



PROVOZNÍ ŘÁD

Posilovny Kopidlno

Část I. Základní ustanovení

Majitel a provozovatel: Město Kopidlno, náměstí Hilmarovo 13, Kopidlno
IČ 00271705, DIČ CZ00271705

Pověřený odpovědný pracovník: Dagmar Hlubučková, tel: 725 316 518

Otevírací doba pro jednotlivé vstupné a držitele měsíčních permanentek:

OTEVÍRACÍ DOBA – říjen – březen

PO 8 – 11 a 15 – 20

ÚT 8 – 11 a 15 – 20

ST 8 – 11 a 15 – 20

ČT 8 – 11 a 15 – 20

PÁ 8 – 11 a 15 – 20

SO 8 – 11, NE 17 – 19

OTEVÍRACÍ DOBA – duben - září

PO 8 – 11 a 15 – 18

ÚT 8 – 11 a 15 – 18

ST 8 – 11 a 15 – 18

ČT 8 – 11 a 15 – 18

PÁ 8 – 11 a 15 – 18

Otevírací doba pro držitele čtvrtletních, půlročních a ročních permanentek:

PO – NE 6 – 22 hod

Ve zkrácené otevírací době je pro jednotlivé vstupné a měsíční permanentky nutná rezervace den předem.

Část II. Všeobecná ustanovení

1. Zákazníci využívají zařízení posilovny na vlastní nebezpečí.
2. Osobám do 15 let je vstup zakázán, od 15 do 18 let pouze v doprovodu cvičitele nebo dospělé osoby.
3. Během pohybu v posilovně je nutné se řídit těmito pokyny:
 - vstupovat ve sportovní obuvi a oblečení
 - při cvičení vždy na každém zařízení používat čistý ručník
 - odložené oblečení a obuv nechávat v šatně v uzamčené skříňce
 - cenné věci a peníze uložit po dobu cvičení zamčené ve skříňce, klíč od skříňky mít po dobu cvičení u sebe.Do posilovny nosit pouze věci a cennosti v přiměřené výši.
 - využívat zařízení s ohledem na ostatní cvičící (kdo právě cvičí má přednost před těmi, kteří se pohybují kolem)
 - nepoškozovat zařízení nevhodnou manipulací
 - po cvičení vrátit nářadí na určené místo
 - v případě nevolnosti, svalových nebo jiných zdravotních problémů přerušit cvičení



4. V posilovně je zakázáno kouřit, pít alkoholické nápoje, užívat omamné látky.

Do posilovny nemají přístup osoby pod vlivem alkoholu nebo drog a osoby nemocné (infekce, mykózy, atd.). V celém areálu je přísný zákaz kouření.

5. V případě nesprávného nebo nevhodného užívání prostor posilovny je obsluha oprávněna takového návštěvníka vykázat z těchto prostor.

6. Zákazníci využívající volných vstupů do posilovny nebudou nikdy tyto prostory používat samostatně, pouze za přítomnosti obsluhy posilovny nebo společně s jinou dospělou osobou.

7. Zákazník musí být v posilovně přezutý do čisté sportovní obuvi, při samotném cvičení musí používat vlastní čistý ručník (nebo jinou vhodnou a dostatečně velkou podložku), který si pod sebe pokládá při cvičení na podložce, aby zamezil přímému kontaktu holého těla se cvičebními nářadími. Ručník je možné v posilovně vypůjčit za poplatek. Použitý vložit do nádoby k tomu určené. Zákazník by se měl chovat tiše, nerušit svým chováním ostatní. Po absolvování své cvičební lekce se nesmí zbytečně zdržovat v prostorách cvičebního sálu a omezovat tak další skupinu cvičících. Pokud zákazník během návštěvy zjistí poruchu na zařízení, nářadí nebo náčiní, musí to neprodleně oznámit obsluze posilovny, která provede patřičná opatření.

8. Ve výjimečných případech a po předchozím souhlasu obsluhy posilovny se smí děti pohybovat v posilovně, a to pouze v doprovodu rodičů, kteří výslovně a nepřenositelně nesou PLNOU odpovědnost za případné škody na zdraví svého dítěte i majetku provozovatele způsobené pohybem dítěte. Pro malé děti (do 7 let) je prostředí posilovny nebezpečné a tudíž absolutně nevhodné! Přivede-li však návštěvník posilovny takto malé dítě, je povinen zamezit dítěti, aby se volně pohybovalo v prostoru posilovny a lezlo na posilovací stroje.

9. Do prostor posilovny je přísný zákaz vstupu se zvířaty.

10. Personál průběžně kontroluje technický stav jednotlivého posilovacího náčiní. Drobné závady jsou odstraněny ihned, při potřebě náročnější opravy je náčiní odstaveno mimo provoz do doby odstranění závady obsluhou posilovny nebo servisní firmou.

11. Během provozu je zajištěn obsluhou průběžný úklid, s důrazem na sociální zařízení, šatny a přístupové chodby. Každý den umyje personál všechno používané náčiní (činky, pomůcky) roztokem s běžným úklidovým prostředkem, následně dezinfekčním prostředkem. Minimálně 1x týdně je kromě běžného úklidu provedena i desinfekce ostatních prostor, zařízení a ploch.

12. Při návštěvě posilovny zájmovými skupinami (sportovní oddíly, zájmové kluby), je vedoucí této skupiny zodpovědný za program, dodržování bezpečnostních opatření, dodržování provozního řádu posilovny.



13. Všechny zakoupené permanentky jsou nepřenositelné, je zakázáno je půjčovat nebo požítovat jejich kopie, stejně tak klíč od hlavního vchodu sportovní haly a klíč od sálu číslo 3 (posilovna).

Část III. Doporučující informace

1. Posilovna je navštěvována za účelem zvyšování kondice. Každý si musí být vědom svého aktuálního zdravotního stavu. Osoby se zdravotními obtížemi (onemocnění oběhové soustavy – srdce, cévy krevní tlak, onemocnění pohybového aparátu, diabetes, atd.) musí před návštěvou fitness centra konzultovat svůj zdravotní stav se svým lékařem, který určí případná omezení.
2. Každý by si měl být vědom svých schopností a nepřeceňovat své síly. Před první návštěvou by se zákazník měl informovat o jednotlivých typech kondičního cvičení, jejich zaměření a zejména fyzické náročnosti (síla, rychlost, vytrvalost, koordinace). Vyhne se tak případnému extrémnímu přetížení organismu nebo zklamání ze špatně zvoleného cvičení. Každý začátečník by měl před první návštěvou absolvovat zdravotní prohlídku a konzultovat svůj zdravotní stav se svým ošetřujícím lékařem, který poté vybranou pohybovou aktivitu schválí nebo doporučí případná omezení.
3. Návštěvníkům doporučujeme:
 - před návštěvou posilovny konzultovat svůj zdravotní stav s lékařem
 - oblékat si praktické, vzdušné a pravidelně udržované sportovní oblečení a obuv
 - podle nutnosti se na cvičení předem teoreticky připravit.

Část IV. Závěrečná ustanovení

Tento Provozní řád je účinný od 1.10.2020.

Tento Provozní řád posilovny byl schválen Radou města Kopidlno dne 7. 9. 2020 usnesením č. 593/46/6/2/2020.

.....
Ing. Hana Masáková, MBA starostka

.....
Jiří Machula, místostarosta