

## **Regulamin korzystania z Centrum Sportu SPARTAN S.C.**

Niniejszy regulamin określa warunki korzystania z siłowni i zajęć fitness w Centrum Sportu Spartan S.C. (zwanym dalej „Ośrodkiem”) przez Klientów posiadających ważny karnet lub jednorazowy bilet wstępu zwanych dalej Użytkownikami.

### **1. Postanowienia Ogólne:**

- 1.1. Użytkownik przed wykupieniem karnetu lub jednorazowego biletu wstępu zobowiązany jest do zapoznania się z treścią poniższego regulaminu. Zakupienie karnetu lub wejścia jednorazowego na siłownię stanowi akceptację postanowień niniejszego regulaminu.
- 1.2. Wstęp na siłownię dozwolony jest w godzinach jej otwarcia, określonych w aktualnej ofercie, dostępnej na stronie internetowej Ośrodka.
- 1.3. Warunkiem korzystania z siłowni jest zakup jednorazowego biletu wstępu lub karnetu. Opłata za wstęp pobierana jest z góry - według aktualnie obowiązującego cennika - i nie podlega zwrotowi.
- 1.4. Zakupienie pierwszego karnetu jest możliwe tylko i wyłącznie po wypełnieniu formularza rejestracyjnego oraz wykupieniu Karty Członkowskiej, której jednorazowa cena jest zgodna z obowiązującym cennikiem dostępnym na stronie internetowej Ośrodka oraz w recepcji Ośrodka.
- 1.5. Karnety są imienne, przypisane do jednego konkretnego Użytkownika bez możliwości przekazywania ich osobom trzecim. Podczas rejestracji Karty Członkowskiej wykonywane jest zdjęcie Użytkownika, które jest przechowywane w systemie wraz z pozostałymi danymi dotyczącymi Użytkownika. W razie wątpliwości dotyczących tożsamości Użytkownika pracownik Ośrodka może poprosić o okazanie dowodu tożsamości wraz z Kartą Członkowską.
- 1.6. W przypadku zgubienia Karty Członkowskiej i konieczności wystawienia duplikatu będzie pobierana opłata równa opłacie członkowskiej zgodnej z obowiązującym cennikiem dostępnym na stronie internetowej Ośrodka oraz w recepcji Ośrodka.
- 1.7. W przypadku zgubienia kluczyka do szafki w szatni pobierana będzie opłata wysokości 50zł.
- 1.8. Karnet ulgowy przysługuje uczniom i studentom do momentu ukończenia 26 roku życia za okazaniem ważnej legitymacji szkolnej / studenckiej.

## **2. Zasady korzystania z Ośrodka:**

- 2.1. Przed wykupieniem karnetu, Użytkownik powinien zasięgnąć opinii lekarza odnośnie swojego stanu zdrowia oraz poinformować instruktora o stanie zdrowia (stwierdzonych chorobach, dolegliwościach i przeciwwskazaniach).
- 2.2. Przed wejściem na siłownię / zajęcia fitness Użytkownik zobowiązany jest zgłosić się do recepcji, gdzie na czas ćwiczeń należy pozostawić karnet bądź wykupić jednorazowy bilet wstępu.
- 2.3. Każda osoba korzystająca pierwszy raz z siłowni ma obowiązek zgłosić się do instruktora lub innego pracownika obecnego na siłowni w celu zapoznania się z zasadami bezpiecznego korzystania z urządzeń oraz z poprawnym sposobem wykonywania ćwiczeń.
- 2.4. Przed rozpoczęciem ćwiczeń siłowych należy przeprowadzić rozgrzewkę.
- 2.5. Użytkownik obowiązany jest wykonywać ćwiczenia zgodnie z wskazówkami instruktora lub prowadzącego zajęcia odbywające się na sali fitness, z dołożeniem należytej staranności w celu zapewnienia bezpieczeństwa sobie i innym osobom korzystającym z siłowni oraz poszanowania wyposażenia i sprzętu Ośrodka.
- 2.6. Użytkownik jest obowiązany dostosować ćwiczenia do własnych możliwości fizycznych oraz stanu zdrowia. W tym celu przed rozpoczęciem korzystania z siłowni Użytkownik powinien skonsultować zakres ćwiczeń z instruktorem (trenerem). W razie wątpliwości dotyczących stanu zdrowia Użytkownik powinien skonsultować się z lekarzem. Ośrodek nie bierze odpowiedzialności za uszczerbek na zdrowiu wynikający z indywidualnego stanu zdrowia Użytkownika, będące konsekwencją okoliczności, za które odpowiedzialność ponosi Użytkownik, tj. będące konsekwencją zatajenia informacji o stanie zdrowia lub konsekwencją wykonywania ćwiczeń bez konsultacji albo wbrew zaleceniom instruktora.
- 2.7. Wszystkie urządzenia znajdujące się na terenie Ośrodka oraz sprzęt do ćwiczeń należy wykorzystywać zgodnie z ich przeznaczeniem. W przypadku nieznajomości zasad korzystania z urządzeń należy zwrócić się do instruktora lub innych osób z personelu Ośrodka.
- 2.8. Użytkownik ponosi pełną odpowiedzialność za uszkodzenia lub zniszczenia urządzeń oraz wyposażenia Ośrodka będące wynikiem niezastosowania się do zasad korzystania z w/w sprzętu oraz wskazówek personelu Ośrodka.
- 2.9. Za stan urządzeń i sprzętu oraz ich przydatność do ćwiczeń, jak również bezpieczeństwo ćwiczących w czasie zajęć odpowiedzialny jest instruktor.
- 2.10. Użytkownik zobowiązany jest powiadomić instruktora o każdym wypadku, urazie bądź kontuzji własnej i innych, jak również o wszystkich zauważonych nieprawidłowościach.

- 2.11. Zabrania się wykonywania ćwiczeń na przyrządach uszkodzonych lub niesprawnych.
- 2.12. Zabrania się samodzielnego poprawiania zacinających się płyt w stosach, stosowania nietypowych blokad, zawleczek i innych rozwiązań.
- 2.13. Zabrania się gwałtownego opuszczania ciężarów umieszczonych na stosach.
- 2.14. Zabrania się kładzenia hantli oraz sztang na tapicerce. Należy odkładać je na matach lub specjalnych uchwytach.
- 2.15. Należy dokładnie zakładać tarcze na sztalu do podnoszenia ciężarów. Ćwiczenie przy sztalu do podnoszenia ciężarów wymaga szczególnego nadzoru.
- 2.16. Przed rozpoczęciem ćwiczeń cardio na bieżni należy upewnić się, że na pasie bieżni nie znajdują się żadne przedmioty. Należy poruszać się po centralnej części pasa. Zabrania się zeskakiwania z bieżni podczas jej pracy.
- 2.17. Zabrania się korzystania z usług i urządzeń siłowni przez osoby będące pod wpływem alkoholu, narkotyków bądź innych środków odurzających lub psychotropowych.
- 2.18. Grupy zorganizowane, organizacje bądź instytucje mogą korzystać z Ośrodka po uprzednim zawarciu umowy z właścicielem Ośrodka.
- 2.19. Wszelka działalność zarobkowa, w tym prowadzenie treningów personalnych na terenie Ośrodka wymaga pisemnej zgody właściciela Ośrodka oraz wykupienia Licencji Centrum Spartan Trenera Personalnego na warunkach ustalonych z Właścicielem.

### **3. Zasady korzystania z siłowni przez małoletnich:**

- 3.1 Osoba małoletnia, która ukończyła 15 lat, zwana dalej „Małoletnim”, może korzystać z siłowni, za pisemną zgodą opiekuna prawnego, złożoną na formularzu Karty Członkowskiej.
- 3.2 Zgodę na korzystanie z usług i urządzeń Ośrodka przez Małoletniego podpisuje własnoręcznie jej opiekun prawny - osobiście w recepcji Ośrodka, dokumentując jednocześnie wiek małoletniego. Zgoda obejmuje przyjęcie pełnej odpowiedzialności za Małoletniego, jego uczestnictwo w zajęciach oraz ich następstwa
- 3.3 Małoletni zobowiązany jest stosować się do zaleceń instruktora oraz wykonywać ćwiczenia i korzystać ze sprzętu dostosowanego do swojego wieku, swoich możliwości i rozwoju fizycznego.
- 3.4 W przypadku nieprawidłowego wykonywania ćwiczeń, personel siłowni jest uprawniony zwrócić uwagę Małoletniemu. Jeśli mimo wcześniejszego upomnienia, Małoletni nie wykonuje ćwiczeń w sposób prawidłowy, Ośrodek zastrzega sobie możliwość zakazania małoletniemu ćwiczeń na danym urządzeniu bądź nakazać Małoletniemu przerwanie korzystania z Ośrodka.

3.5 Osoby małoletnie zobowiązane są do przestrzegania wszystkich pozostałych zasad niniejszego Regulaminu.

#### **4. Zasady dotyczące zachowania na terenie Ośrodka:**

- 4.1. Użytkownik zobowiązany jest do zachowywania się na terenie Ośrodka w sposób odpowiedni, nie przeszkadzający innym osobom korzystającym z Ośrodka. Zabrania się w szczególności używania wulgarnego lub obraźliwego języka.
- 4.2. Użytkownik zobowiązany jest do używania w trakcie ćwiczeń ręcznika w celu zapewnienia higieny oraz utrzymania w czystości urządzeń i wyposażenia Ośrodka.
- 4.3. Użytkownik zobowiązany jest do posiadania w trakcie uprawiania ćwiczeń sportowych odpowiedniej odzieży sportowej oraz czystego, zmiennego obuwia sportowego.
- 4.4. Użytkownik zobowiązany jest do pozostawienia zbędnej odzieży wierzchniej oraz torby w szatni. Nie należy w nich przechowywać wartościowych przedmiotów, za których zaginięcie Ośrodek nie ponosi odpowiedzialności.
- 4.5. Po zakończeniu ćwiczeń, Użytkownik zobowiązany jest do pozostawienia po sobie porządku w szczególności do wyczyszczenia specjalnym płynem (dostępnym na siłowni w części Cardio) rękojeści urządzeń po zakończonych ćwiczeniach.

#### **5. Pozostałe warunki:**

- 5.1. Niezastosowania się przez Użytkownika do postanowień niniejszego Regulaminu, bądź zaleceń instruktora, może spowodować czasowy bądź stały zakaz wstępu na teren Ośrodka. W takim przypadku Użytkownikowi, posiadającemu w okresie czasowego bądź stałego zakazu wstępu ważny karnet, nie przysługuje prawo do zwrotu kwoty odpowiadającej wartości niewykorzystanego karnetu.
- 5.2. Wszelkie uwagi i wnioski należy zgłaszać pisemnie lub ustnie w recepcji Ośrodka, bezpośrednio do instruktora siłowni, bądź za pośrednictwem poczty elektronicznej na adres: [kontakt@spartanfit.pl](mailto:kontakt@spartanfit.pl).