



REGULAMIN SIŁOWNI (poziom +1)

(wyciąg z regulaminu obiektu)

Ogólne postanowienia dotyczące zachowania w siłowni.

1. Klienci korzystający z siłowni zobowiązani są do posiadania i zmiany obuwia na sportowe (inne od tego, w którym przyszli do siłowni) oraz do ćwiczenia w czystym stroju sportowym.
2. Ze względów higienicznych użytkownicy muszą posiadać i używać ręcznik na sali ćwiczeń (rozkładać na ławkach oraz maszynach w taki sposób, aby część pokryta tapicerką była w większości zabezpieczona ręcznikiem). Użytkownicy nie posiadający ręcznika mają obowiązek jego zakupienia bądź wypożyczenia na terenie obiektu.
3. Klient nie ma prawa wejść na teren recepcji znajdującej się na siłowni, ani zostawiać swoich prywatnych rzeczy na jej terenie.
4. Klient nie ma prawa rozbierać się / przebierać się / przebywać bez stroju sportowego (spodnie/spodenki + koszulka) na terenie siłowni, poza miejscem do tego przeznaczonym (szatnia).
5. W siłowni użytkownik zobowiązany jest do zachowania czystości oraz przestrzegania ogólnie przyjętych norm zachowania, tak aby nie przeszkadzać swoim zachowaniem innym użytkownikom siłowni oraz trenerom w wykonywaniu pracy (nadmierny hałas / rzucanie ciężarem / uderzanie ciężarem o podłogę / wulgarny język / krzyk itp.).
Należy bezwzględnie stosować się wyżej wymienionych postanowień oraz do instrukcji użytkowania poszczególnych urządzeń i przyrządów. Nie zastosowanie się do wyżej wymienionych postanowień skutkowało będzie upomnieniem, a w przypadku niezastosowania się do upomnienia, wyproszeniem z siłowni, bez możliwości zwrotu za zakupione/wykorzystane wejście na siłownię.

Za wszystkie szkody powstałe w siłowni z winy ćwiczącego odpowiada ćwiczący.

GCS TRZEBNICA-ZDRÓJ nie ponosi odpowiedzialności za kontuzje i urazy ćwiczącego powstałe w wyniku korzystania z urządzeń oraz wszelkiego innego sprzętu dostępnego na terenie siłowni.

Szczególne postanowienia dotyczące siłowni.

1. GCS TRZEBNICA-ZDRÓJ zatrudnia w siłowni wykwalifikowanych trenerów, którzy służą radą i pomocą użytkownikom. Niedozwolone jest prowadzenie treningów personalnych i/lub instruowanie klientów siłowni przez inne osoby niż zatrudnione w obiekcie.
2. Korzystanie z usług siłowni dozwolone jest dla osób, które **ukończyły 16 rok życia**, są zdrowe i nie mają przeciwwskazań lekarskich.
Osoby, które **ukończyły 14 lat** mogą korzystać z usług siłowni wyłącznie na podstawie podpisanego przez rodziców lub opiekunów prawnych oświadczenia dotyczącego ich osoby, w szczególności o zgodzie na korzystanie z siłowni bez opieki instruktora oraz o braku przeciwwskazań do uprawiania treningu siłowego.
Osoby **poniżej 14 roku życia** mogą korzystać z usług siłowni tylko pod opieką rodzica lub opiekuna/ki prawnego/j, który w momencie wejścia na siłownię bierze za nie pełną odpowiedzialność. Rodzic lub opiekun/ka prawny/a również musi zakupić wybrany przez siebie karnet/wejście.
Dla dzieci **poniżej 14 roku życia** istnieje również możliwość wykupienia dla dziecka treningów personalnych – w takiej sytuacji dziecko może przebywać na siłowni pod opieką trenera, bez obecności rodzica lub opiekuna prawnego.
Dzieci **do 10 roku życia** nie mogą korzystać z usług siłowni ani przebywać na jej terenie.

3. Z usług siłowni można skorzystać po zakupieniu wejścia (biletu) w stanowisku kas w holu obiektu. GCS TRZEBNICA-ZDRÓJ oferuje:

1.1 **Wejście jednorazowe** płatne gotówką, kartą płatniczą lub E-KARTA,

1.2 **Karnet ilościowy** z 30-dniowym terminem ważności (4, 8, 12 wejść) płatny gotówką lub kartą płatniczą.

1.4 **Karnet otwarty – bez ograniczeń**, ważny przez 30, 60 i 90 dni od daty zakupu, w zależności od wybranego karnetu otwartego.

- karnet ilościowy oraz otwarty umieszczany jest na E-KARCIE (*patrz regulamin E-KARTY*),
- karnet jest imienny - wystawiany tylko dla 1 osoby i nie można go odstąpić innym użytkownikom.
- karnet ilościowy upoważnia do skorzystania z siłowni (bez możliwości wejścia na sale cross box).
- W przypadku stwierdzenia, że użytkownikiem karnetu nie jest osoba, na którą został wystawiony, GCS TRZEBNICA-ZDRÓJ zastrzega sobie prawo do anulowania tego karnetu.
- przy zakupieniu wejścia należy okazać E-KARTĘ z wykupionym karnetem; weryfikację użytkownika dokonuje kasjer w stanowisku kas na podstawie ważnego dokumentu tożsamości ze zdjęciem.

1.5 **Trening personalny** po uprzednim uzgodnieniu z obsługą siłowni. Więcej w regulaminie treningów personalnych dostępnym na stronie internetowej.

1.6 **Trening w małej grupie** po uprzednim uzgodnieniu z obsługą siłowni. Więcej informacji w regulaminie treningów w małej grupie.

1.7 **Zabieg w łagodnej komorze hiperbarycznej** po uprzednim uzgodnieniu z obsługą siłowni. Więcej informacji w regulaminie zabiegów w łagodnej komorze hiperbarycznej.

4. Z usług siłowni można skorzystać po zakupieniu wejścia w stanowisku kas w holu obiektu. Kasjer wydaje klientowi transponder otwierający

drzwi do siłowni (należy przyłożyć transponder do czytnika przy drzwiach wejściowych).

5. W siłowni obowiązuje korzystanie z szatni. Na czas korzystania z usług siłowni wszystkie przedmioty osobiste należy pozostawić w zamkniętej szafce ubraniowej. Za utratę przedmiotów osobistych pozostawionych poza szafką lub w szafce nie zamkniętej GCS TRZEBNICA-ZDRÓJ nie ponosi odpowiedzialności. Użytkownik wybiera szafkę, o numerze takim, jaki widnieje na transponderze, następnie zamyka za pomocą przyłożenia transpondera do czytnika szafki.
6. Instruktor / recepcjonistka obecny na siłowni ma prawo wyprosić klienta siłowni, jeśli klient:
- Jest pod wpływem alkoholu lub innych środków odurzających
 - Nie posiada rękawiczek / stroju sportowego / zmiennego obuwia
 - Jest agresywny / zachowuje się nieodpowiednio w stosunku do innych klientów siłowni / nie słucha poleceń instruktora lub recepcjonistki
 - Nie przestrzega któregokolwiek punktu regulaminu siłowni / obiektu
7. Z chwilą opuszczenia siłowni, transponder należy zwrócić obsłudze siłowni. Opłata za zgubienie lub nieoddanie transpondera wynosi 50,00 (*słownie: pięćdziesiąt*) złotych.
8. Aktualny cennik dostępny jest w stanowisku kas oraz w informacjach na stronie internetowej GCS TRZEBNICA-ZDRÓJ.

Należy bezwzględnie stosować się wyżej wymienionych postanowień oraz do instrukcji użytkowania poszczególnych urządzeń i przyrządów. Nie zastosowanie się do wyżej wymienionych postanowień skutkowało będzie upomnieniem, a w przypadku niezastosowania się do upomnienia, wyproszeniem z siłowni, bez możliwości zwrotu za zakupione/wykorzystane wejście na siłownię.