

Załącznik Nr 1 – Regulamin siłowni i siłowni fitness Ośrodka Sportu i Rekreacji w Niemodlinie

1. Regulamin siłowni i siłowni fitness Ośrodka Sportu i Rekreacji w Niemodlinie, zwany dalej Regulaminem, określa zasady korzystania siłowni i siłowni fitness, zwane dalej siłowniami, które znajdują się w Hali Widowiskowo-Sportowej w Niemodlinie.
2. Siłownie pozostają w zarządzie Ośrodka Sportu i Rekreacji w Niemodlinie, zwanego dalej OSiR.
3. Z siłowni mogą korzystać osoby pełnoletnie lub małoletnie, które ukończyły szesnasty rok życia, a pozostające pod opieką rodzica lub opiekuna prawnego. Pracownik OSiR ma prawo do wylegitymowania wieku osoby chcącej skorzystać z siłowni.
4. Wstęp na siłownie mają osoby, które okażą jednorazowy bilet lub ważny karnet. Karnet jest przypisany wyłącznie osobie, która go zakupiła, poprzez przydzielenie numeru porządkowego.
5. Godziny wstępu oraz wysokości opłat za karnet i jednorazowy bilet ustala Dyrektor OSiR.
6. W każdej z siłowni może przebywać jednocześnie maksymalnie dziesięć osób.
7. W siłowniach mogą przebywać osoby ćwiczące, opiekunowie, o których mowa w ust. 2 zd. 1, oraz trenerzy personalni i instruktorzy fitness, zwani dalej korzystającymi.
8. Z siłowni mogą korzystać osoby dysponujące rękami w stroju sportowym oraz w zmiennym, czystym i „pełnym” obuwiu sportowym.
9. Z siłowni nie powinny korzystać osoby, które:
 - 1) nie skonsultowały z lekarzem podjęcia ćwiczeń siłowych,
 - 2) podczas wysiłku fizycznego w związku z istniejącymi przeciwwskazaniami zdrowotnymi mogłyby zostać narażone na utratę życia lub uszczerbek na zdrowiu,
 - 3) pozostają pod wpływem alkoholu, środków odurzających lub substancji psychotropowych.
10. W siłowniach nie wolno:
 - 1) korzystać z ich wyposażenia niezgodnie z instrukcjami i przeznaczeniem,
 - 2) korzystać z uszkodzonego sprzętu siłowego,
 - 3) korzystać ze sprzętu siłowego innego aniżeli stanowiący wyposażenie siłowni,
 - 4) wykonywać ćwiczeń siłowych na ławce w pozycji leżącej i treningu z dużymi obciążeniami bez asekuracji,
 - 5) rzucać ciężarami bądź doprowadzać do ich upadku,
 - 6) korzystać ze sztangi bez uprzedniego zabezpieczenia talerzy,
 - 7) korzystać ze sztangi z różnymi obciążeniami po obu jej końcach,
 - 8) biegać poza bieżnię treningową,
 - 9) pozostawiać odzież, obuwia i toreb,
 - 10) spożywać posiłków,
 - 11) palić wyrobów tytoniowych i papierosów elektronicznych,
 - 12) używać otwartego ognia,
 - 13) przeszkadzać innym korzystającym,
 - 14) hałasować,
 - 15) śmiecić,
 - 16) wprowadzać zwierząt z zastrzeżeniem, że zakaz ten nie dotyczy psa przewodnika dla osoby niewidomej i pod warunkiem, iż pies jest na smyczy.
11. W przypadku doznania urazu korzystający powinien natychmiast przerwać ćwiczenia.
12. Korzystający powinien zgłosić zniszczenie bądź uszkodzenie wyposażenia siłowni pracownikowi OSiR.
13. Korzystający powinien opuścić siłownię najpóźniej na piętnaście minut przed zamknięciem Hali Widowiskowo-Sportowej w Niemodlinie.
14. Korzystający ponosi odpowiedzialność materialną za spowodowaną przez niego szkodę na mieniu OSiR; za szkodę spowodowaną przez osobę małoletnią, która ukończyła szesnasty rok życia, pozostającą pod opieką rodzica lub opiekuna prawnego, odpowiada rodzic lub opiekun prawny.
15. OSiR nie odpowiada za przedmioty pozostawione przez korzystających w szatniach lub siłowniach.
16. W sprawach nieuregulowanych w Regulaminie decyzje podejmuje Dyrektor OSiR.
17. Regulamin obowiązuje od dnia 1 października 2025 r

Dyrektor OSiR

mgr Krzysztof Kubiak