

Правила посещения Фитнес-центра ФГБУ «МФК Минфина России»

1. Общие положения

1.1. Правила посещения Фитнес-центра ФГБУ «МФК Минфина России» (далее - Правила) разработаны в соответствии с Федеральным законом Российской Федерации от 07.02.1992 № 2300-1 «О защите прав потребителей», Гражданским кодексом Российской Федерации, ГОСТ «Р 57116-2016. Национальный стандарт Российской Федерации. Фитнес-услуги. Общие требования к фитнес-объектам», утвержденным Приказом Росстандарта от 04.10.2016 № 1304-ст и определяют порядок и условия оказания услуг Фитнес – центром Учреждения ФГБУ «МФК Минфина России» (далее –Фитнес-центр).

1.2. Настоящие Правила являются обязательными для всех посетителей, вне зависимости от возраста и состояния здоровья.

2. Условия предоставления услуг

- 2.1. Вход в Фитнес-центр осуществляется только при предъявлении абонеента.
- 2.2. На территории ФГБУ «МФК Минфина России» действует пропускной режим, в связи с этим по требованию сотрудников ведомственной охраны посетитель обязан предоставлять абонемент и паспорт сотруднику для проверки.
- 2.3. Абонемент на посещение Фитнес-центра выдается после подписания между посетителем и Фитнес-центром договора на предоставление услуг, выбранных посетителем и оплаты этих услуг в полном объеме.
- 2.4. Абонемент является персональным и не может быть передан другим лицам. В случае установления факта передачи абонеента третьему лицу, администрация Фитнес-центра вправе в одностороннем порядке изъять такую карту у третьего лица и аннулировать.
- 2.5. При приобретении абонеента услуга начинает действовать с даты активации (при первом посещении фитнес-центра, но не позднее двух недель с момента покупки) независимо от того, посещал посетитель Фитнес-центр или нет.
- 2.6 В случае отказа от абонеента, посетитель имеет право переоформить абонементы со сроком на 3 месяца и на 6 месяцев на другое лицо, пропорционально периоду, оставшемуся до конца срока действия абонеента, или приостановить действие абонеента на определенный срок с дальнейшим пропорциональным переносом срока его действия (далее - заморозить), при следующих условиях и в следующем порядке:
 - абонемент сроком действия 1 месяц – не замораживается;
 - абонемент сроком действия 3 месяца – замораживается не более чем на 7 календарных дней однократно за весь период действия;
 - абонемент сроком действия 6 месяцев – замораживается не более чем на 14

3. Препывание в Фитнес – центре

- 3.1. В случае отказа от предоставления посетителем Фитнес - центра медицинской справки или выписки из медицинской документации медицинского учреждения, оказывающего медицинскую помощь посетителю на постоянной основе, содержащую рекомендации врача по возможным и допустимым физическим нагрузкам при занятии им физической культурой и спортом, Фитнес - центр вправе считать, что у посетителя отсутствуют соответствующие противопоказания к занятиям спортом.
- 3.2. Для занятий в Фитнес-центре необходимо в раздевалке сменить одежду и обувь на предназначенную для занятий спортом: футболки, спортивные брюки, шорты, кроссовки, и специальную (устойчивую и нескользящую) обувь для душа и сауны. В целях безопасности запрещается заниматься босиком, в носках, пляжных или домашних тапочках и т.п., исключение составляют специальные занятия (например, йога, пилатес и др.). Запрещается находиться в шипованной обуви и обуви на каблуках в фитнес зонах и залах.
- 3.3. Ценные вещи посетителей подлежат хранению в сейфовых ячейках, расположенных на рецепции Фитнес - центра.
- 3.4. Перед началом физкультурных, физкультурно-оздоровительных и спортивно-оздоровительных мероприятий, а также перед началом самостоятельных занятий

4. Посетителям Фитнес-центра запрещено:

- 4.1. При посещении Фитнес-центра оставлять личные вещи и одежду без присмотра.
- 4.2. Пользоваться услугами при плохом самочувствии, в острый период заболевания, в том числе являющихся носителями передающихся инфекционных заболеваний и/или в период обострения хронического заболевания, а также в период беременности посещать физкультурные, физкультурно-оздоровительные и иные мероприятия, не предусмотренные для беременных.
- 4.3. Принимать пищу в фитнес-зонах, предназначенных для занятий, в зонах отдыха и раздевалках. Во время физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятий, а также при самостоятельных занятиях запрещается использовать жевательную резинку.
- 4.4. Использовать стеклянную посуду для напитков во всех тренировочных зонах (для питья можно использовать только пластиковые стаканы и бутылки).
- 4.5 Заходить в залы с водой в открытой таре (стаканом).
- 4.6. Оставлять воду на тренажерах и музыкальной аппаратуре.
- 4.7. Самовольно размещать на территории Фитнес-центра объявления, рекламные материалы, осуществлять проведение персональных тренировок другим посетителям, а также проводить опросы, распространение товаров и вести иную частную предпринимательскую деятельность.
- 4.8. Проводить на территории Фитнес-центра физкультурные, спортивные, оздоровительные и иные мероприятия, в том числе составлять тренировочные программы, оказывать помощь посетителям Фитнес-центра во время тренировочного процесса и/или контролировать тренировочный процесс посетителей, а также оказывать иные услуги посетителям или пользоваться такими услугами.
- 4.9. Оставлять без присмотра детей в возрасте до 14 лет на территории Фитнес-центра.
- 4.10. Детям и подросткам, не достигшим возраста 16 лет, посещать тренировочные зоны и занятия для взрослых.
- 4.11. Передвигать предметы и мебель, принадлежащие Фитнес-центру.
- 4.12. Проводить видео и фотосъемку в Фитнес-центре без предварительного согласования с Учреждением

5. Правила пользования раздевалками

Шкафчики в раздевалке используются для размещения одежды, обуви и других личных вещей. Ключ от шкафчика выдается на рецепции в обмен на абонемент и подлежит обязательному возврату после окончания занятий и пользования раздевалкой. В случае утери ключа от шкафчика необходимо возместить стоимость утраченного ключа, в соответствии с действующим прейскурантом. В раздевалке запрещается:

- 1.3. Посетитель обязан ознакомиться с настоящими Правилами и соблюдать их во время пребывания и пользования всеми услугами Фитнес-центра.
- 1.4. Приобретение услуг Фитнес-центра (разового посещения или абонеента) является подтверждением согласия посетителя с Правилами посещения и их соблюдением.
- 1.5. Режим работы Фитнес-центра: ежедневно с 07:00 до 23:00. Вход в Фитнес-центр прекращается за 30 минут до времени окончания работы Фитнес-центра. Посетитель обязан покинуть спортивный зал не менее чем за 15 минут до закрытия Фитнес-центра.
- 1.6. Фитнес-центр оставляет за собой право изменения режима работы. Информация об изменениях часов работы Фитнес-центра размещается на информационном стенде Фитнес-центра.

- календарных дней однократно или 2 раза по 7 дней за весь период действия - абонемент сроком действия 12 месяцев – замораживается не более чем на 28 календарных дней однократно или 4 раза по 7 дней за весь период действия.
- 2.7. В случае отказа от абонеента, посетитель имеет право приостановить действие оказываемых услуг на определенный срок с дальнейшим пропорциональным переносом срока его действия.
- 2.8. Заявление о приостановлении оказываемых услуг, посетитель должен написать не позднее, чем за 1 день до желаемой даты приостановления, за исключением случаев болезни, незапланированной служебной командировки и т.п.
- 2.9. Количество дней, приостановленных на оказание услуг по Договору не может превышать количество дней, оставшихся до срока окончания действия абонеента. Срок действия абонеента продлевается путём прибавления количества дней приостановки к дате окончания его срока действия.
- 2.10. Для посетителей Фитнес-центра за отдельную плату предлагаются дополнительные услуги: персональные тренировки по всем фитнес-программам, (полный перечень и стоимость которых предоставлен в отдельном прейскуранте). Стоимость дополнительных услуг, а также их длительность может быть изменена по усмотрению Учреждения. Вся информация о дополнительных услугах находится на ресепшен Фитнес-центра.
- 2.11. В случае полного прекращения предоставления оплаченных услуг Фитнес-центра, вызванных необходимостью устранения технических неполадок, проведения массовых мероприятий, соревнований, препятствующих посетителю пользоваться приобретёнными услугами, Учреждение вправе продлить срок действия абонеента.

- необходимо убедиться, что используемое оборудование, инвентарь находятся в исходном безопасном и/или выключенном состоянии, отсутствуют посторонние предметы, которые могут повлиять на его безопасное использование. Если посетитель при получении имущества Фитнес-центра не предъявил претензий, данное имущество считается выданным ему в исправном состоянии.
- 3.5. На занятия рекомендуется употреблять воду для поддержания в организме водно-солевого баланса, а также иметь при себе полотенце.
- 3.6. Забытые в Фитнес-центре вещи бесплатно хранятся в течение 10 дней. Информацию о них можно получить на рецепции. По истечении 10 дней забытые вещи подлежат уничтожению без последующей выплаты материального возмещения собственнику.
- 3.7. Покидая Фитнес-центр, посетитель обязан сдать всё имущество, выданное во временное пользование Фитнес-центром, освободить шкаф, сдать от него ключ на рецепции, оплатить дополнительно оказанные Фитнес- центром, если таковые были оказаны, услуги и получить свой абонемент.
- 3.8. По истечении срока действия договора, обязанности Фитнес-центра в части предоставления комплекса физкультурно-оздоровительных услуг считается выполненным, услуги оказанными.

- 4.13. Самостоятельно регулировать уровень освещения и температурного режима, разворачивать телевизоры и плазменные панели, включать и выключать кондиционеры и т.п.
- 4.14. Самостоятельно пользоваться звуковой и видеоаппаратурой Фитнес-центра. В Фитнес-центре используется корпоративный формат музыкального сопровождения, использование иной музыки не разрешается. За исключением, можно использовать персональную аудиоаппаратуру.
- 4.15. Курить и находиться в состоянии алкогольного, наркотического или токсического опьянения.
- 4.16. Использовать ненормативную лексику.
- 4.17. Пользоваться мобильным телефоном во время занятий.
- 4.18. Входить в Фитнес-центр с животными.
- 4.19. Проходить в раздевалки, душевые и помещение фитнес-центра в уличной обуви и верхней одежде.
- 4.20. Приносить и использовать собственное спортивное оборудование или инвентарь, за исключением случаев отсутствия данного оборудования в Фитнес-центре и по согласованию с Фитнес-центром.
- 4.21. Неуважительно относится друг к другу и персоналу.
- 4.22. Приносить в помещения Фитнес-центра оружие, взрывчатые вещества, режущие, колющие, стеклянные предметы, а также портящие и пачкающие предметы.
- 4.23. Резервировать или использовать не по назначению тренажеры, оборудование и инвентарь, места в зонах/залах для физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятий (на время продолжительного отсутствия других посетителей Фитнес - центра).
- 4.24. Заниматься в помещениях Фитнес-центра, не предназначенных для организации и проведения физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятиями.
- 4.25. Сбирать и/или распространять любыми способами персональные данные, информацию о личной жизни посетителей и сотрудников Фитнес-центра.

- оставлять свои вещи вне шкафчика;
- оставлять ключ от шкафчика в замке, во время посещения занятий;
- оставлять свои вещи в шкафчиках после окончания занятий.
При посещении туалетов раздевалок необходимо соблюдать общие санитарные и гигиенические требования.

6. Правила пользования душевыми

6.1. Душевые раздевалок Фитнес-центра предназначены только для легкого мытья после занятий. Максимальное время пребывания в душе не должно превышать 5-7 минут.

6.2. В душевых запрещается:

- приносить в душевые моющие средства в стеклянной таре;
- красить волосы;

- пользоваться бритвенными принадлежностями;
- проводить любые процедуры с использованием средств для глубокого очищения кожи, маслами и т.п.;
- мыть обувь или стирать вещи.

7. Правила пользования саунами

- 7.1. Перед заходом в сауну необходимо принять душ, и снять украшения.
7.2. Во время нахождения в сауне закрывайте слизистые части тела.
7.3. Избегайте соприкосновения с поверхностью каменки — это вызывает сильные ожоги.
7.4. В сауне запрещается:
- самостоятельно регулировать температуру саун;
 - находиться в резиновых тапочках (их необходимо оставлять при входе);
 - использовать полотенца и/или простыни для покрытия скамей;

- поливать водой, эфирными маслами нагревательные элементы сауны, так как это может послужить причиной выхода сауны из строя;
- использовать веники, ароматизирующие средства, глубоко очищающие кожу средства (скраб), а также маски для лица, мёд, кофе и тому подобные вещества, способствующие загрязнению помещения и порче оборудования;
- сушка белья, полотенец;
- накрытие каменки посторонними предметами.

8. Правила работы залов

8.1. Зал групповых занятий предназначен для проведения общих групповых тренировок по различным направлениям, зал единоборств и зал дополнительных занятий предназначен для проведения платных тренировок, как групповых, так и индивидуальных, по различным направлениям.

8.2. Групповые занятия приводятся по расписанию. Администрация Фитнес-центра имеет право вносить изменения в текущее расписание и осуществлять замену инструктора. Расписание групповых занятий находится на рецепции и информационных стендах центра, сайте Учреждения.

8.3. Администрация Фитнес-центра оставляет за собой право в одностороннем

порядке менять инструктора групповых программ, заявленного в расписании, в случае его болезни, отпуска или увольнения.

8.4. Самостоятельные тренировки в залах групповых занятий могут осуществляться в период времени, свободный от групповых уроков, указанных в расписании.

8.5. Посетители могут пользоваться услугами только инструкторов Фитнес-центра. Проведение самостоятельных персональных тренировок с другими посетителями запрещено.

8.6. Запрещается посещение групповых занятий детям, не достигшим 14 лет, за исключением специальных детских занятий.

9. Правила посещения групповых занятий

9.1. Во избежание травм рекомендуется посещать тренировки, соответствующие своему уровню подготовки.

9.2. В случае отсутствия у посетителя уровня подготовки к выполнению определенных видов занятий инструктор Фитнес-центра вправе не допустить его к занятиям.

9.3. Занятия в залах групповых программ проходят по предварительной записи.

Количество занимающихся в группе ограничено. Запись на занятие производится заранее.

9.4. В случае опоздания на занятие более чем на 10 минут, инструктор имеет право не допустить опоздавшего на занятие.

9.5. После групповых занятий все оборудование должно быть возвращено на специально отведенные места.

10. Правила посещения тренажёрного зала

10.1. Соблюдение правил эксплуатации тренажёров.

10.2. В случае возникновения вопросов, как пользоваться тем или иным тренажёром, или любой другой вопрос, необходимо обратиться к инструктору тренажёрного зала.

10.3. Во избежание получения травм упражнения с максимальными весами в тренажерном зале рекомендуется выполнять упражнения с инструктором или партнером.

10.4. В тренажёрном зале запрещается:

- спешно передвигаться по залу;
- входить в рабочую зону других занимающихся;

- заниматься с обнаженным торсом;
- передвигать тренажёры;
- поднимать штангу без использования замков;
- бросать штангу на пол;
- бросать гантели и ударять их одна о другую.

10.5. Дети до 16 лет допускаются к занятиям в тренажёрном зале в рамках секции или в сопровождении персонального тренера.

11. Правила проведения и посещения персональных тренировок

11.1. Персональная тренировка может проводиться только персональным тренером Фитнес-центра.

11.2. Оплата услуг персонального тренинга производится только на рецепции клуба, и считаются действительной только при наличии чека.

11.3. Длительность персональной тренировки составляет 60 минут.

11.4. Запись на персональную тренировку производится заранее на рецепции фитнес-центра.

11.5. В случае опоздания на персональную тренировку, время проведения тренировки сокращается.

11.6. Продление времени персональной тренировки на время опоздания, возможно только с согласия тренера и при наличии у него свободного времени, не занятого следующей

персональной тренировкой.

11.7. Отмена или перенос персональной тренировки (с сохранением оплаты) может быть произведено не менее чем за 4 часа до её начала.

11.8. Информация об отмене или переносе персональных тренировок персонального тренера и администратора рецепции Фитнес-центра.

11.9. В случае пропуска персональной тренировки, не своевременной отмены или переноса, не использованная тренировка считается использованной. Пропущенные персональные тренировки не компенсируются, оплата за них не возвращается.

11.10. Администрация Фитнес-центра оставляет за собой право замены персонального тренера в случае его болезни, отпуска или увольнения.

12. Ответственность сторон

12.1. Посетитель Фитнес-центра несет персональную ответственность за свое здоровье. Во избежание травм настоятельно рекомендуем посещение только тех занятий, которые соответствуют уровню подготовленности посетителя.

12.2. Фитнес-центр не несет ответственности за вред, связанный с ухудшением здоровья, если состояние здоровья посетителя Фитнес-центра ухудшилось:

- в результате предоставления посетителем Фитнес - центра неполных/недоверенных сведений о состоянии своего здоровья;

- в результате острого заболевания;

- в результате обострения травмы или хронического заболевания;

- в результате занятия по собственной программе;

- в результате нарушения посетителем правил Фитнес - центра, правил техники безопасности, врачебных рекомендаций, рекомендаций специалистов Фитнес-центра, а также размещенных на информационных и/или предупредительных, запретительных табличках в Фитнес - центре или на оборудовании.

12.3. Учреждение не несет ответственности за вред, причиненный здоровью и/или имуществу посетителя Фитнес-центра, вызванного противоправными действиями третьих лиц или самого посетителя Фитнес-центра.

12.4. Учреждение не несет ответственности за ключи, мобильные телефоны и другие ценные вещи, оставленные без присмотра. Ущерб не возмещается.

12.5. Посетитель несет материальную ответственность за ущерб, причиненный имуществу Учреждения. В случае причинения ущерба посетитель обязан возместить стоимость поврежденного и/или утраченного имущества. При причинении материального ущерба составляется двусторонний акт. В случае отказа посетителя от подписания акта, сотрудник Учреждения подписывает его в одностороннем порядке с отметкой об отказе посетителя от подписания.

12.6. Учреждение не несет ответственность за утрату или повреждение имущества посетителя на территории Фитнес-центра, в том числе в случае если такая утрата или повреждение произошла в зоне раздевалки, в зоне индивидуальных сейфовых ячеек на рецепции, за исключением случаев, когда в такой утрате или повреждении виноват сотрудник Фитнес-центра, и вина такого сотрудника установлена вступившим в законную силу решением суда.

12.7. В случае нарушения посетителем настоящих Правил более трех раз, Фитнес-центр вправе требовать от посетителя покинуть территорию Фитнес-центра, с последующим пересмотром действия Абонемента, без возврата денежной компенсации.

12.8. В случае аварийных ситуаций и/или обстоятельств непреодолимой силы, произошедших не по вине Учреждения, оно может в одностороннем порядке ограничивать объем и порядок предоставляемых фитнес-услуг без выплаты и/или без предоставления посетителю какой-либо компенсации.

С правилами посещения Фитнес-центра
ФГБУ «МФК Минфина России» ознакомлен:

«_____» _____ 20____ г.