



TCZEWSKIE CENTRUM SPORTU I REKREACJI REGULAMIN KORZYSTANIA Z FITNESS – CLUB

1. Fitness Clubem w Tczewie, przy ul. Wojska Polskiego 28A, administruje Tczewskie Centrum Sportu i Rekreacji, jest czynny przez 7 dni w tygodniu w określonych godzinach przez dyrektora TCSiR podanych do wiadomości na tablicy ogłoszeń oraz stronie www.tcsir.pl.
2. Z Fitness Clubu w pełnym wymiarze godzin otwarcia mogą korzystać osoby pełnoletnie, które posiadają aktywny karnet na siłownię, saunę, zajęcia fitness, basen lub wykupiły wejście jednorazowe. **Osoby niepełnoletnie mogą korzystać tylko i wyłącznie w towarzystwie dorosłego opiekuna, który również ma wykupiony bilet wstępu.**
3. Każda osoba korzystająca z Fitness Clubu na czas zajęć jest uprawniona do korzystania z szafek umieszczonych w szatni (o ile będą aktualnie wolne szafki). W przypadku kiedy wszystkie szafki są zajęte należy skorzystać z wieszaków.
4. Przyjmuje się, że osoba nabywająca bilet wstępu do Fitness Clubu zna i akceptuje niniejszy regulamin.
5. Nasz personel regularnie sprawdza zawartość szafek po wyjściu ostatniego klienta z klubu, toteż pozostawiane w szafkach rzeczy będą początkowo przechowywane, natomiast po upływie 7 dni przekazywane do Domu Dziecka.
6. TCSiR nie odpowiada za przedmioty pozostawione w szatni.
7. Ze względów higienicznych (brzydki zapach) nie dopuszczalne jest pozostawianie w szatni rzeczy osobistych, ręczników oraz butów na czas dłuższy niż ćwiczenia. Zalegające w szatni rzeczy będą wyrzucane.
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 zastrzegamy 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 określonych ramach czasowych, nie ma możliwości jego przedłużenia.
10. Niewykorzystany karnet przepada i nie należy się za niego zwrot pieniędzy.
11. Osoba chcąc korzystać z Fitness Clubu powinna zasięgnąć opinii lekarza odnośnie swojego stanu zdrowia.
12. Ćwiczący powinien poinformować przed wykupieniem karnetu o wszelkich chorobach i dolegliwościach.
13. **W przypadku przebywania na siłowni w pojedynkę zabrania się wykonywania ćwiczeń z wolnymi ciężarami.**
14. **Korzystając z urządzeń typ. bieżnia należy używać tzw. Linki bezpieczeństwa (przyczepiając ją do osoby ćwiczącej na danym urządzeniu) służącej do automatycznego zatrzymania bieżni.**
15. TCSiR nie ponosi odpowiedzialności za wypadki będące wynikiem niestosowania się do programu i zalecanych instrukcji.
16. **Osoby korzystające z siłowni zobowiązane są do przynoszenia ze sobą ręcznika (w celu położenia go na tapicerce urządzenia do ćwiczeń).**
17. Strefa saun jest strefą nietekstylną – zalecamy nie używanie strojów kąpielowych. Użytkownicy muszą liczyć się z możliwością, iż ze strefy tej będą korzystać osoby nagie lub niekompletnie ubrane.
18. **Osoby korzystające z sauny zobowiązane są do przynoszenia ze sobą dwóch ręczników, jeden służy do wycierania się, a drugi jako owinięcie ciała (podkładka na ławki).**



TCZEWSKIE CENTRUM SPORTU I REKREACJI REGULAMIN KORZYSTANIA Z FITNESS – CLUB

19. Przed wejściem do sauny oraz balii z wodą należy dokładnie umyć mydłem całe ciało /nago/.
20. Po zakończeniu ćwiczeń w przypadku zapocenia przyrządów, mat, urządzeń należy je oczyścić środkiem dezynfekującym i wytrzeć do sucha.
21. W siłowni bezwzględnie obowiązuje obuwie zamienne (sportowe) - z czystą podeszwą, inne od tego, w którym się przyszło do Siłowni.
22. Każda osoba korzystająca ze sprzętu na siłowni, a w szczególności z wolnych ciężarów, hantli, sztang i talerzy sprzęta po sobie i odnosi na właściwe miejsce używane podczas ćwiczeń przedmioty.
23. W Siłowni nie rzuca się sztangami, hantlami i talerzami.
24. Korzystający z siłowni, sauny, łaźni parowej powinni opuścić w/w pomieszczenia na 15 min przed zamknięciem Fitness Clubu.
25. TCSiR nie odpowiada za brak miejsca na urządzeniach siłowych spowodowany nadmierną ilością ćwiczących osób.
26. TCSiR zastrzega sobie prawo okresowego zamknięcia Fitness Clubu (maksymalnie 2 dni). Informacje o zamknięciu lub ograniczeniu dostępu wywieszane będą na tablicy informacyjnej oraz stronie www.tcsir.pl
27. W przypadku niestosowania się do postanowień niniejszego regulaminu, karnet na siłownię może zostać unieważniony.
28. TCSiR zastrzega sobie możliwość zmiany powyższego regulaminu bez wcześniejszego poinformowania klientów.
29. Zabrania się:
 - a) Uczestnictwa w ćwiczeniach po spożyciu jakiegokolwiek dawki alkoholu lub innych środków odurzających oraz w przypadku złego samopoczucia,
 - b) Palenia tytoniu, spożywania alkoholu i zażywania środków odurzających oraz przebywania pod ich wpływem na terenie Fitness Clubu,
 - c) Stwarzania sytuacji zagrażających bezpieczeństwu swojemu i innych osób,
 - d) Fotografowania i filmowania bez zezwolenia,
 - e) Na siłowni zabrania się ćwiczyć z gołym torsem,
 - f) Polewania wodą czujnika w łaźni parowej.
30. W Fitness Clubie prowadzony jest całodobowy monitoring wizyjny.
31. Zabrania się prowadzenia jakiegokolwiek działalności gospodarczej oraz innych czynności zarobkowych na terenie TCSiR bez zgody Dyrektora.
32. Kwestie sporne związane z korzystaniem z Fitness Clubu rozstrzyga dyrektor TCSiR lub kierownik obiektu.

*Dyrektor
TCSiR*