

REGULAMIN KORZYSTANIA Z SIŁOWNI CENTRUM SPORTU I REKREACJI w AUGUSTOWIE

1. Zarządzającym siłownią jest Centrum Sportu i Rekreacji w Augustowie.
2. Siłownia czynna jest codziennie w godzinach 6:00 – 21:45, z wyłączeniem okresu letniego tj. 01 lipca – 31 sierpnia (godziny otwarcia siłowni 10:00 – 17:45).
3. Z siłowni mogą korzystać tylko osoby pełnoletnie z następującymi wyjątkami:
 - a) do korzystania z siłowni dopuszcza się osoby, które ukończyły 15 lat pod wyłącznym nadzorem osoby dorosłej – wykwalifikowanego trenera lub prawnego opiekuna.
 - b) wstęp na siłownię grup zorganizowanych możliwy jest jedynie w obecności trenera / opiekuna po wcześniejszym uzgodnieniu jego warunków z zarządzającym obiektem.
 - c) lekcje wychowania fizycznego mogą być prowadzone w siłowni tylko po wcześniejszym uzgodnieniu z zarządzającym. Wejście na teren siłowni możliwe jest jedynie w grupie zorganizowanej, pod opieką nauczyciela.
4. Jednorazowo na siłowni przebywać może maksymalnie 25 osób.
5. Każda osoba korzystająca z siłowni zobowiązana jest do zapoznania się i bezwzględnego przestrzegania wszelkich norm bezpieczeństwa wynikających z niniejszego Regulaminu.
6. Każda osoba naruszająca porządek niniejszego Regulaminu bądź nie stosująca się do zaleceń pracowników Centrum Sportu i Rekreacji w Augustowie zostanie niezwłocznie usunięta z siłowni. Za zachowania osób biorących udział w zajęciach zorganizowanych / grupowych odpowiedzialność ponosi trener / opiekun grupy.
7. Korzystanie z siłowni jest odpłatne zgodnie z obowiązującym cennikiem Centrum Sportu i Rekreacji w Augustowie.
8. Osoby korzystające z siłowni winny posiadać strój sportowy, obuwie sportowe na zmianę oraz ręcznik.
9. Każdy użytkownik korzysta z siłowni dobrowolnie i jest całkowicie świadomy niebezpieczeństw i zagrożeń, jakie niesie za sobą korzystanie z obiektu (możliwość doznania urazów, kontuzji).
10. Zaleca się nie korzystanie z siłowni osobom, których stan zdrowia zabrania podejmowania wysiłku fizycznego, co może prowadzić do utraty zdrowia i życia.
11. Podczas wykonywania ćwiczenia polegającego na wyciskaniu sztangi na ławeczce w pozycji leżącej obowiązkowe jest korzystanie z pomocy osoby asekurowującej.
12. W przypadku zauważenia jakichkolwiek usterek używanych przyrządów należy niezwłocznie o tym fakcie poinformować pracowników Centrum Sportu i Rekreacji w Augustowie. W przypadku braku zgłoszenia odpowiedzialność za ewentualnie powstałe szkody obciąża osobę aktualnie korzystającą z danego przyrządu.
13. Każda osoba korzystająca z siłowni zobowiązana jest do stosowania się do następujących zasad:
 - a) unikanie gwałtownych szarpnięć ciężarów – ciężar winien być opuszczany z wyczuciem,
 - b) zabrania się wkładania rąk pomiędzy ruchome części segmentów maszyn,

- c) podczas treningu na dużych obciążeniach należy pamiętać o asekuracji,
- d) zabrania się przestawiania urządzeń w inne miejsca,
- e) każdy użytkownik wykonujący ćwiczenie typu martwy ciąg, podrzut, rwanie zobowiązany jest do zrzucania ciężaru tylko i wyłącznie na wyznaczony do tego celu pomost,
- f) każdy użytkownik zobowiązany jest do zachowania porządku w trakcie oraz po zakończeniu wykonanych ćwiczeń, zwłaszcza do odłożenia na właściwe miejsce używanych podczas treningu ciężarów i sprzętu.

14. Centrum Sportu i Rekreacji w Augustowie nie ponosi odpowiedzialności za przedmioty wartościowe pozostawione w siłowni.
15. Za zniszczone lub uszkodzone mienie znajdujące się na terenie siłowni, spowodowane niewłaściwym użytkowaniem sprzętu lub zachowaniem użytkownika, Centrum Sportu i Rekreacji w Augustowie domagać się będzie odpowiedzialności w wysokości równowartości uszkodzonego mienia / sprzętu.
16. Za wypadki oraz zdarzenia wynikające z nieprzestrzegania niniejszego Regulaminu jak również zaleceń pracowników Centrum Sportu i Rekreacji w Augustowie w zakresie dotyczącym bezpieczeństwa – Centrum Sportu i Rekreacji w Augustowie nie ponosi odpowiedzialności.