

Regulamin Siłowni

§1. Postanowienia ogólne

1. Korzystanie z siłowni oznacza akceptację niniejszego regulaminu.
2. Każdy uczestnik ćwiczy na własną odpowiedzialność i zgodnie ze swoim stanem zdrowia.
3. Osoby z przeciwwskazaniami zdrowotnymi powinny skonsultować możliwość wykonywania ćwiczeń z lekarzem.

§2. Zasady korzystania z siłowni

1. Na trening należy przychodzić punktualnie.
2. Obowiązuje czysty strój sportowy oraz zmienne obuwie sportowe.
3. Przed rozpoczęciem ćwiczeń zaleca się wykonanie rozgrzewki.
4. Sprzęt należy użytkować zgodnie z jego przeznaczeniem.
5. Po zakończeniu ćwiczeń należy odłożyć sprzęt na wyznaczone miejsce.
6. Dla zachowania higieny zaleca się korzystanie z ręcznika podczas ćwiczeń.
7. Każdy użytkownik zobowiązany jest do dbania o porządek i czystość.

§3. Bezpieczeństwo

1. Zabrania się zachowań mogących zagrażać bezpieczeństwu innych osób.
2. W przypadku zauważenia uszkodzenia sprzętu należy niezwłocznie poinformować prowadzącego.
3. Nie należy wykonywać ćwiczeń przekraczających własne możliwości bez odpowiedniej asekuracji.
4. Osoby będące pod wpływem alkoholu lub innych środków odurzających nie mogą korzystać z siłowni.

§4. Kultura i wzajemny szacunek

1. Na siłowni obowiązuje wzajemny szacunek i kultura osobista.
2. Nie należy przeszkadzać innym podczas wykonywania ćwiczeń.
3. Wszelkie przejawy agresji, obraźliwego zachowania lub celowego niszczenia sprzętu będą skutkowały usunięciem z zajęć.

§5. Grafik i obecności

1. Uczestnicy zobowiązani są do przestrzegania zadeklarowanych terminów treningów.
2. Nieobecność należy zgłaszać z odpowiednim wyprzedzeniem, jeśli jest to możliwe.
3. W przypadku akcji promocyjnych obowiązują zasady określone w odrębnych ogłoszeniach.

§6. Postanowienia końcowe

1. Organizator zastrzega sobie prawo do wprowadzania zmian w regulaminie.
 2. Nieprzestrzeganie regulaminu może skutkować upomnieniem, odmową udziału w treningach lub wykluczeniem z korzystania z siłowni.
 3. Regulamin wchodzi w życie z dniem jego opublikowania.
-

Oświadczenie uczestnika

Oświadczam, że zapoznałem(-am) się z treścią niniejszego Regulaminu Siłowni, rozumiem jego postanowienia i zobowiązuję się do ich przestrzegania. Potwierdzam również, że mój stan zdrowia pozwala mi na udział w treningach lub biorę pełną odpowiedzialność za udział w zajęciach.

Imię i nazwisko:

Data:

Podpis uczestnika:

(W przypadku osoby niepełnoletniej)

Imię i nazwisko rodzica/opiekuna prawnego:

Podpis rodzica/opiekuna prawnego: