

Приложение № 1 к Договору публичной оферты на оказание услуг по организации и проведению физкультурных, физкультурно-оздоровительных, спортивных мероприятий и иных услуг.

С изменениями от 01 декабря 2023 г.

Правила посещения Wellness – клуб «RIVIERAWELLNESS» и пользования Услугами, Дополнительными платными услугами (Далее по тексту – Правила), предоставляемыми Обществом с ограниченной ответственностью «ЛАКОНИКУМ», являются обязательными для всех Членов клуба, Владельцев договора, Гостей клуба. Просим Вас внимательно ознакомиться с настоящими Правилами и придерживаться их с целью обеспечения комфортных и безопасных условий для тренировок, а также нахождения Клиентов Клуба на территории Клуба.

1. Общие положения:

1.1 Член клуба до начала пользования Услугами, Дополнительными платными услугами обязан внимательно ознакомиться с Правилами посещения Клуба и пользования Услугами, Дополнительными платными услугами, условиями Договора публичной оферты на оказание услуг по организации и проведению физкультурных, физкультурно-оздоровительных, спортивных мероприятий и иных услуг, Дополнительного соглашения к нему и соблюдать их. При оказании Услуг, Дополнительных платных услуг Исполнитель исходит из того, что Член клуба, Владелец договора, гость клуба ознакомился с Правилами, условиями Договора, Дополнительного соглашения.

При нарушении настоящих Правил любым из посетителей Клуба, Администрация Клуба вправе потребовать немедленного прекращения такого нарушения, воздержаться от нарушения, предложить посетителю покинуть территорию Клуба и/или отказаться от исполнения Договора в отношении Члена Клуба, нарушающего настоящие Правила.

Администрация Клуба вправе немедленно, без предварительного предупреждения закрыть Клуб (или любую его часть), если возникает угроза безопасности, здоровью или жизни сотрудников и клиентов Клуба, его арендаторов, пользователей или посетителей, включая пожар, взрыв, утечку газа и другую опасность, чтобы избежать возможного ущерба и вреда.

Каждый Член Клуба или иной посетитель, войдя в Клуб, автоматически подтверждает, что ознакомился с данными Правилами и обязуется их соблюдать.

1.2. Клуб открыт для посещения ежедневно (за исключением 1 января) с 06:30 до 23:00 по будням, выходным и нерабочим праздничным дням. Исполнитель оставляет за собой право в одностороннем порядке изменять часы работы Клуба, часы пользования Услугами, Дополнительными услугами, Платными услугами. Время пребывания Владельца договора/Члена клуба на территории клуба определяется типом и форматом приобретенной клубной карты.

Территорию клуба необходимо освободить не позднее 23:00 по карте Полного дня, а территорию тренировочных зон — за 15 минут до закрытия клуба. Доступ в клуб прекращается за 40 минут до окончания работы. В случае, если Резидент задерживается в клубе, ему необходимо внести оплату в размере 750 рублей за каждые 15 минут задержки.

Территорию клуба по карте Дневного формата необходимо освободить в будние дни не позднее 17:00, а территорию тренировочных зон — не позднее 16:45 ч. Доступ в клуб прекращается по данному формату карты в 16.00; Территорию клуба по карте Дневного формата необходимо освободить в выходные дни не позднее 23:00, а территорию тренировочных зон — за 15 минут до закрытия клуба. Доступ в клуб прекращается за 40 минут до окончания работы. В случае, если Резидент задерживается в клубе, ему необходимо внести оплату в размере 750 рублей за каждые 15 минут задержки.

1.3. Допуск в Клуб осуществляется только при наличии Электронного браслета. При приобретении карты дневного формата члену Клуба выдается пластиковая карта, которая на время непосредственного пребывания в Клубе обменивается на электронный браслет; по окончании времени пребывания в Клубе электронный браслет должен быть сдан администрации Клуба в обмен на пластиковую карту

Пользоваться Услугами, Дополнительными услугами, Электронным браслетом вправе только Член клуба, на чье имя выдан Электронный браслет или в чью пользу заключено Дополнительное соглашение к Договору. Штраф за утерю браслета составляет 1000 рублей.

1.4. При входе в Клуб следует надевать бахилы (согласно сезонности) или переодеть уличную обувь.

1.5. Членам клуба, которые приобрели или продлили клубную карту формата VIP, Исполнитель вправе предоставить парковочное место в подземном паркинге, только при наличии свободных мест и только на время пребывания Члена клуба на территории Клуба. Формат клубной карты, а также предоставление возможности пользоваться подземным паркингом Член клуба может уточнить у Администрации клуба.

Допуск автомобиля члена клуба осуществляется после получения брелока от подземного паркинга у администрации клуба.

При приобретении Клубной карты на полный день – крайнее время для освобождения арендного места в подземном паркинге – 23.00, при приобретении Клубной карты дневного формата крайнее время для освобождения арендного места в подземном паркинге – 17.00 в будние дни, 23.00 – в выходные дни.

Фиксация времени нахождения в Клубе происходит посредством отметки индивидуального электронного браслета на рецепции 1 этажа и/или входа со стороны жилого дома.

При пользовании наземной парковкой и подземным паркингом члены клуба обязуются соблюдать правила пользования наземной парковкой и подземным паркингом.

1.6. Во время фактического пребывания в Клубе верхнюю одежду и головные уборы должны быть сданы на безвозмездное хранение в гардероб Клуба. В обмен за каждый сданный в гардероб предмет одежды и/или головной убор Исполнитель выдает номерок и/или иное подтверждение принятия вещей Члена клуба на хранение. Какие – либо вещи, помещенные в верхнюю одежду и/или в головной убор, не считаются переданными на хранение Исполнителю и принятыми последним, Исполнитель не несет ответственности за них.

1.7. Пользование лифтом в верхней одежде (уличной) — запрещено.

1.8. Использование гостевых визитов, входящих в состав договора, распространяющихся на разных потенциальных Резидентов Клуба, осуществляется по предварительной записи через персонального менеджера. При этом необходимо предоставить персональные данные гостя (паспортные данные, контактный телефон).

1.9. На время фактического пребывания в помещениях Клуба в целях пользования Услугами, Дополнительными платными услугами Члену клуба на безвозмездной основе по запросу Члена клуба предоставляется один индивидуальный шкафчик в раздевалке, соответствующей полу Члена клуба.

Для хранения драгоценных, полудрагоценных металлов, камней, ювелирных украшений, технически-сложных, электронных устройств, средств связи (мобильные телефоны, ноутбуки и проч.), документов, наличных денежных средств, платежных банковских карт, валютных ценностей, ценных бумаг и иных ценных вещей рекомендуется использовать специальных сейфов в зоне рецепции.

Индивидуальные шкафчики, расположенные в раздевалке, не предназначены для хранения указанных выше ценных предметов.

За утерянные, оставленные без присмотра вещи и ценности, не помещенные в специальный сейф, Исполнитель ответственности не несет.

По желанию, Член Клуба может арендовать на определенный срок персональный шкаф или сейфовую ячейку за дополнительную плату (дополнительная платная услуга). В этом случае допускается хранение личных вещей в оплаченный период. Стоимость и сроки аренды определяются в соответствии с действующим в Клубе на момент оплаты Прейскурантом.

1.10. Перед тем, как покинуть территорию Клуба, Член клуба обязан:

– освободить от личных вещей индивидуальный шкафчик в раздевалке; освободить от ценных предметов специальный сейф на рецепции, вернуть на рецепцию Клуба ключ от сейфа;

– забрать в гардеробе верхнюю одежду и/или головной убор, вернуть Исполнителю номерок и/или иное средство, подтверждающее принятие указанных вещей на хранение. Штраф за утерю бирки согласно Прейскуранта. Одежда, которая была сдана в гардероб, возвращается только после того, как все посетители покинут Клуб (составляется соответствующий документ, в котором фиксируется потеря или пропажа выданного в гардеробе номерка и возврат одежды посетителя с описанием и контактами), а также вносится плата за потерянный номерок. Если посетитель отказывается составлять заявление упомянутой формы и/или заплатить указанную плату, фитнес центр оставляет за собой право не возвращать одежду;

После окончания времени работы Клуба все индивидуальные шкафчики в раздевалках Клуба/специальные сейфы открываются Исполнителем в целях проведения санитарной обработки. В случае обнаружения в них вещей, Исполнитель хранит их на территории Клуба в течение 30 (тридцати) календарных дней. Информация о данных вещах находится на рецепции Клуба. По истечении обозначенного периода, обнаруженные Исполнителем вещи признаются бесхозными и подлежат уничтожению без последующей материальной компенсации их стоимости собственнику.

В случае неоднократного (2 и более раз) нарушения требований, установленных п. 1.10 Договора, Исполнитель вправе в одностороннем порядке отказаться от исполнения Договора.

1.11. По усмотрению Исполнителя, Членам клуба на время нахождения в Клубе в целях пользования Услугами, Дополнительными платными услугами предоставляется возможность использования предметов временного пользования (в частности, полотенце, халат и проч.), являющихся собственностью Исполнителя.

Порядок и условия пользования предметами временного пользования определяются Исполнителем, информация о порядке и условиях пользования указанными выше предметами доводится Исполнителем и/или уполномоченным им лицом до Члена клуба.

Если иное не предусмотрено Исполнителем, предметы временного пользования выдаются Члену клуба в специально оборудованных для этого зонах Клуба. Перед тем, как покинуть территорию Клуба, Член клуба обязуется вернуть Исполнителю предметы временного пользования в специально предназначенных для этого зонах Клуба.

1.12. Члены Клуба обязаны соблюдать чистоту и нормы гигиены во всех помещениях Клуба.

На территории Клуба запрещается:

- пользование Услугами, Дополнительными услугами при плохом самочувствии, в период болезни, беременности;
- курение табачных изделий, использование каких-либо курительных приборов, устройств, приспособлений и средств, имитирующих процесс курения (в частности, электронные сигареты, кальяны и проч.);
- пребывание в состоянии алкогольного, наркотического, токсического опьянения, употребление спиртных напитков, наркотических веществ и не рекомендованных медицинским персоналом медикаментов;

- хранение и/или использование на территории Клуба любого вида оружия, легковоспламеняющихся, взрывчатых веществ; сжатых и сжиженных газов, легковоспламеняющихся жидкостей, воспламеняющихся твердых веществ, окисляющихся веществ и органических перекисей, токсичных веществ, радиоактивных материалов, едких и коррозирующих веществ, ядовитых и отравляющих веществ;
- употребление пищи в местах, предназначенных для физкультурных, физкультурно-оздоровительных, спортивных мероприятий, в зонах отдыха, раздевалках;
- нахождение на территории Клуба с животными, птицами;
- самостоятельное использование музыкальной и иных аппаратуры и оборудования Клуба, в частности демонстрация аудио-, видео- и иных произведений с использованием любых носителей, оборудования в помещениях Клуба. Выбор произведений, транслируемых на территории Клуба, определение порядка трансляции является исключительным правом Исполнителя;
- препятствование соблюдению режимов уборки и проветривания в помещениях Клуба;
- громкие и агрессивные разговоры, использование ненормативной лексики при общении, в разговорах по телефону; неуважительное, оскорбительное отношение к посетителям и персоналу Клуба; провокация драки или участие в ней; совершение иных противоправных действий, нарушающих общественный порядок, угрожающих жизни и здоровью, имуществу, затрагивающих честь и достоинство любых лиц, находящихся на территории Клуба, включая персонал Клуба;
- нахождение на территории, предназначенной для служебного пользования, за исключением случаев, когда имеется специальное приглашение;
- использование на территории Клуба электробытовых приборов; в зонах бассейна и иных влажных зонах Клуба (сауна, душевые кабины, туалетные комнаты, парные и проч.) – мобильных и иных технически – сложных электронных устройств, аэрозольных жидкостей;
- использование помещений Клуба и прилегающих к нему территорий в целях проведения политических мероприятий (собрания, митинги), религиозных обрядов и церемоний, богослужений;
- проявление к посетителям Клуба, персоналу Клуба любых видов дискриминации, нетерпимости, неуважения по национальному, религиозному, социальному, гендерному и проч. признакам;
- размещение на территории Клуба надписей, объявлений, рекламных материалов; проведение любого рода опросов; осуществление маркетинговой, рекламной, консультационную, иную коммерческую деятельность;
- размещение стаканов, емкостей с жидкостями на тренажеры, музыкальную аппаратуру, иное оборудование и инвентарь, предметы мебели и интерьера, не предназначенные для размещения на них емкостей с жидкостями;
- перемещение и иное изменение местоположения тренажеров, оборудования, спортивного инвентаря, мебели из тех зон Клуба, в которых данные предметы были размещены Исполнителем;
- заграждение, перемещение, завешивание, уничтожение, подмена предупреждающих, запрещающих и иных информационных табличек, знаков, объявлений, размещенных Исполнителем на территории Клуба;
- пребывание в зонах Клуба с обнаженными частями тела (за исключением раздевалок, душевых, банных комплексов); в зонах Клуба, предназначенных для физкультурных, физкультурно-оздоровительных, спортивных мероприятий в купальных костюмах, с обнаженным торсом, босиком, в шлепанцах (за исключением зоны бассейна), в верхней одежде, уличной обуви, носках, без специальной защиты (если в обязательном порядке такая предусмотрена для занятия определенным видом физической нагрузки, участия в спортивном мероприятии);
- пребывание во время тренировочного процесса в обуви, не предназначенной для участия в физкультурных, физкультурно-оздоровительных, спортивных мероприятиях;
- нецелевое использование инвентаря, оборудования, тренажеров, расположенных на территории Клуба; нарушение правил, инструкций по использованию данного оборудования; использование неисправного, поврежденного оборудования; залезать на непредназначенные для этого конструкции или сооружения (тренажеры, оборудование, фасады, перегородки, стены, барьеры, осветительные столбы, крыши и др.)
- самостоятельно устранять неполадки и ремонтировать снаряды и тренажеры, использовать снаряды и тренажеры не по назначению, передвигать оборудование без разрешения тренера;
- использование парфюмерии, косметических средств, имеющих резкий запах, а также средств, загрязняющих оборудование, помещение, предметы мебели и интерьера, расположенные на территории Клуба;
- использование жевательной резинки, пищевых и иных продуктов, предметов, представляющих угрозу жизни и здоровью (дыхательным путям, органам зрения и проч.) при участии в физкультурных, физкультурно-оздоровительных, спортивных мероприятиях.

1.13. Член клуба обязуется соблюдать следующие правила:

- соблюдать правила личной и общей гигиены;
- в безоговорочном порядке выполнять требования и рекомендации персонала Клуба, рекомендации и/или ограничения и/или запреты, размещенные на информационных, запрещающих табличках в Клубе, на оборудовании;
- внимательно относиться к состоянию своего здоровья. Член клуба обязуется незамедлительно уведомлять персонал Клуба о любых случаях ухудшения самочувствия, случившегося во время пребывания в Клубе, а также о любых ограничениях к занятиям физической культурой и спортом. Нарушение Членом Клуба настоящих Правил Клуба, наличие медицинских противопоказаний, выявленных у Клиента Клуба после начала оказания услуг и

послуживших основанием для временного прекращения оказания услуг, расценивается как отказ Клиента Клуба от исполнения договора.

- вести себя так, чтобы не поставить под угрозу себя и окружающих, не причинять вред, не нарушать их права и интересы

- немедленно информировать администрацию клуба о действиях и/или происшествиях, и/или обстоятельствах, которые являются/являлись причиной нанесения вреда здоровью, жизни, имуществу клиентов или других лиц.

- аккуратно и с должной осмотрительностью передвигаться по территории Клуба, обязательно используя специальную сменную, чистую, устойчивую, нескользящую обувь;

- в целях избегания случайных столкновений во время участия в физкультурных, физкультурно-оздоровительных, спортивных мероприятиях, самостоятельных занятиях в Клубе, соблюдать дистанцию, внимательно относиться к другим Членам клуба, не препятствовать последним в осуществлении тренировочного процесса;

- полотенца, предоставленные Исполнителем во временное пользование, применять исключительно для гигиены тела, не бросать их на пол, не вытирать ими обувь, иные личные предметы;

- соблюдать принципы спортивной этики, уважительно относиться к наименее физически и технически подготовленным Членам клуба;

- перед началом занятия удостовериться, что используемое оборудование, инвентарь находятся в безопасном состоянии, отсутствуют посторонние предметы, препятствующие безопасному использованию оборудования и инвентаря;

- не оставлять личные вещи без присмотра;

- не осуществлять фото -/ видеосъемку без предварительного согласования с Исполнителем.

- соблюдать правила этикета в Клубе, а именно:

- для тренировок в зонах Клуба, за исключением зоны бассейна и акваермального комплекса, должны использоваться предназначенные для этого закрытые спортивная обувь и одежда. Верхняя и нижняя части тела должны быть закрыты (футболки, майки, спортивные брюки, шорты, кроссовки). Форма для тренировок должна быть чистой и опрятной. Не допускается использование одежды с атрибутикой или символикой запрещенной законом или схожими с таковой до степени смешения;

- в целях безопасности Клуб следует посещать в специальной спортивной обуви; запрещается тренироваться в обуви, не предназначенной для этого, а также босиком, в пляжных или домашних тапочках, сланцах и т. п., исключения составляют специальные залы и занятия (например, йога, пилатес), а также зоны бассейна и акваермального комплекса. Занятия на татами в зоне боевых искусств разрешено посещать только в носках, либо босиком, либо в специальной борцовской обуви, не имеющей жесткой подошвы;

- при посещении бассейна, сауны и зоны акваермального комплекса следуют использовать купальный костюм, плавательную шапочку (только для бассейна) и резиновые шлепанцы. Запрещается посещать указанные зоны Клуба в нижнем белье, в купальных костюмах, имеющих металлические предметы, излишне открытых купальных костюмах, в иной, не предназначенной для спортивного плавания одежде, а также без нее.

- перед занятиями не рекомендуется использовать средства, имеющие резкий запах.

1.14. Члену клуба рекомендуется при участии в физкультурных, физкультурно-оздоровительных, спортивных мероприятиях принимать питьевую воду для поддержания водно-солевого баланса в организме.

1.15. В случае необходимости и для обеспечения комфорта и безопасности Членов клуба Исполнитель оставляет за собой право в одностороннем порядке вносить изменения и дополнения в настоящие Правила.

2. Правила пользования подземным паркингом и наземной парковкой

2.1 Правила пользования подземным паркингом для Членов клуба Riviera Wellness:

- Места в подземном паркинге предоставляются только при наличии свободных мест и только на время пребывания в Riviera Wellness. Если до или после вашего визита Вы посещаете другие заведения, в том числе арендаторов КД «Ривьера», оставлять машину на подземном паркинге на это время запрещено.

- Места, предназначенные для Членов клуба Riviera Wellness отмечены соответствующей надписью на парковочном месте и на столбах. Категорически запрещено оставлять машину на парковочных местах, не помеченных соответствующей надписью.

- При отсутствии мест в подземном паркинге Член клуба может проехать на наземную парковку.

- Член клуба обязуется соблюдать требования службы мониторинга территории КД «Ривьера», касающиеся парковки автомобиля.

- Членам клуба, которые приобрели или продлили клубную карту формата VIP, Исполнитель вправе предоставить парковочное место в подземном паркинге, только при наличии свободных мест и только на время пребывания Члена клуба на территории Клуба, без дополнительной платы. Формат клубной карты, а также предоставление возможности пользоваться подземным паркингом Член клуба может уточнить у Администрации клуба.

- Допуск автомобиля члена клуба осуществляется после получения брелока от подземного паркинга у администрации клуба.

- При приобретении Клубной карты на полный день – крайнее время для освобождения арендного места – 23.00, при приобретении Клубной карты дневного формата крайнее время для освобождения арендного места – 17.00.

- Фиксация времени нахождения в Клубе происходит посредством отметки индивидуального электронного браслета на рецепции 1 этажа и/или входа со стороны жилого дома.

- За нарушение Правил пользования подземным паркингом предусмотрена блокировка брелока сроком на 1 месяц. За повторное нарушение – блокировка брелока сроком на 3 месяца.

2.2 Правила пользования наземной парковкой для Членов клуба Riviera Wellness:

- Заезд на наземную парковку осуществляется по парковочным картам, при наличии свободных мест и только на время пребывания в Riviera Wellness.

- Стоимость парковки - 200 руб/час. Оплата осуществляется на стойке рецепции первой секции Клубного дома «Ривьера».

- Бесплатное время парковки для Членов клуба Riviera Wellness, при условии их нахождения на территории Riviera Wellness – 3 часа. Бесплатное время подлежит «обнулению» на рецепции 1 этажа Riviera Wellness. Если во время вашего визита Вы посещаете других арендаторов, обнулять карту следует в одном из мест посещения.

- Член клуба обязуется соблюдать требования службы мониторинга территории КД «Ривьера», касающиеся парковки автомобиля.

3. Правила посещения групповых программ:

3.1. «Групповые занятия» – физкультурные, физкультурно-оздоровительные, спортивные мероприятия, проводимые сотрудниками Исполнителя/лицами, привлеченными Исполнителем (Далее по тексту – Тренер), для групп Членов клуба, согласно действующему расписанию, утвержденному Исполнителем.

3.2. Исполнитель оставляет за собой право поменять заявленного для проведения группового занятия Тренера и вносить изменения в расписание групповых занятий в одностороннем порядке.

3.3. При опоздании Члена клуба на групповое занятия более чем на 10 (Десять) минут Тренер вправе не допустить опоздавшего на тренировку с целью обеспечения безопасности жизни и здоровья Члена клуба;

3.4. Все Члены клуба, опоздавшие к началу тренировки, могут занимать только свободные места в задних рядах, аккуратно и не мешая уже занимающимся Членам клуба.

3.5. Не допускается использование во время участия в физкультурных, физкультурно-оздоровительных, спортивных мероприятиях, проводимых в форме групповых занятий, собственного оборудования, инвентаря, хореографии, произвольных физических упражнений, не соответствующих заданным Тренером.

3.6. Использование мобильных телефонов и иными средствами связи в залах групповых занятий и во время их проведения не разрешается.

3.7. После группового занятия все оборудование и спортивный инвентарь должны быть возвращены Членом клуба в специально отведенные Исполнителем для этого зоны Клуба.

3.8. Исполнитель вправе изменять количество групповых тренировок, в связи с переходом на летний/зимний периоды.

3.9. Во избежание травм Члену клуба рекомендуется посещать занятия, соответствующие уровню его физической подготовки. Член клуба несет персональную ответственность за негативные последствия, вызванные превышением нагрузок.

3.10. Членом клуба запрещено во время проведения групповых тренировок свободно находиться в залах Клуба, предназначенных для групповых занятий. Член клуба имеет право пользоваться групповым залом и находящимся в нем инвентарём только в свободное от установленного расписанием Клуба занятий.

4. Правила посещения тренажерного зала:

4.1. Перед началом занятий в тренажерном зале Член клуба должен пройти вводный инструктаж по освоению правил эксплуатации тренажеров, техники выполнения упражнений индивидуальной программы Члена клуба.

4.2. Тренировочные упражнения с максимальными весами рекомендуется выполнять с разрешения тренера и страховкой (тренера, партнера) с использованием тяжелоатлетических ремней, лямок, перчаток в целях обеспечения безопасности жизни и здоровья Члена клуба.

4.3. При выполнении тренировочных упражнений запрещено использование сухой магнезии, детской присыпки.

4.4. На время отдыха между упражнениями на тренажере следует освободить его для использования другими занимающимися.

4.5. Запрещается резервировать тренажеры, оборудование, места в зонах тренажерного зала на время продолжительного отсутствия Члена клуба в указанных зонах.

4.6. При выполнении тренировочных упражнений с оборудованием, инвентарем рекомендуется использовать индивидуальные перчатки для фитнеса, а при контакте тела с опорными частями тренажера рекомендуется подкладывать полотенце в целях обеспечения соблюдения гигиенических норм.

4.7. Членам клуба запрещено посещать тренажерный зал при наличии необработанных механических повреждений кожи (ссадин, царапин, порезов).

4.8. Во избежание несчастных случаев:

– при работе со штангой необходимо использовать для фиксации блинов замки для грифа;

– для работы со свободными весами необходимо использовать в зале зону, предназначенную для этого;

– необходимо избегать выполнения упражнений со свободными весами (гантелями, штангами, блинами) на близком расстоянии от рядом стоящих людей;

4.9. После окончания тренировки необходимо самостоятельно убрать спортивный инвентарь и оборудование (штанги, гантели, другое незакрепленное оборудование, аксессуары) в специально отведенные Исполнителем для этого зоны.

4.10. Член клуба несет персональную ответственность за негативные последствия, вызванные превышением нагрузок.

4.11. Для правильного и безопасного выполнения упражнений на тренажерах рекомендуется следовать указаниям на дисплее тренажера.

4.12. Во время занятий на велотренажере ничто не должно мешать движению педалей.

4.13. При попадании предмета внутрь тренажера, отключите его и обратитесь к тренеру/персоналу Клуба.

4.14. Вблизи движущихся частей тренажера не должны находиться одежда, шнурки, полотенца и т.п.

4.15. Во избежание травм и падений не оборачивайтесь назад во время тренировки на тренажере.

4.16. При тренировке на беговой дорожке во избежание травм:

- запрещается тренировка на беговой дорожке без использования страховочного шнура;

- никогда не вставайте и не сходите с дорожки при движущемся полотне, для этого пользуйтесь боковыми подставками для ног, поручнями для поддержания равновесия и, при необходимости, кнопкой экстренной остановки;

- при низкой и средней скорости движения держитесь за поручни;

- при высокой скорости движения не держитесь постоянно за поручни, в этом случае они предназначены лишь для поддержания равновесия на недолгий промежуток времени, но не предназначены для давления на них;

- никогда не используйте тренажер, если у него имеются повреждения или на его функциональные части попала вода, сразу сообщите об этом персоналу Клуба.

4.17. Информацию о порядке и способах использования тренажера можно получить у дежурного тренера тренажерного зала.

4.18. Запрещается бросать тяжелые веса на пол во избежание его повреждения и повреждения инвентаря.

4.19 Тренажерный зал следует посещать в специальной спортивной обуви; Запрещается тренироваться в обуви, не предназначенной для этого, а также босиком, в пляжных или домашних тапочках, сланцах и т. п., исключения составляют специальные залы и занятия (например, йога, пилатес)

4.20 Во всех тренировках и спортивных мероприятиях Члены Клиенты Клуба участвуют на свой риск. Клуб не несет ответственности за вред, причиненный здоровью в результате выполнения физических упражнений Членами Клуба в нарушение требований инструкторов Клуба и/или предписаний врача. Член клуба несет персональную ответственность за негативные последствия, вызванные превышением нагрузок

5. Правила посещения занятий в зоне боевых искусств

Исполнитель предупреждает Члена клуба о том, что зона боевых искусств является зоной повышенного риска. Любые возможные риски, которыми сопровождаются тренировки в зоне боевых искусств, возлагаются на Члена клуба. Член клуба не может предъявлять Исполнителю требования, связанные с возмещением вреда здоровью Члена клуба, полученному в процессе тренировки.

5.1. Посещение занятий в зоне боевых искусств разрешается только в специальной обуви (чешки, борцовская обувь, кроссовки), не имеющей жесткой подошвы.

5.2 Работа со снарядами зоны боевых искусств допустима только в специальной экипировке (перчатки, накладки, бинты). Рекомендуется надевать защитную экипировку в присутствии Тренера. Экипировка должна быть индивидуальной, запрещается использовать чужую экипировку.

5.3 Спарринги допускаются только с разрешения Тренера и под его присмотром.

5.4 Запрещена эксплуатация снарядов с нарушением из целевого назначения, правил использования (в частности, вис на снарядах, удары ногами по снарядам, не предназначенным для этого).

5.5. Члену клуба запрещается находиться в зоне боевых искусств без разрешения Тренера во время проведения персональной или групповой тренировки.

5.6. Члену клуба запрещается бросать на татами/ринг гири, гантели, гриф и иной тяжеловесный инвентарь.

5.7 Занятия на татами в зоне боевых искусств разрешено посещать только в носках, либо босиком, либо в специальной борцовской обуви, не имеющей жесткой подошвы.

6. Правила посещения бассейна

6.1 Подписывая Дополнительное соглашение к Договору, Член клуба подтверждает отсутствие медицинских противопоказаний для занятий в бассейне; отсутствие заболеваний, передающихся водным путем (грибковые и другие кожные заболевания), а также полностью принимает на себя ответственность за состояние своего здоровья.

6.2. Исполнитель оставляет за собой право определять плавательные дорожки, по которым Член клуба может плавать, о чем Члена клуба информируют посредством таблички «Идет групповая тренировка», «Идет персональная тренировка» и проч.

Допускается одновременное плавание на одной плавательной дорожке не более 4-х человек, вне зависимости от того, зарезервирована она для персональной тренировки или предназначена для свободного плавания

6.3. Информация о прекращении работы бассейна, об изменении в расписании заблаговременно размещается на информационных носителях в Клубе.

- 6.4. Перед посещением бассейна Член клуба обязан принять душ без купального костюма. Перед посещением бассейна недопустимо наносить на кожу косметические средства, в том числе содержащие различные масла.
- 6.5. При посещении бассейна Член клуба должен иметь: купальный костюм, плавательную шапочку, мочалку, моющее средство, полотенце и резиновые шлепанцы. Запрещается плавать в бассейне в нижнем белье, в купальном костюме, имеющем металлические предметы, в иной, не предназначенной для спортивного плавания одежде, а также без нее.
- 6.6. Рекомендуется перед занятием в бассейне снять с себя любые ювелирные и иные украшения.
- 6.7. Плавать по дорожкам бассейна необходимо, придерживаясь правой стороны.
- 6.8. Категорически запрещается:
- прыгать с бортика в бассейн, за исключением, когда прыжки проводятся в разрешения и под контролем Тренера/работника Клуба;
 - плавать поперек бассейна, висеть на разделительных дорожках бассейна;
 - играть, прыгать, нырять и иным образом активно вести себя в бассейне;
 - плавать на дорожке бассейна, на которой проводится физкультурное, физкультурно-оздоровительное, спортивное мероприятие в форме группового занятия или на дорожке, на которой работник Клуба, Тренер установил ограничение по нахождению для других Членов клуба в связи с проведением физкультурного, физкультурно-оздоровительного, спортивного мероприятия в форме индивидуального занятия с Членом клуба;
 - пользоваться бассейном при наличии повышенной чувствительности кожи; открытых ран, порезов, травм, грибковых и иных кожных заболеваний;
 - удерживать лиц, находящихся в чаше бассейна, под водой, за исключением случаев участия на специальных физкультурно-оздоровительных мероприятиях под присмотром работника Клуба/Тренера.
- 6.9. Одна дорожка в бассейне резервируется для персональной тренировки и не доступна для свободного плавания, свободное плавание на данной дорожке разрешается только при отсутствии персональной тренировки.
- 6.10. При занятии в бассейне необходимо соблюдать правила водного движения. Не допустимо останавливаться в зоне плавательной дорожки, за исключением момента завершения выполнения дистанции в зоне разворота у торцевого бортика, при этом необходимо переместиться в безопасное место плавательной дорожки в зоне разворота, повернувшись лицом к другим участникам плавания для предотвращения возможного столкновения. Движение осуществляется против часовой стрелки по правой стороне. Обгон осуществляется с левой стороны от обгоняемого таким образом, чтобы при этом соблюсти дистанцию с занимающимися в воде. Завершая дистанцию, освободите зону разворота у торцевого бортика для других участников, по возможности повернитесь к чаше бассейна, чтобы иметь обзор всех занимающихся на плавательной дорожке и своевременно переместиться на безопасное расстояние для предотвращения столкновения.
- 6.11. При отсутствии навыков плавания и/или неуверенном ощущении себя в воде необходимо при посещении бассейна использовать средства, обеспечивающие возможность держаться на воде (нарукавники и проч.).

7. Посещение сауны в зоне бассейна и аквадермального комплекса (хаммама, русской бани, финской сауны, санариума, соляной комнаты)

- 7.1. Рекомендуем с особой осторожностью посещать сауну, санариум, баню, соляную комнату и хаммам. Примите во внимание, что продолжительное (свыше одной минуты) пребывание в сауне (хаммаме, бане, санариуме, соляной комнате) вызывает повышение температуры тела, что может оказаться опасным для Вашего здоровья.
- 7.2. При посещении сауны (хаммама, русской бани, финской сауны, санариума, соляной комнаты) в целях безопасности Члена клуба необходимо соблюдать следующие правила:
- запрещается сушить предметы гардероба, иные текстильные изделия, обувь;
 - запрещается использовать мобильные и иные электронные устройства;
 - использовать эфирные масла (настойки для сауны);
 - пользоваться кремами, масками для тела, иными косметическими средствами;
 - опирать естественные потребности, находясь в сауне (хаммаме);
 - запрещается прикасаться к каменным и металлическим частям оборудования, установленного в сауне;
 - запрещается использование металлических изделий;
 - запрещается лить воду на электрические каменки, и/или иным способом пытаться повысить установленную температуру в данных помещениях;
 - запрещается, в целях предупреждения травматизма, вставать в места выхода пара, засовывать руки, ноги и иные части тела в места выхода пара.
- 7.3. При посещении зоны аквадермального комплекса запрещены громкие и агрессивные разговоры, использование ненормативной лексики при общении, в разговорах по телефону, нарушение тишины и покоя иных посетителей; запрещено посещение зоны аквадермального комплекса излишне открытых купальных костюмов или без них.
- 7.4. Исполнитель вправе ограничить доступ в сауну (хаммам, русскую баню, финскую сауну, санариум, соляную комнату) в санитарный час для проведения санитарной и дезинфицирующей уборки. В случае необходимости Исполнитель вправе изменить время санитарного часа по своему усмотрению. Указанные основания ограничения

доступа в сауну (хаммам, русскую баню, финскую сауну, санариум, соляную комнату) не является нарушением оказания настоящих услуг

7.5. Посещение сауны (хаммама, русской бани, финской сауны, санариума, соляной комнаты) допускается только в купальных костюмах и купальных тапочках, имеющих противоскользящую подошву.

7.6. Запрещается посещение сауны (хаммама, русской бани, финской сауны, санариума, соляной комнаты) при наличии повышенной чувствительности кожи; открытых ран, порезов, травм, грибковых и иных кожных заболеваниях.

7.7 При посещении санариума рекомендовано к использованию дополнительное полотенце.

Исполнитель обращает внимание, что соблюдение Членом клуба настоящих Правил, положительно отразится на здоровье Члена клуба и предупредит возникновение возможных неблагоприятных последствий для жизни и здоровья. Исполнитель уведомляет: по всем возникающим вопросам по занятиям, использованию оборудования и иным вопросам относительно порядка исполнения Договора, Дополнительного соглашения, Правил необходимо обращаться к персоналу Клуба.

Исполнитель выражает надежду на благоприятное сотрудничество, желает вам спортивных успехов и приятного отдыха!