

PROVOZNÍ ŘÁD SAMOOSLUŽNÉ POSILOVNY FITNESS PLOVÁRNA

Každý návštěvník (člen) posilovny Fitness Plovárna je povinen řídit se tímto provozním řádem. Vstupem do prostor posilovny člen potvrzuje, že porozuměl znění tohoto řádu a zavazuje se ho dodržovat.

- » Otevírací doba je **pondělí - pátek 6:00 - 20:30, sobota - neděle a svátky 8:30 - 20:30**. O změnách v otevírací době informujeme na webu a Facebooku. Posilovnu je nutno opustit nejpozději 20:45 (budova se zavírá 20:50).
- » Člen potvrzuje, že je **zdravotně způsobilý** ke cvičení. Cvičení provádí na vlastní odpovědnost. Fitness Plovárna nenes odpovědnost za případná zranění. Pohyb osob mladších 18 let pouze v doprovodu dospělé osoby. Pohyb dětí mladších 15 let zakázán.
- » Člen se autorizuje svým **přístupovým kódem** a vstupní dveře za sebou **zabouchne**, aby se do prostoru nedostaly jiné neautorizované osoby. Zapiše se do **evidence návštěv** na recepci.
- » U vstupu se vždy vyzuj. V šatně se převleč a **obuj čistou sportovní obuv**. Zákaz chození naboso, v ponožkách a nepevné obuvi (žabky, nazouváky).
- » Při cvičení vždy používej **ručník**! Pokud sis ho zapomněl(a), můžeš si ho půjčit (pod dřezem za 10 Kč). Stanoviště po sobě vždy utři.
- » Udržuj pořádek a dodržuj **hygienická pravidla** v prostorách posilovny, šaten, sprch a toalet.
- » Používej **bezpečnostní uzávěry**. Činky, kotouče, osy a další pomůcky **vracej na své místo**.
- » Buď ohleduplný k ostatním členům. Pomož ostatním, pokud je potřeba. Neruš ostatní členy hlasitým projevem.
- » Sklenice na pití a všechny části nádoby mixéru po použití **umyj, utři a ulož zpět** na své místo.
- » Můžeš si zakoupit **doplňky z fit baru**. Částku za věci vlož do obálky, napiš na ni: své jméno, datum, věc a částku, a vhod do schránky.
- » Člen, který opouští posilovnu jako poslední **zavře všechna okna** (6 vč. pánských šaten), otevře dveře do šaten a sprch kvůli větrání, **vypne hudbu a notebook**, běhací pás a **zhasne všechna světla**. Vstupní dveře za sebou **zabouchne**.
- » Prostory posilovny jsou **monitorovány** kamerami se záznamem, kvůli bezpečnosti členů a předcházení případným krádežím. Každý člen dohlíží na své věci. Za odložené osobní a cenné věci vedení posilovny nezodpovídá.
- » Nahlaš nám ihned jakékoli závady a poškozené nebo chybějící vybavení.
- » Za nedodržení provozního řádu bude členovi omezen přístup do posilovny. Při opakovaném nedodržování může být členství zrušeno bez peněžité náhrady.

Doufáme, že dodržování těchto pravidel pomůže vytvořit příjemnou atmosféru v bezpečném prostředí :-)