

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
«ДЖАНИН ФИТНЕС»**

143402 Московская область, г. Красногорск, МКАД, 65 км.
ИНН 5024054519, КПП 508901001, ОГРН 1025002870144, т. 8(495) 995-15-15

**ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ И ПОВЕДЕНИЯ ПОСЕТИТЕЛЕЙ
В ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС»**

2023 г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор
ООО «Джанин Фитнес»



Е.С. Борисова
2023 г.

ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ И ПОВЕДЕНИЯ ПОСЕТИТЕЛЕЙ В ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС»

Введение

Правила посещения ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС» обязательны для соблюдения всеми посетителями, в т.ч. владельцами именных клубных (членских) карт, потенциальными членами и гостями ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС».

Правила не являются исчерпывающими, поскольку администрация ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС» вправе самостоятельно их дополнять, изменять и корректировать при необходимости.

Правила являются неотъемлемым приложением к договору (контракту) предоставления фитнес-услуг (далее - договор/контракт), заключаемым с физическими и юридическими лицами, а также группами лиц (далее - посетители ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС»). Лица, посещающие ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС» в качестве гостей членов фитнес-объекта, обязаны соблюдать настоящие правила в период пребывания в ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС». Ответственность за соблюдение правил гостями несет владелец клубной (членской) карты, пригласивший гостя. Участники корпоративного договора (договор с юридическим лицом) имеют статус посетителей фитнес-объекта.

1. ПРАВИЛА ПРЕБЫВАНИЯ В ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС».

Администрация ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС» рекомендует посетителям фитнес-объекта:

- до начала посещения фитнес-объекта, пользования фитнес-услугами пройти первичную консультацию специалиста/фитнес-тестирование для получения рекомендаций по допустимому для него уровню физических нагрузок и рекомендованным видам занятий, так как посетитель ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС» несет персональную ответственность за свое здоровье; при получении первичной консультации член фитнес-объекта должен предоставить полную и точную информацию о состоянии своего здоровья;
- по требованию администрации посетитель ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС» обязан представить медицинскую справку установленного образца о допуске к участию в физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятиях, проводимых в бассейне;
- для составления программы мероприятий в тренажерном зале пройти первоначальный инструктаж с целью адаптации посетителя фитнес-объекта к фитнес-программам и спортивному оборудованию, ознакомления с техникой безопасности при использовании оборудования, с правильной техникой выполнения упражнений, получения необходимых начальных знаний и навыков для последующих занятий;
- до посещения физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятий в форме групповых занятий с персоналом ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС» получить специальный инструктаж;
- для составления программы мероприятий в бассейне пройти первоначальный инструктаж с целью адаптации посетителя ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС» к программам и

Запрещается находиться на физкультурном и спортивно-оздоровительном мероприятии без специальной защиты, если такая защита предусмотрена для применения во время участия в соответствующем мероприятии.

Запрещается плавать в бассейне в нижнем белье и другой, не предназначенный для спортивного плавания одежду, а также без нее.

При наличии на теле посетителей ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС» татуировок или иных рисунков, запрещенных в России (например, содержащих свастику, ненормативную лексику, в т.ч. на иностранном языке), такие рисунки должны быть закрыты одеждой в течение всего времени пребывания в ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС», включая душевые и бассейн.

В целях безопасности запрещается заниматься босиком, в носках, пляжных или домашних тапочках и т.п., исключение составляют специальные занятия (например, йога, пилатес, стретчинг и др.).

Перед занятиями не рекомендуется использовать парфюмерию с резким запахом. Одежда должна быть чистой и опрятной.

Личная гигиена

Необходимо соблюдать общие нормы гигиены: перед посещением аквазоны (бассейна, сауны, бани, джакузи и др.) следует в обязательном порядке принять душ.

На территории ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС» запрещается:

- курить (в т.ч. электронные сигареты или вапорайзеры);
- находиться в ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС» в состоянии алкогольного, наркотического или токсического опьянения;
- употреблять спиртные напитки, наркотические вещества, стимуляторы, допинговые вещества, неразрешенные медикаменты;
- принимать сильнодействующие и запрещенные препараты без письменного разрешения врача, приносить и хранить на территории ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС» опасные вещества и предметы: взрывчатые вещества, средства взрывания и предметы, ими начиненные, сжатые и сжиженные газы, легковоспламеняющиеся жидкости, воспламеняющиеся твердые вещества, окисляющие вещества и органические перекиси, токсичные вещества, радиоактивные материалы, едкие и коррозирующие вещества, ядовитые и отравляющие вещества, оружие;
- приносить и использовать собственное спортивное оборудование или инвентарь, за исключением случаев отсутствия данного оборудования в ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС» и по согласованию с администрацией;
- самостоятельно использовать аппаратуру ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС», в т.ч. системы вентиляции, кондиционирования, телевизионные панели и пр.; изменять температурный режим, уровень освещения, направленность телевизионных панелей и громкость звукового сопровождения;
- самостоятельно пользоваться музыкальной и другой аппаратурой ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС», в т.ч. включать и/или демонстрировать аудио-, видео- и иные произведения с применением любых носителей и/или оборудования в помещениях фитнес-объекта.

Администрация оставляет за собой исключительное право на выбор произведений, транслируемых в ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС», а также порядок их трансляции. Если музыкальное сопровождение в ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС» мешает, рекомендуется при себе иметь портативный проигрыватель с наушниками и пользоваться им по мере необходимости и при условии, что его использование не создаст угрозу и/или не причинит вред здоровью;

- входить на территорию и в помещения, предназначенные для служебного пользования, за исключением случаев, когда имеется специальное приглашение;
- осуществлять иные действия в ущерб правам и интересам других посетителей ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС»;
- пользоваться фитнес-услугами при плохом самочувствии, в острый период заболевания, в т.ч. являющихся носителями передающихся инфекционных заболеваний и/или в период обострения хронического заболевания;
- в период беременности посещать физкультурные, физкультурно-оздоровительные и иные мероприятия, не предусмотренные для беременных;

- передавать членскую карту, средства идентификации, ключи или иные запирающие/открывающие устройства от шкафчиков, сейфов и т.д. третьим лицам;
- самостоятельно размещать на территории ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС» надписи, объявления, рекламные материалы, проводить опросы или осуществлять рекламную, маркетинговую, консультационную и иную деятельность, в т.ч. предпринимательскую;
- собирать и/или распространять любыми способами персональные данные, информацию о личной жизни посетителей и сотрудников ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС»;
- приносить и пользоваться электробытовыми приборами.

2 ОБЩИЕ ПРАВИЛА УЧАСТИЯ В ФИЗКУЛЬТУРНЫХ И СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЯХ

Посетитель ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС», начиная пользоваться фитнес-услугами, должен письменно продекларировать то, что не имеет медицинских противопоказаний для посещения ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС» и пользования фитнес-услугами.

Каждый посетитель ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС» при посещении физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятий должен строго следовать рекомендациям персонала ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС», в т.ч. сотрудник ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС» имеет право запретить посетителю ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС» посещение того или иного мероприятия или выполнение конкретного упражнения, если это может негативно отразиться на состоянии его здоровья.

В случае расхождения между английским и русским текстами правил определяющим является текст правил, составленный на русском языке.

Перед началом физкультурных, физкультурно-оздоровительных и спортивно-оздоровительных мероприятий, а также перед началом самостоятельных занятий необходимо убедиться, что используемое оборудование, инвентарь находятся в исходном безопасном и/или выключенном состоянии, отсутствуют посторонние предметы, которые могут повлиять на его безопасное использование. Запрещается использовать неисправное, поврежденное или сломанное оборудование, инвентарь.

По окончании самостоятельных занятий или участия в физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятиях необходимо вернуть использованный инвентарь, оборудование ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС» на специально отведенное место, зафиксировав и/или приведя его в безопасное нерабочее положение.

Во время участия в физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятиях, а также в самостоятельных занятиях запрещается бросать на пол или иным образом неаккуратно использовать оборудование (гантели, штанги, блины и пр.), так как это приводит к повреждению оборудования, мебели, отделки помещений фитнес-объекта, повышенному шуму, а также к риску причинения вреда здоровью.

Во избежание несчастных случаев посетителям ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС» запрещается самостоятельно (в отсутствие инструктора) пользоваться тренажерами, предназначенными только для физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятий в форме индивидуальных занятий с инструктором ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС».

На занятиях рекомендуется употреблять воду для поддержания в организме водно-солевого баланса, а также иметь при себе полотенце.

Во время физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятий, а также при самостоятельных занятиях запрещается использовать жевательную резинку.

Некоторые физкультурные и спортивно-оздоровительные мероприятия имеют ограничение по количеству занимающихся, что связано с использованием дополнительного оборудования. Предварительная запись на эти мероприятия проводится на рецепции ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС». При отсутствии посетителя ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС», записавшегося на такое мероприятие, в момент его начала запись этого посетителя ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС» аннулируется, и на свободное место может быть допущен любой посетитель, желающий участвовать в мероприятии.

Инструктор/тренер имеет право не допустить посетителя ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС» на занятие в случае его опоздания, при отсутствии свободных мест в зале и в других случаях, когда это может создать неблагоприятные условия для занятий.

Во время групповых занятий необходимо строго следовать рекомендациям инструктора/тренера и использовать оборудование, указанное инструктором/тренером.

Рекомендуется посещать занятия, соответствующие уровню подготовленности. Описание занятий (с указанием требуемого уровня подготовки) возможно получить на рецепции ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС», официальном сайте.

Запрещается резервировать места в зале групповых занятий. Также запрещается входить в зал с большими спортивными сумками.

После окончания занятия необходимо вернуть спортивный инвентарь в специально отведенные места.

Некоторые групповые занятия (например, групповые занятия по велопрограммам) имеют ограничение по количеству занимающихся, что связано с использованием дополнительного оборудования. Для посещения таких занятий рекомендуется предварительная запись на рецепции ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС».

Посещение специальных (комерческих) занятий возможно только после их предварительной оплаты.

Во время участия в физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятиях в форме групповых занятий с инструктором/тренером ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС» запрещается использовать собственную хореографию и оборудование, не предусмотренное программой мероприятий.

4 ЗАНЯТИЯ В ВОДЕ (БАССЕЙН)

Для посещения бассейна администрация ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС» вправе запросить соответствующую справку (заключение об отсутствии противопоказаний для посещения бассейна) и оставляет за собой право не допускать в бассейн лиц, не предоставивших справку для посещения бассейна или не прошедших соответствующий осмотр у медицинского сотрудника ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС» (при его наличии).

Посещение бассейна разрешается только при наличии купального костюма, шапочки для плавания, специальной резиновой обуви, принадлежностей для душа, полотенца. Каждый посетитель бассейна обязан перед посещением бассейна принять душ. Рекомендуется входить в воду, спускаясь по специально предусмотренному для этого трапу/лестнице, повернувшись спиной к воде. Во время плавания необходимо ориентироваться на разметку бассейна. Плавание внутри каждой отдельно взятой дорожки осуществляется против часовой стрелки (по правой стороне). Не допускается плавание посередине дорожки или по ее левой стороне, чтобы не столкнуться с другими посетителями бассейна.

Не допускается плавать на дорожке бассейна, на которой проводится физкультурное и спортивно-оздоровительное мероприятие в форме группового занятия с инструктором/тренером, или на дорожке, на которой инструктор установил ограничение по нахождению для других посетителей в связи с проведением этих мероприятий в форме индивидуального занятия с посетителем бассейна.

Не рекомендуется занимать дорожку, выделенную для скоростного плавания, в случае отсутствия навыков плавания или их недостаточном развитии. При отсутствии или при недостаточном развитии навыков плавания обязательно использование поддерживающих на воде средств (доски для плавания и пр.).

Во время плавания разрешено пользоваться плавательными досками. Использование прочего оборудования (ласты, колобашки, оборудование для аквааэробики) возможно только с разрешения дежурного инструктора, который в целях соблюдения мер безопасности вправе отказать в его выдаче и использовании.

Если посетитель делает перерыв в ходе тренировки, он должен расположиться в углу дорожки с правой ее стороны, чтобы другие посетители бассейна могли спокойно выполнить

повреждению оборудования, мебели, отделки помещений фитнес-объекта, повышенному шуму, а также к риску причинения вреда здоровью.

При возникновении вопросов об использовании того или иного тренажера необходимо обращаться к дежурному инструктору/тренеру.

6 ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ (ПЕРСОНАЛЬНЫЕ) ЗАНЯТИЯ

Индивидуальное занятие может проводиться только лицом, специально уполномоченным на это администрацией ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС».

Запись на индивидуальное занятие проводится заранее по согласованию с инструктором/тренером.

7 ПОЛЬЗОВАНИЕ САУНАМИ, БАНЯМИ

При пользовании сауной/баней необходимо соблюдать правила техники безопасности. Использование сауны/бани может быть ограничено (для проведения профилактических и иных работ). В сауне/бане запрещается сушить одежду и полотенца, читать газеты, журналы и другую литературу, выливать жидкости на камни, а также оставлять после себя какие-либо вещи и предметы.

В сауне/бане запрещается использование эфирных масел, настоек, в т.ч. специально предназначенных для этого, так как данные вещества легко воспламеняются и их использование требует строгого соблюдения повышенных мер предосторожности.

Не допускается использование любых косметических средств или манипуляций (масло, мед, кофе, скраб, пилинг и другие ароматические препараты) в раздевалках/душевых/бане/сауне во избежание приступов астмы и различных случаев аллергической реакции у других посетителей, а также в связи с тем, что это может привести к засорению канализационных сливов и к порче оборудования.

Перед посещением бани/сауны/бассейна не допускается втирать в кожу различные кремы и мази по причине возможного нанесения вреда своему здоровью (перегрев, повышение артериального давления, аллергические реакции и пр.).

Во избежание несчастного случая рекомендуется посещать сауны и паровую баню (при их наличии) в присутствии хотя бы одного посетителя ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС».

8 ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПОЛОТЕНЦ, ХАЛАТОВ

Предоставленные ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС» во временное пользование полотенца следует использовать исключительно для гигиены тела, не бросать их на пол, не вытираять ими обувь и/или иные личные предметы, в т.ч. не оставлять их в банных комплексах.

По окончании использования полотенце/халат следует сдавать в специально отведенные места.

За утерю/порчу полотенца или халата взимается компенсация согласно прейскуранту.

9 ДЕТСКОЕ ЧЛЕНСТВО В ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС»

Детский фитнес - это сбалансированная спортивно-оздоровительная программа для детей и подростков с учетом их возрастных особенностей, физической подготовленности и интересов.

В ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС» могут быть установлены возрастные границы минимальная и максимальная в зависимости от наличия специально оборудованных площадей для проведения физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятий с детьми и подростками. Дети и подростки могут посещать клуб исключительно на условиях договора/контракта. Родители или уполномоченные лица несут персональную ответственность за детей на территории ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС» и не должны оставлять

Дети, находясь на территории бассейна для взрослых, должны соблюдать следующие правила:

- не находиться на бортике без специальной обуви;
- не бегать по бортику;
- не прыгать с бортика в воду;
- не использовать джакузи для плавания и игр;
- не подавать ложные сигналы бедствия, кричать;
- не совершать действия, которые могут помешать окружающим.

Не рекомендуется посещение ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС» детьми в случаях, когда у ребенка:

- насморк, кашель, болит горло, повышенная температура;
- имеются признаки диареи (тошнота, кишечная дискинезия);
- признаки инфекционного заболевания, сыпь;
- имеются повреждения кожных покровов и слизистых.

10 РАЗНОЕ

10.1. Гардероб, шкафчики, сейфы

Верхнюю одежду (в осенне-зимний сезон) необходимо сдавать в гардероб.

Для вещей рекомендуется использовать шкафчик в раздевалке. Ключ от шкафчика выдается на рецепции ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС».

Не разрешается оставлять свои вещи в шкафчиках после окончания занятий в ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС». Перед уходом из ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС» шкафчик необходимо оставить открытым, а ключ от шкафчика необходимо сдать на рецепцию.

Для ценных вещей предлагается использовать сейфовые ячейки. Не следует оставлять без присмотра личные ценные вещи, а также выданные номерки от гардероба, ключи от шкафчика и сейфовой ячейки.

За утерю членской карты, ключей или иных запирающих/открывающих устройств от шкафа, сейфовой ячейки и т.д., электронных средств идентификации, номерка от гардероба, взятого в аренду халата и/или инвентаря, посетитель ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС» по требованию администрации обязан произвести соответствующую плату в размере, предусмотренном прейскурантом.

За утерянные вещи посетителя администрация ответственности не несет. По вопросам о забытых вещах необходимо обращаться на рецепцию ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС». Срок хранения забытых вещей, в т.ч. ценных (часы, ювелирные изделия, документы и подобное), устанавливается ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС».

Администрация ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС» не несет ответственности за вред имуществу посетителя ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС», причиненный действиями третьих лиц.

10.2. Запрет проведения занятий посетителями ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС»

Посетители ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС» не имеют право проводить индивидуальные занятия (тренировки) для других посетителей ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС».

10.3. Фото- и видеосъемка на территории ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС»

На территории ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС» запрещается проводить фото- и видеосъемку без предварительного согласования с администрацией ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС».

11 ДЕЙСТВИЯ В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

11.1. При обнаружении пожара или его признаков

(дым, запах гари и др.), каждый посетитель обязан:

- Незамедлительно сообщить об этом по телефону в пожарную охрану (при этом необходимо назвать адрес объекта, место возникновения пожара, вероятную возможность угрозы людям, а также другие сведения, необходимые диспетчеру пожарной охраны. Кроме того, следует назвать себя и номер телефона, с которого делается сообщение о пожаре, а

Посетитель ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС» обязан покинуть помещения ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС» до наступления времени окончания его работы. Если договором/контрактом предусмотрено право посетителя ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС» пользоваться услугами в соответствии с ограниченным видом доступа в ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС» (например, только в определенные дни и/или часы), то посетитель ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС» не вправе находиться в ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС», пользоваться фитнес-услугами в дни и часы, не предусмотренные видом доступа в ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС».

Посетитель ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС» не вправе пользоваться перечнем услуг, которые не включены в соответствующий вид доступа в ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС». Посетитель ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС» не вправе находиться в помещениях фитнес-объекта, в которых предоставляются услуги, не включенные в соответствующий вид доступа в ООО «ДЖАНИН ФИТНЕС».