



TCZEWSKIE CENTRUM SPORTU I REKREACJI Sp. z o.o. REGULAMIN KORZYSTANIA Z FITNESS – CLUB

1. Fitness Clubem w Tczewie, przy ul. Wojska Polskiego 28A, zarządza Tczewskie Centrum Sportu i Rekreacji Sp. z o.o., jest czynny przez 7 dni w tygodniu w określonych godzinach wyznaczonych przez Prezesa/Dyrektora TCSiR Sp. z o.o. podanych w dowiadomości na tablicy ogłoszeń oraz stronie www.tcsir.pl.
2. Z Fitness Clubu w pełnym wymiarze godzin otwarcia mogą korzystać osoby, które posiadają aktualny 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. Jednorazowo może przebywać maksymalnie:
 - a) na siłowni: **20 osób**,
 - b) na salce fitness: **20 osób**.
4. 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.
5. Przyjmuje się, że osoba nabywająca bilet wstępu do Fitness Clubu zna i akceptuje niniejszy regulamin.
6. 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.
7. TCSiR Sp. z o.o. nie odpowiada za przedmioty pozostawione w szatni.
8. 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.
9. 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.
10. Osoba chcąc korzystać z Fitness Clubu powinna zasięgnąć opinii lekarza odnośnie swojego stanu zdrowia.
11. Ćwiczący powinien poinformować przed wykupieniem karnetu o wszelkich chorobach i dolegliwościach uniemożliwiających korzystanie z Fitness Club.
12. W przypadku przebywania na siłowni w pojedynkę zabrania się wykonywania ćwiczeń z wolnymi ciężarami ze względów bezpieczeństwa.

13. Korzystając z urządzeń typ. bieżnia należy używać tzw. Linki bezpieczeństwa (przyczepiając ją do osoby ćwiczącej na danym urządzeniu) służącej do automatycznego zatrzymania bieżni.
14. TCSiR Sp. z o.o. nie ponosi odpowiedzialności za wypadki będące wynikiem niestosowania się do programu i zalecanych instrukcji.
15. Osoby korzystające z siłowni zobowiązane są do przynoszenia ze sobą ręcznika (w celu położenia go na tapicerce urządzenia do ćwiczeń).
16. Po zakończeniu ćwiczeń należy je oczyścić środkiem dezynfekującym i wytrzeć do sucha (przysiadów, mat, urządzeń)
17. W siłowni oraz salce fitness bezwzględnie obowiązuje obuwie zamienne (sportowe) - z czystą podeszwą, inne od tego, w którym się przyszło do Siłowni.
18. 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.
19. W Siłowni nie rzuca się sztangami, hantlami i talerzami.
- 20. Korzystający z siłowni powinni opuścić w/w pomieszczenia na 15 min przed zamknięciem Fitness Clubu.**
21. Między zajęciami aerobowymi przerwa 15 minut na dezynfekcję oraz wywietrzenie pomieszczenia.
22. TCSiR Sp. z o.o. zastrzega sobie prawo okresowego zamknięcia Fitness Clubu. Informacje o zamknięciu lub ograniczeniu dostępu wywieszane będą na tablicy informacyjnej oraz stronie www.tcsir.pl
23. W przypadku niestosowania się do postanowień niniejszego regulaminu, karnet na siłownię może zostać unieważniony.
24. TCSiR Sp. z o.o. zastrzega sobie możliwość zmiany powyższego regulaminu bez wcześniejszego poinformowania klientów, wywieszane będą na tablicy informacyjnej oraz stronie www.tcsir.pl
25. Strefa saun zostanie uruchomiona na indywidualne zamówienie klienta. Jednorazowo w strefie saun może przebywać maksymalnie: **8 osób**, Rezerwacja godzinnej sesji sauny odbywać się będzie telefonicznie przynajmniej z godzinnym wyprzedzeniem. Pomiędzy sesjami przerwa 30 minutowa na dezynfekcję oraz wywietrzenie.
- 26. 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,

27. W związku z COVID-19:

- a) pracownik TCSiR Sp. z o.o. może wyrywkowo **zmierzyć bezdotykowo temperaturę ciała** klientów. W przypadku podwyższonej temperatury (38 C i więcej) klient nie zostanie wpuszczony na obiekt,
- b) **zakaz** korzystania z siłowni w razie objawów ostrej infekcji, złego samopoczucia lub podwyższonej ciepłoty ciała,
- c) obowiązkowo wykonuje się dezynfekcje rąk dla wchodzących i opuszczających obiekt,
- d) zaleca się zachowanie dystansu społecznego, (stałego utrzymywania odległości ok. 1,5 m od innych odwiedzających siłownię oraz na całym obszarze obiektu, nie tylko w samym FITNESS CLUB),
- e) **obowiązek** zasłaniania twarzy (maseczka powinna być zdjęta i pozostawiona wraz z ubraniem w przebieralni),

30. W Fitness Clubie prowadzony jest całodobowy monitoring wizyjny.

31. Zabrania się prowadzenia jakiejkolwiek działalności gospodarczej oraz innych czynności zarobkowych na terenie TCSiR Sp. z o.o. bez zgody Prezesa/Dyrektora.

32. Kwestie sporne związane z korzystaniem z Fitness Clubu rozstrzyga Prezes/dyrektor TCSiR Sp. z o.o.

Dyrektor TCSiR Sp. Z o.o.