania regulaminu i zasad bezpieczeństwa.
26. Organizowanie zawodów sportowych czy wykorzystanie siłowni do innych celów jest możliwe jedynie za pisemną zgodą Dyrektora CEZiu.
27. Imprezy, zawody i turnieje na siłowni odbywają się w oparciu o odrębne regulaminy.
28. Wszystkie skargi i wnioski należy kierować pisemnie do Dyrekcji CEZiu.

Opracował:

Monika Kluczek
Agnieszka Dusińska

Zatwierdził:

DYREKTOR
Centrum Edukacji Zawodowej i Ustawicznej „Kopernik”
w Wyszkanie

Monika Kluczek