

**REGULAMIN KORZYSTANIA Z SIŁOWNI I MINI SIŁOWNI
ZNAJDUJĄCYCH SIĘ W HALI WIDOWISKOWO – SPORTOWEJ
PRZY SZKOLE PODSTAWOWEJ IM. H. SIENKIEWICZA W BOBOLICACH**

1. Siłownia czynna jest od poniedziałku do piątku w godzinach od 8:00 do 21:00 (ostatnie wejście o godzinie 20:00).
2. Z siłowni mogą korzystać osoby pełnoletnie (18 lat).
3. Osoby niepełnoletnie do 16 r.ż. mogą ćwiczyć jedynie pod opieką osoby dorosłej, natomiast młodzież powyżej 16 r.ż. może uczęszczać na siłownię samodzielnie, jednak w obu przypadkach należy podpisać stosowne oświadczenie.
4. Wejście na siłownię odbywa się po okazaniu aktualnego karnetu lub zakupie jednorazowego wejścia.
5. Każdy karnet ważny jest 3 miesiące od dnia zakupu. Zabrania się odstępowania karnetu innym osobom.
6. W jednym czasie w siłowni przebywać może do 6 ćwiczących.
7. Obowiązuje strój sportowy i zmienne obuwie sportowe.
8. Należy przestrzegać zasad czystości i zachować porządek.
9. Z siłowni korzystać mogą jedynie osoby, które nie mają przeciwwskazań zdrowotnych do treningu.
10. Osoby ćwiczące muszą zwracać uwagę na stan aktualnej sprawności fizycznej i wydolności organizmu, dobierając ćwiczenia o odpowiednich obciążeniach (dotyczy szczególnie osób niepełnoletnich).
11. Pracownicy nie ponoszą odpowiedzialności za skutki zdrowotne spowodowane niewłaściwym korzystaniem urządzeń znajdujących się w siłowni.
12. Ze sprzętu znajdującego się w siłowni należy korzystać zgodnie z jego przeznaczeniem.
13. Korzystając z urządzeń do podnoszenia ciężarów, ćwiczący powinien zapewnić sobie asekurację (pomoc kolegi, innej osoby ćwiczącej lub pracownika).
14. Pracownicy nie ponoszą odpowiedzialności za skutki spowodowane podnoszeniem lub dźwiganiem ciężarów przekraczających możliwości ćwiczącego.
15. Przed wyjściem z siłowni należy sprawdzić stan techniczny urządzeń.

16. Wszelkie uszkodzenia sprzętu i urządzeń powstałe podczas ćwiczeń lub zauważone wcześniej należy zgłosić do pracownika hali.
17. Ćwiczący odpowiada materialnie za szkody przez siebie spowodowane do udowodnionej wysokości.
18. Obowiązuje bezwzględny zakaz palenia papierosów, spożywanie alkoholu i innych środków odurzających oraz dystrybucji jakichkolwiek wspomagających trening preparatów chemicznych.

**WSZYSTKIE OSOBY KORZYSTAJACE Z SIŁOWNI ZOBOWIĄZANE SĄ DO
ZAPOZNANIA SIĘ I PRZESTRZEGANIA POWYŻSZEGO REGULAMINU.
NIEPRZESTRZEGANIE REGULAMINU SKUTKOWAĆ BĘDZIE
ZAKAZEM WSTĘPU NA TEREN OBIEKTU**

DYREKTOR
SZKOLY PODSTAWOWEJ
im. Henryka Sienkiewicza w Boholicach
mgr Dariusz Michalak