

Приложение к приказу автономного учреждения Омской области «Дирекция по управлению спортивными сооружениями» от 20 декабря 2021 г. № 101

«Приложение № 1  
к приказу автономного учреждения Омской области  
«Дирекция по управлению спортивными сооружениями»  
от 28 сентября 2021 г. № 70»



**ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ  
СПОРТИВНЫХ ОБЪЕКТОВ  
ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ  
КОМПЛЕКСОВ**

**расположенных по адресам:**

**ул. Конева, 85, ул. Дианова, 14а и ул. 25 лет Октября, 4**

**город Омск, 2022 год**

Настоящие Правила посещения спортивных объектов Физкультурно-оздоровительных комплексов (далее – Правила), регулируют отношения между потребителем – лицом, имеющим намерение приобрести либо приобретающим и использующим услуги и Автономным учреждением Омской области «Дирекция по управлению спортивными сооружениями» (далее – Администрация) оказывающая услуги Посетителям/Клиентам на территории Физкультурно-оздоровительных комплексов расположенных по адресу: г. Омск, ул. Конева, д. 85, ул. Дианова, д. 14 А и ул. 25 лет Октября, д.4 (далее – Спортивный комплекс).

## 1. Основные положения

1.1. Данные правила направлены на обеспечение безопасности Посетителей/Клиентов. От неукоснительного соблюдения Правил зависит комфорт и здоровье Посетителей/Клиентов, сохранность инвентаря и продолжительность работы оборудования, а также чистота и порядок в помещениях Спортивного комплекса.

1.2. Положения, закрепленные настоящими Правилами, являются обязательными для выполнения и распространяются на всех без исключения Посетителей/Клиентов Спортивного комплекса. Посетители/Клиенты обязаны ознакомиться с Правилами до момента приобретения услуг.

1.3. Приобретая абонемент или оплатив разовое посещение, Посетитель/Клиент ознакомился и выражает свое согласие с настоящими Правилами, и принимает все условия посещения Спортивного комплекса и обязуется их соблюдать.

1.4. В случае нарушения положений настоящих Правил, Администрация Спортивного комплекса вправе отказать Посетителю/Клиенту в предоставлении услуги, стоимость которой в таких случаях не возвращается.

## 2. Основные определения

2.1. «Клиент» - физическое или юридическое лицо, с которым Администрация Спортивного комплекса заключила договор на оказание услуг. В случае если Клиент приводит гостей в составе организованной группы, он предоставляет список Посетителей.

2.2. «Посетитель» - гость Спортивного комплекса, пришедший за получением услуги или приведенный Клиентом на территорию Спортивного комплекса. Действие настоящих правил распространяется на всех Посетителей, они должны ознакомиться с настоящими Правилами и строго соблюдать их.

2.3. «Разовое посещение» — единовременное занятие (сеанс), оплаченное Посетителем в соответствии с Прайс-листом. При разовом посещении Посетитель обязан ознакомиться с настоящими Правилами и расписаться в соответствующем документе. Разовое посещение позволяет Посетителю воспользоваться всем спектром оплаченных услуг.

2.4. «Прайс-лист» — документ, устанавливающий цену услуги на определенную дату и действующий до введения нового Прайс-листа.

2.5. «Инструктор по спорту» — штатный работник Администрации, либо привлеченный специалист по договору гражданско-правового характера, имеющий необходимую квалификацию.

2.6. «Спортивно-оздоровительная группа» - группа с тренером (Инструктором по спорту), занимающаяся разово либо по определенным дням недели в определенное время.

2.7. «Групповые занятия» - услуги физкультурно-оздоровительного характера, оказываемые Инструктором по спорту одновременно в пользу двух и более Посетителей/Клиентов.

2.8. «Абонемент» - персональная пластиковая карта, подтверждающая право на получение услуг Спортивного комплекса. Абонемент именной, оформляется на одного владельца и не может быть передан другому лицу. Период действия абонемента определяется в соответствии с утвержденным Прайс-листом.

**Срок действия абонемента начинается с момента предъявления Клиентом абонемента к исполнению (активации) до окончания срока его действия устанавливаемого в Прайс-листе. Активацией абонемента принято считать день первого посещения (сеанса). Если абонемент не был активирован в течение 30 (тридцати) календарных дней с момента его получения (заключения договора на оказание услуг), абонемент активируется автоматически.**

В случае утраты абонемента Клиент обращается на ресепшен с письменным заявлением и осуществляет компенсацию расходов по восстановлению абонемента. Утраченный абонемент восстанавливается с момента обращения Клиента и учетом оставшегося времени оказания услуг.

2.9. «Персональная тренировка» – индивидуальная программа занятий и упражнений Посетителя/Клиента, проводимая под руководством Инструктора по спорту. Индивидуальные программы мотивируют Посетителей/Клиентов быть более ответственными, учитывают их индивидуальные цели и потребности. Данная тренировка оплачивается в соответствии с утвержденным тарифом, указанным в Прайс-листе.

2.10. «Спортивная зона» – это помещение в Спортивном комплексе, где непосредственно проходят соревнования и проводятся физкультурные мероприятия для Посетителей/Клиентов.

2.11. «*Время посещения (сеанса)*» — фактическое время нахождения Посетителя/Клиента в спортивной зоне включающая – бассейн, стадион, ледовый каток, хоккейная коробка, сауна(баня), игровой спортивный зал, зал гимнастики, зал борьбы и фитнес зону (кардио зону, зона силовой подготовки, зал групповых занятий, зал аэробики).

2.12. «*Приостановка (заморозка) абонемента*» – это единовременное право Клиента на приостановление срока действия абонемента на определённый период времени, в течение которого Клиент не может пользоваться услугами, входящими в абонемент. Период *приостановки (заморозки) абонемента* составляет:

- для абонементов со сроком действия 12 (двенадцать) месяцев — 30 (тридцать) календарных дней, Клиент вправе разделить на два периода по 15 (пятнадцать) календарных дней;

- для абонементов со сроком действия 6 (шесть) месяцев — 15 (пятнадцать) календарных дней.

**Приостановка (заморозка) абонемента распространяется только на абонементы со сроком действия 12 (двенадцать) и 6 (шесть) месяцев.**

2.13. «*Дополнительные услуги*» – услуги, не включенные в стоимость абонемента и оказываемые на территории Спортивного комплекса за отдельную плату в соответствии с действующим Прайс-листом.

2.14. «*Санитарный день*» - ежемесячное мероприятие в целях проведения генеральной уборки и дезинфекции в бассейне, сауны, душевых и раздевалках Спортивного комплекса в соответствии санитарно-эпидемиологическими требованиями.

### **3. Общие положения**

3.1. Посетители/Клиенты могут посещать Спортивный комплекс только в часы и дни его работы, согласно утверждённого Администрацией расписания.

3.2. При посещении Спортивного комплекса необходимо надеть сменную обувь либо воспользоваться бахилами (кроме посещения спортивной зоны), сдать верхнюю одежду и уличную обувь в индивидуальном пакете (сумке) в гардероб расположенный в Спортивном комплексе.

**Посещение бассейна осуществляется только в сменной обуви.**

3.3. Вход на спортивные зоны разрешён только Посетителям/Клиентам Спортивного комплекса. Родители (законные представители) и сопровождающие лица могут находиться в них только на открытых занятиях (сеансах) и соревнованиях.

3.4. Лица, сопровождающие Посетителей/Клиентов с ограниченными возможностями здоровья осуществляет сопровождение Посетителей/Клиентов до чаши бассейна. При совместном пребывании в чаше бассейна, сопровождающие лица оплачивают стоимость посещения (сеанса) бассейна согласно Прайс-Листу.

3.5. Администрация Спортивного комплекса вправе в случае проведения спортивно-массовых мероприятий ограничить количество используемых Посетителями/Клиентами площадей Спортивного комплекса. Уведомление о проведении спортивно-массовых мероприятий и о возможном ограничении используемых площадей Спортивного комплекса размещается на официальном сайте [www.fok-omsk.ru](http://www.fok-omsk.ru) (далее - официальный сайт) и на ресепшене не менее, чем за 5 (пять) календарных дней до даты проведения мероприятий.

3.6. Администрация Спортивного комплекса вправе ограничить число Посетителей/Клиентов, исходя из единовременной пропускной способности помещений Спортивного комплекса, количества свободных мест для переодевания, а также исходя из норм безопасности.

3.7. Администрация Спортивного комплекса вправе ограничить посещение Посетителей/Клиентов в Санитарный день.

3.8. Посетителям/Клиентам запрещается проведение в Спортивном комплексе бесплатных либо платных занятий с другими Посетителями/Клиентами, за исключением организаций (юридических и физических лиц) заключивших договор с Администрацией Спортивного комплекса. В случае нарушения данного пункта правил, Администрация Спортивного комплекса вправе отказать Посетителям/Клиентам в дальнейшем посещении Спортивного комплекса.

3.9. До начала занятий (сеанса) Посетителям/Клиентам Спортивного комплекса рекомендуется пройти медицинское обследование в специализированном лечебно-профилактическом учреждении и представить справку о состоянии своего здоровья.

3.10. Администрация Спортивного комплекса не несет ответственности за состояние здоровья Посетителя/Клиента при сообщении ими недостоверной информации о состоянии здоровья.

3.11. Для безопасности Посетителям/Клиентам в спортивных зонах Спортивного комплекса запрещено пользоваться жевательной резинкой.

3.12. О каждом несчастном случае необходимо незамедлительно сообщать Администрации Спортивного комплекса.

3.13. При возникновении неисправности спортивного оборудования и инвентаря необходимо немедленно прекратить занятие, сообщить об этом Администрации Спортивного комплекса. Использование спортивного оборудования и инвентаря может продолжиться только после устранения неисправности или замены спортивного оборудования и инвентаря.

#### **4. Оплата услуг Спортивного комплекса**

4.1. Оплата предоставляемых Спортивным комплексом услуг производится на основании тарифов утвержденных Прайс-листом.

4.2. При оплате любого вида услуг, Посетитель/Клиент вносит её полную стоимость до начала занятия (сеанса) согласно действующего на момент оплаты тарифа в Прайс-листе.

4.3. При наличии льгот указанных в Прайс-Листе категориям граждан, необходимо предъявлять документы, дающие право на льготу, предъявляются при каждом посещении Спортивного комплекса.

#### **5. Продление срока действия или возврат денежных средств абонемента**

5.1. Если Клиент пропустил посещение (сеанс) по своей вине, то такое посещение (сеанс) ему не компенсируется и не переносится на другой период времени.

5.2. В исключительных случаях Администрации Спортивного комплекса оставляет за собой право рассмотреть возможность переноса посещения (сеанса) на другой период времени.

5.3. Возврат денежных средств Клиенту осуществляется согласно Положению Администрации Спортивного комплекса «О порядке возврата денежных средств за неоказанные услуги автономного учреждения Омской области «Дирекция по управлению спортивными сооружениями»».

### **6. Правила поведения в спортивных зонах и бытовых помещениях Спортивного комплекса:**

#### **6.1. Бассейн**

6.1.1. Бассейн предназначен для физкультурно-оздоровительного плавания.

6.1.2. При посещении бассейна Посетители/Клиенты должны иметь при себе сменную обувь, непрозрачный купальный костюм или плавки, шапочку для плавания, полотенце, предметы личной гигиены. Предметы личной гигиены должны быть в пластиковой таре и находиться в пакете. При отсутствии перечисленных предметов, Посетители/Клиенты к сеансу (посещению) бассейна не допускаются.

6.1.3. Проход в раздевалку бассейна осуществляется строго через турникет расположенный на первом этаже Спортивного комплекса. Проходя через турникет, Посетитель/Клиент прикладывает выданный на ресепшене электронный браслет к считывателю на турникете.

6.1.4. Общее время одного сеанса (посещения) пребывания в бассейне составляет не более 80 (восьмидесяти) минут, в том числе:

- время нахождения в раздевалке и прием душа перед сеансом (посещением) – 15 (пятнадцать) минут;
- время нахождения в чаше бассейна – 50 (пятьдесят) минут;
- время приема душа после сеанса (посещения) и нахождения в раздевалке – 15 (пятнадцать) минут.

Отсчет времени сеанса (посещения) начинается с момента прохода Посетителя/Клиента в раздевалку бассейна через турникет и заканчивается выходом Посетителя/Клиента через турникет после посещения бассейна. Турникет фиксирует время пребывания нахождения Посетителя/Клиента.

6.1.5. Пройдя через турникет, Посетитель/Клиент должен пройти в раздевалку, переодеться, сложить вещи в персональный шкафчик, предоставленный ему для пользования, закрыть его, принять душ (без купальных костюмов с предметами личной гигиены).

6.1.6. По окончании сеанса (посещения) бассейна Посетители/Клиенты должны принять душ, выжать плавательные принадлежности, вытереться полотенцем и только после этого идти в раздевалку.

6.1.7. При плавании нескольких человек на дорожке Посетители/Клиенты должны держаться правой стороны, обгонять слева, отдыхать в углах дорожки.

6.1.8. Самостоятельное проныривание с задержкой дыхания, прыжки в воду с бортика бассейна строго запрещены.

6.1.9. Для освобождения полости рта и носа от попавшей воды следует пользоваться сливными канавками, расположенными по периметру бассейна.

6.1.10. Все перемещения в бассейне занимающиеся должны делать только шагом.

6.1.11. При посещении (сеансе) бассейна Посетитель/Клиент может воспользоваться сауной находящейся в бассейне.

6.1.12. При выходе из раздевалки после окончания сеанса (посещения), Посетители/Клиенты должны сдать индивидуальный браслет.

6.1.13. Посетитель/Клиент обязан строго соблюдать правила внутреннего распорядка и выполнять все требования Инструктора по спорту и персонала Администрации Спортивного комплекса.

6.1.14. Инструктор по спорту вправе ограничивать Посетителей/Клиентов в использовании скоростной дорожкой, а также регулировать количество человек, находящихся на дорожках бассейна.

6.1.15. Рекомендуются входить в воду, спускаясь по металлической лестнице, повернувшись спиной к воде.

6.1.16. Рекомендуются перед сеансом (посещением) в бассейне снять с себя любые ювелирные и иные украшения.

6.1.17. Во время проведения на дорожках бассейна секционных (групповых) занятий, свободное плавание на данных дорожках не допускается.

6.1.18. При отсутствии или при недостаточном развитии навыков плавания Посетителю/Клиенту рекомендуется использование поддерживающих на воде средств, инвентаря (доски для плавания и пр.).

6.1.19. Не рекомендуется занимать дорожку, выделенную для скоростного плавания, в случае отсутствия навыков плавания или их недостаточном развитии. Во избежание травматизма не рекомендуется использовать скоростную дорожку для спокойного плавания (дрейфовать), отдыха или беседы.

6.1.20. Посетителю/Клиенту обязан самостоятельно контролировать время своего пребывания в бассейне.

6.1.21. За превышение лимита общего времени сеанса (посещения) бассейна указанного в пункте 6.1.4. настоящих Правил Посетитель/Клиент обязан произвести доплату согласно Прайс-Листу.

#### **6.1.22. Технические характеристики бассейна Спортивного комплекса:**

○ Бассейн Спортивного комплекса расположенного по адресу: г. Омск, ул. Конева, д. 85, и ул. Дианова, д. 14 А, имеет следующие технические характеристики:

- длина - 25 метров;

- ширина – 16 метров;

- бассейн разделен на 8 (восемь) плавательных дорожек;

- глубина чаши бассейна со стороны торцевого борта, на котором расположены стартовые тумбы составляет 1,8 м., с противоположной стороны 1,2 м;

- температура воды 26-29 °С.

○ Бассейны Спортивного комплекса расположенного по адресу: г. Омск, ул. ул. 25 лет Октября, д.4, имеют следующие технические характеристики:

##### **Большая чаша бассейна:**

- длина – 24,8 метров;

- ширина – 8,4 метров;

- бассейн разделен на 4 (четыре) плавательные дорожки;

- глубина чаши бассейна со стороны торцевого борта, на котором расположены стартовые тумбы составляет 1,83 м., с противоположной стороны 1,25 м;

- температура воды 26-29 °С.

##### **Малая чаша бассейна (далее соответственно – малая чаша бассейна):**

- длина – 9,83 метров;

- ширина – 5,75 метров;

- глубина малой чаши бассейна со стороны металлической лестницы составляет 0,6 м., с противоположной стороны 0,7 м;

- температура воды 30-32 °С.

#### **6.1.23. В ПОМЕЩЕНИИ БАСЕЙНА ПОСЕТИТЕЛЯМ/КЛИЕНТАМ ЗАПРЕЩАЕТСЯ:**

- Приступать к занятию (сеансу) сразу после приема пищи или большой физической нагрузки.

- Входить в бассейн без предварительного посещения душа.

- Втирать в кожу перед посещением бассейна и сауны кремы, мази, гели и др.

- Пользоваться вениками, щетками, пилингом, бритвенными принадлежностями и пр. в помещении сауны.

- Использовать жидкое мыло в стеклянной таре во избежание порезов.

- Входить в чашу бассейна без купального костюма и купальной шапочки.

- Бросать что-либо, плывать, лить какие-либо жидкости в воду бассейна.

- Справлять естественные надобности в воду бассейна.

- Плавать в состоянии утомления/депрессии плохого самочувствия.

- Находиться с жевательной резинкой во рту, бросать её в воду бассейна и на пол в помещениях Спортивного комплекса.

- Прыгать с бортиков бассейна и плавать под водой без разрешения Инструктора по спорту.

- Прыгать со стартовых тумб, способами, угрожающими здоровью.

- Висеть, сидеть на разделительных дорожках.

- Ложно звать на помощь.

- Во избежание несчастных случаев и травм Посетителям/Клиентам во время занятия (сеанса) в бассейне строго запрещается - хватать друг друга, плавать поперек бассейна, топить, подныривать под других Посетителей/Клиентов бассейна.

- Заплывать на арендованные плавательные дорожки даже в том случае, если дорожки свободны.

- **Оставлять без присмотра детей, допущенных к совместному плаванию с родителями (законными представителями).**

- Находиться на трибунах, балконах плавательного бассейна, за исключением спортивно-массовых мероприятий, подразумевающих наличие зрителей.

- Посещать бассейн при повреждении или серьезных заболеваниях кожных покровов.

#### **6.1.24. ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ ПЛАВАТЕЛЬНОГО БАСЕЙНА ДЛЯ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ ДЕТЕЙ**

Посещение бассейна детьми разрешено с 7 (Семи) лет в организованной группе с Инструктором по спорту (подростковая группа) или в сопровождении родителей (законных представителей).

Посещение малой чаши бассейна детьми дошкольного и младшего школьного возраста разрешено только в организованной группе с Инструктором по спорту или в сопровождении родителей (законных представителей), а в составе организованной группы «Мать и дитя» совместно с Инструктором по спорту и в сопровождении родителей (законных представителей).

Администратор, старший администратор и инструктор по спорту Спортивного комплекса вправе запросить у родителя (законного представителя), сопровождающего ребенка, документ подтверждающий возраст ребенка (свидетельство о рождении ребенка).

Дети дошкольного и младшего школьного возраста в обязательном порядке предоставляют медицинскую справку о результатах паразитологического обследования на энтеробиоз вне зависимости от санитарно-эпидемиологической ситуации:

- перед приемом в плавательную группу (секцию) бассейна, в дальнейшем не менее 1 (одного) раза в три месяца;

- при разовых посещениях - перед каждым посещением, если разрыв между ними более двух месяцев.

- контроль за наличием медицинской справки у посетителей обеспечивает Администрация бассейна.

Согласно санитарно-эпидемиологических правил и нормативов, плавательные бассейны соответствуют санитарногигиеническим требованиям и устройству бассейнов для посещения детей.

В случае желания взрослых Посетителей/Клиентов посетить плавательный бассейн с ребенком в возрасте 7 (семи) лет и старше, необходимо оплатить стоимость посещения как взрослого (взрослых), так и ребенка (детей). Во время плавания взрослые не должны выпускать детей из поля своего зрения, предварительно объяснив им правила поведения на воде. Ответственность за жизнь и здоровье ребенка всецело лежит на сопровождающем его лице: родителях или иных законных представителях. При приобретении абонемента либо разового посещения (сеанса) на ребенка необходимо представить документ, подтверждающий возраст ребенка.

Запрещается переодевать мальчиков старше 4 (Четырех) лет в женской раздевалке, а девочек аналогичного возраста в мужской раздевалке.

Дети с 14 (Четырнадцати) лет, если они умеют держаться на воде, допускаются в чашу плавательного бассейна без сопровождения взрослого, при наличии письменного согласия от родителей (законных представителей).

Несовершеннолетние лица (возраст с 7 до 13 лет включительно) также могут посещать плавательный бассейн в составе группы обучения плаванию.

Занятия по обучению плаванию в группах проводит Инструктор по спорту, который и несет ответственность за жизнь и здоровье детей во время занятий.

Дети, обучающиеся плаванию в группах, обязаны беспрекословно подчиняться распоряжениям Инструктора по спорту. В случае недисциплинированного поведения занимающегося ребенка, Инструктор по спорту имеет право отстранить его от занятий, стоимость занятий не компенсируется. Присутствие родителей (законных представителей) или сопровождающих лиц на занятиях по групповому обучению плаванию допускается только на открытых уроках по предварительному приглашению, за исключением организованной группы «Мать и дитя».

При посещении бассейна взрослых Посетителей/Клиентов с детьми, допускается сопровождением с одним взрослым не более 2 (двух) детей в возрасте до 14 (Четырнадцати) лет.

Детям в возрасте до 14 (Четырнадцати) лет без сопровождения родителей (законных представителей) запрещается:

- посещение сауны;

- пользоваться шкафчиками Спортивного комплекса (в том числе получать от них ключи).

#### **6.1.25. ОПАСНЫЕ ФАКТОРЫ, ВОЗМОЖНЫЕ В ПЛАВАТЕЛЬНОМ БАССЕЙНЕ**

*Опасными факторами в плавательном бассейне могут стать:*

- физические (скользкие поверхности; острые кромки на поверхностях ванн и полах; шум; электрооборудование (сушилки, фены и т.п.); горячая вода в душевых; пониженные значения температуры воды и воздуха; возможность захлебнуться);
- химические (повышенная концентрация различных химических веществ в воде и в воздухе).

#### **6.1.26. ОБЯЗАННОСТИ ПОСЕТИТЕЛЕЙ/КЛИЕНТОВ БАССЕЙНА**

Посетители/Клиенты бассейна должны строго соблюдать настоящие Правила, правила техники безопасности, противопожарной безопасности, санитарно-гигиенические требования, выполнять требования персонала бассейна: Инструкторов по спорту, дежурных раздевальных помещений, в том числе требования медицинского персонала бассейна в части соблюдения санитарно-гигиенических требований.

Посетители/Клиенты бассейна должны соблюдать общественный порядок и общепринятые нормы поведения, вести себя уважительно по отношению к другим Посетителям/Клиентам, а также к персоналу бассейна, не допускать действий, создающих опасность для окружающих.

Плавать на свободных дорожках или дорожках указанных аншлагами на тумбочках «дорожка для семейного плавания» и «дорожка скоростного плавания», во время плавания ориентироваться на разметку бассейна. Плавание внутри каждой отдельной дорожки осуществляется против часовой стрелки (по правой стороне).

Для сохранения чистоты обходных дорожек бассейна сланцы оставлять при входе в бассейн (вдоль стены справа или слева);

Прыгать в воду только со стартовых тумбочек, не подвергая опасности других Посетителей/Клиентов, выходить из чаши бассейна по окончании сеанса.

О каждом несчастном случае пострадавший или очевидец обязан немедленно сообщить Инструктору по спорту или медицинскому персоналу в бассейне.

Посетитель/Клиент, допустивший невыполнение или нарушение настоящих Правил, могут быть отстранены от посещения (сеанса).

### **6.1.27. АБСОЛЮТНЫЕ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ К ПОСЕЩЕНИЮ БАССЕЙНА И САУНЫ**

Запрещается посещение бассейна и сауны Посетителям/Клиентам, страдающим следующими заболеваниями:

- бронхиальная астма;
- гипертоническая болезнь второй и третьей степени;
- онкологические заболевания;
- заболевания почек, щитовидной железы;
- заболевания глаз – катаракта;
- варикозное расширение вен;
- беременность, начиная с ранних сроков;
- эпилепсией;
- наличие открытых ран, гнойных поражений кожных покровов и мягких тканей, кожных заболеваний;
- чешуйчатymi лишаями, мокнущими диатезами;
- заболеваниями глаз и лор органов;
- инфекционными заболеваниями;
- различными острыми заболеваниями (пневмония, ОРЗ с явлениями лихорадки и др.);
- туберкулезом легких в активном виде;
- ревматическими поражениями сердца в стадии обострения, тяжелыми врожденными пороками сердца;
- язвенными болезнями желудка или двенадцатиперстной кишки;
- гельминтозом;
- грибковыми недугами.

## **ФИТНЕС ЗОНА**

### **6.2. Кардио зона и Зона силовой подготовки**

6.2.1. Кардио зона и Зона силовой подготовки предназначена для занятий на тренажерах и с использованием иного спортивного инвентаря.

6.2.2. Занятия в Кардио зоне и Зоне силовой подготовки разрешены только в чистой спортивной обуви, рекомендуется использовать удобную закрытую обувь с резиновой и нескользящей подошвой. Запрещается использовать обувь на высоких каблуках, с кожаной подошвой, с шипами, тренироваться босиком или в открытой обуви. Верхняя часть тела должна быть закрыта. Тренироваться в купальных костюмах, шлепанцах, а также босиком запрещено.

6.2.3. Во время тренировок рекомендуется использовать полотенца. Запрещено приносить с собой в Кардио зону и Зону силовой подготовки сумки, пакеты и рюкзаки.

6.2.4. Запрещено принимать и оставлять на хранение пищу в зонах, предназначенных для тренировок и переодевания.

6.2.5. Во избежание аллергических реакций запрещается использовать парфюмерную и иную продукцию с сильным запахом.

6.2.6. **Детям в возрасте до 14 (Четырнадцати) лет запрещены самостоятельные занятия в Кардио зоне и Зоне силовой подготовки.**

6.2.7. Дети в возрасте до 14 (Четырнадцати) лет по письменному согласию родителей (законных представителей), составленного в Спортивном комплексе, а также при наличии медицинской справки (заключения) об отсутствии противопоказаний к занятиям спортом, могут посещать Кардио зону и Зону силовой подготовки, только в сопровождении инструктора по спорту в составе организованной группы по абонементу.

6.2.8. Посетителям/Клиентам в возрасте от 14-ти до 18-ти лет разрешается самостоятельно заниматься в Кардио зоне и Зоне силовой подготовки только с письменного согласия родителей (законных представителей) при наличии медицинской справки либо заключения об отсутствии противопоказаний к занятиям.

6.2.9. Любой из тренажеров может быть ограничен для использования (ремонт, профилактические работы и т.п.).

6.2.10. Необходимо быть вежливым и предупредительным. Упражнения на тренажерах необходимо выполнять по очереди. Желательно ограничить на время занятия разговоры по мобильному телефону.

6.2.11. Необходимо соблюдать правила техники безопасности при использовании тренажеров, спортивного оборудования и инвентаря Кардио зоны и Зоны силовой подготовки. В случае возникновения затруднений необходимо обратиться к Инструктору по спорту.

6.2.12. Для определения уровня подготовленности Посетителей/Клиентов и во избежание травм, настоятельно рекомендуется пройти первичный инструктаж у Инструктора по спорту находящегося в Кардио зоне и Зоне силовой подготовки, для ознакомления с правилами использования оборудования и инвентаря.

### **Правила техники безопасности при занятиях в Кардио зоне и Зоне силовой подготовки.**

6.2.12. Приступать к занятиям в Кардио зоне и Зоне силовой подготовки можно только после ознакомления с настоящими Правилами и техники безопасности.

6.2.13. Рекомендуется снять с себя предметы, представляющие опасность при занятиях в Кардио зоне и Зоне силовой подготовки (часы, висючие серьги и т.п.), убрать из карманов колющиеся и другие посторонние предметы.

6.2.14. Перед началом занятий на тренажере под руководством Инструктора по спорту проверить исправность и надежность установки и крепления тренажера.

6.2.15. При выполнении в Зоне силовой подготовки, упражнений со штангой необходимо использовать замки безопасности. Выполнение базовых упражнений (жим лежа, приседания со штангой) необходимо производить при страховке со стороны партнера либо обратиться за помощью к Инструктору по спорту.

6.2.16. Выполнение упражнений с отягощениями, близкими по весу к максимальным, разрешается только при непосредственной страховке опытным партнером или в присутствии Инструктора по спорту.

6.2.17. С отягощениями, штангами, гантелями следует обращаться предельно аккуратно. Все упражнения должны выполняться плавно, без рывков.

6.2.18. Не рекомендуется брать блины, гантели, грифы штанги влажными или потными руками - это может привести к выскальзыванию отягощения из рук и его падению.

6.2.19. Не допускается перегрузка тренажеров сверх нормы дополнительным навешиванием грузов.

6.2.20. Передвигаться по залу необходимо шагом, не заходя в рабочую зону других занимающихся. Запрещается бегать, прыгать, либо отвлекать внимание занимающихся иными способами.

6.2.21. Запрещается работа на неисправных тренажерах и использовании неисправного спортивного оборудования и инвентаря. В случае обнаружения неисправностей (надрыв троса, механические повреждения) необходимо сообщить об этом Инструктору по спорту.

6.2.22. При выполнении базовых упражнений (становая тяга, приседания и т.д.) рекомендуется пользоваться атлетическим поясом.

6.2.23. После выполнения упражнений занимающийся обязан убрать используемое им спортивное оборудование и инвентарь (блины, гантели, штанги, и т.д.) на специально отведенные места.

6.2.24. Запрещается приступать к занятиям в зале при незаживших травмах и общем недомогании. При наступлении плохого самочувствия во время занятий необходимо прекратить тренировку и сообщить об этом Инструктору по спорту.

6.2.25. Запрещается прикасаться к движущимся частям блочных устройств.

6.2.26. Упражнения со свободными весами необходимо выполнять на расстоянии не менее 1,5-2 метров от стекла и зеркал.

6.2.27. Запрещается ставить бутылки с водой на тренажеры, спортивное оборудование и инвентарь.

6.2.28. Необходимо следить, чтобы длинные и свободные детали одежды, шнурки, полотенца не попадали на движущиеся части тренажеров.

6.2.29. Перед началом тренировки на беговой дорожке необходимо становиться на подставки по краям движущей ленты, установить минимальную скорость и начинать тренировку после того, как лента пришла в движение. Нельзя сходить с тренажера до полной остановки ленты.

6.2.30. Запрещается самостоятельно регулировать систему кондиционирования и вентиляции Кардио зоны и Зоны силовой подготовки, регулировать громкость трансляции и подбор музыкального сопровождения.

6.2.31. При поломке или порче спортивного инвентаря необходимо прекратить занятия и сообщить об этом Инструктору по спорту. Занятия продолжать только после устранения неисправностей или замены спортивного оборудования (инвентаря).

### **6.3. Зал групповых занятий и аэробики**

6.3.1. Зал групповых занятий и аэробики предназначен для Групповых занятий и Персональных тренировок с использованием спортивного инвентаря Спортивного комплекса.

6.3.2. Администрация Спортивного комплекса предоставляет посетителям взрослые и детские Групповые занятия.

6.3.3. Время занятия (сеанса) определяется утверждённым расписанием. Проход в зал осуществляется строго по времени начала занятия. Опоздавшие в зал более чем на 10 (десять) минут, допускаться к занятиям и могут занимать свободные места на задних рядах только с разрешения Инструктора по спорту.

6.3.4. Запрещено приносить с собой в зал Групповых занятий и аэробики сумки, пакеты и рюкзаки.

6.3.5. При посещении зала Групповых занятий и аэробики необходимо иметь соответствующую спортивную одежду и обувь. Верхняя часть тела должна быть закрыта. Тренироваться в купальных костюмах, резиновых тапочках, а также босиком запрещено (кроме занятий, предусматривающих отсутствие спортивной обуви).

6.3.6. Запрещается резервировать места в залах групповых занятий и аэробики.

6.3.7. Запрещается во время занятия (сеанса) находиться с жевательной резинкой во рту.

6.3.8. Запрещается во время занятия (сеанса) заниматься самостоятельно по своей тренировочной программе.

6.3.9. Самостоятельные тренировки на сайклах запрещены.

Перед началом занятий на сайклах Посетителю/Клиенту необходимо ознакомиться с расписанием занятий и осуществить предварительную запись (за день или день в день) по телефону или на ресепшене Спортивного комплекса.

6.3.10. Занимающиеся обязаны строго соблюдать правила внутреннего распорядка и выполнять все требования Инструктора по спорту.

6.3.11. Необходимо быть вежливым и предупредительным. Желательно ограничить на время занятия разговоры по мобильному телефону.

6.3.12. Во избежание травм Посетителю/Клиенту перед началом занятий рекомендуется ознакомиться с описанием Групповых занятий.

6.3.13. Инструктор по спорту вправе не допустить Посетителя/Клиента на занятие, не соответствующее его уровню подготовленности.

6.3.14. Во избежание аллергических реакций запрещается использовать парфюмерную и иную продукцию с сильным запахом.

6.3.15. После выполнения упражнений занимающийся обязан убрать используемый им спортивный инвентарь (гантели, коврики, и т.д.) на специально отведенные места.

6.3.16. Перенос занятий, пропущенных по вине Посетителя/Клиента, не производится.

6.3.17. Администрация Спортивного комплекса оставляет за собой право вносить изменения в расписание групповых занятий и менять заявленного Инструктора по спорту без объяснения причин.

#### **6.4. Игровой спортивный зал**

6.4.1. Игровой спортивный зал предназначен для различных командных и индивидуальных игр, ограничен лишь спецификой и оборудованием зала.

6.4.2. Спортивные и подвижные игры должны проводиться в спортивной одежде и спортивной обуви с нескользящей и светлой подошвой, которая при интенсивном механическом воздействии не оставляет черных следов на покрытии. Допуск в Игровой спортивный зал осуществляется только в сменной спортивной обуви.

6.4.3. При использовании Игрового спортивного зала должно соблюдаться расписание, согласно которому осуществляется предоставление услуг зала. Возможна предварительная запись у администратора или по телефону Спортивного комплекса (на условиях предварительной оплаты).

6.4.4. Администрация Спортивного комплекса вправе ограничить число Посетителей/Клиентов, исходя из единовременной пропускной способностью Игрового спортивного зала, количеством свободных мест на зрительской трибуне, а также исходя из норм безопасности.

6.4.5. Общее игровое время одного сеанса (посещения) пребывания в Игровом спортивном зале составляет не более 60 (Шестьдесят) минут, в том числе:

- время нахождения в раздевалке перед сеансом (посещением) – 5 (пять) минут;
- время нахождения в Игровом спортивном зале – 55 (пятьдесят пять) минут;
- время нахождения в раздевалке после сеанса (посещения) – 5 (пять) минут.

6.4.6. По истечении своего игрового времени Посетитель/Клиент своевременно уступает площадку другим Посетителям/Клиентам. Превышение игрового времени свыше 5 (пяти) минут, оплачивается как 1 (один) час в соответствии с тарифом, действующим в Прайс-листе, в том случае, если последующий час свободен в расписании.

6.4.7. Необходимо строго выполнять правила проведения игр, избегать столкновений с игроками, толчков и ударов по рукам и ногам.

#### **6.5. Зал гимнастики**

6.5.1. Зал гимнастики Спортивного комплекса расположенного по адресу: г. Омск, ул. 25 лет Октября, д.4, – предназначен для выполнения под музыку различных гимнастических и

танцевальных упражнений и элементов без предмета, а также с предметом (скакалка, обруч, мяч, булавы, лента). В Зале гимнастики размещены шведские стенки и гимнастический ковер размером 23м × 10м.

6.5.2. Гимнастические и танцевальные упражнения и элементы должны проводиться в специальной спортивной одежде и спортивной обуви (чешки, полупальцы/получешки или носочки). Допуск в Зал гимнастики осуществляется только в сменной спортивной обуви.

6.5.3. При использовании Зала гимнастики должно соблюдаться расписание, согласно которому осуществляется предоставление услуг зала. Возможна предварительная запись у администратора или по телефону Спортивного комплекса (на условиях предварительной оплаты).

6.5.4. Администрация Спортивного комплекса вправе ограничить число Посетителей/Клиентов, исходя из единовременной пропускной способностью Зала гимнастики, количеством свободных мест на зрительской трибуне, а также исходя из норм безопасности.

6.5.5. Общее время одного сеанса (посещения) пребывания в Зале гимнастики составляет не более 60 (Шестьдесят) минут, в том числе:

- время нахождения в раздевалке перед сеансом (посещением) – 5 (пять) минут;
- время нахождения в Зале Гимнастики – 55 (пятьдесят пять) минут;
- время нахождения в раздевалке после сеанса (посещения) – 5 (пять) минут.

6.5.6. По истечении своего (сеанса) времени Посетитель/Клиент своевременно уступает Зал гимнастики другим Посетителям/Клиентам. Превышение времени сеанса (посещения) пребывания свыше 5 (пяти) минут, оплачивается как 1 (один) час в соответствии с тарифом, действующим в Прайс-листе, в том случае, если последующий час свободен в расписании.

6.5.7. Необходимо строго выполнять правила проведения гимнастических и танцевальных упражнений и элементов, избегать столкновений с другими Посетителями/Клиентами, толчков и ударов по рукам и ногам.

6.5.8. Посетителям/Клиентам запрещается выполнение гимнастических и танцевальных упражнений и элементов без предмета, а также с предметом, связанных с возможным риском для здоровья без сопровождения тренера.

6.5.9. Запрещено принимать и оставлять на хранение пищу в зонах, предназначенных для гимнастических и танцевальных упражнений и переодевания.

6.5.10. Во избежание аллергических реакций запрещается использовать парфюмерную и иную продукцию с сильным запахом.

6.5.11. Рекомендуются снять с себя предметы, представляющие опасность при гимнастических и танцевальных упражнениях (часы, висячие серьги и т.п.), убрать из карманов колющиеся и другие посторонние предметы.

6.5.12. Запрещается приступать к гимнастическим и танцевальным упражнениям в Зал гимнастики при незаживших травмах и общем недомогании. При наступлении плохого самочувствия во время упражнений необходимо прекратить тренировку и сообщить об этом тренеру.

6.5.13. Время упражнений (сеанса) определяется утверждённым расписанием. Проход в Зал гимнастики осуществляется строго по времени начала сеанса. Опоздавшие в Зал гимнастики более чем на 10 (десять) минут, допускаются к упражнениям и могут занимать свободные места только с разрешения тренера.

6.5.14. Запрещено приносить с собой в Зал гимнастики сумки, пакеты и рюкзаки.

6.5.15. Запрещается во время упражнений (сеанса) находиться с жевательной резинкой во рту.

6.5.16. Запрещается во время упражнений (сеанса) заниматься самостоятельно по своей тренировочной программе.

6.5.17. Занимающиеся обязаны строго соблюдать правила внутреннего распорядка и выполнять все требования тренера.

6.5.18. Необходимо быть вежливым и предупредительным. Желательно ограничить на время занятия разговоры по мобильному телефону.

6.5.19. Перенос занятий (сеансов), пропущенных по вине Посетителя/Клиента, не производится.

6.5.20. Администрация Спортивного комплекса оставляет за собой право вносить изменения в расписание занятий (сеансов) и менять заявленного Инструктора по спорту без объяснения причин.

## **6.6. Зал единоборств**

6.6.1. Зал единоборств Спортивного комплекса расположенного по адресу: г. Омск, ул. 25 лет Октября, д.4, – предназначен для проведения спортивных тренировок и соревнований. В зале размещены «татами» для единоборств, подвесные груши, мешки, которые позволяют отработать удары, развить координацию и маневренность.

6.6.2. Тренировки и соревнования в Зале единоборств должны проводиться в специальной спортивной одежде и специальная обувь по типу кроссовок (борцовки). Допуск в Зал единоборств осуществляется только в сменной спортивной обуви.

6.6.3. При использовании Зала единоборств должно соблюдаться расписание, согласно которому осуществляется предоставление услуг зала. Возможна предварительная запись у администратора или по телефону Спортивного комплекса (на условиях предварительной оплаты).

6.6.4. Администрация Спортивного комплекса вправе ограничить число Посетителей/Клиентов, исходя из единовременной пропускной способностью Зала единоборств, а также исходя из норм безопасности.

6.6.5. Общее время одного сеанса (посещения) пребывания в Зале единоборств составляет не более 60 (Шестьдесят) минут, в том числе:

- время нахождения в раздевалке перед сеансом (посещением) – 5 (пять) минут;
- время нахождения в Зале единоборств – 55 (пятьдесят пять) минут;
- время нахождения в раздевалке после сеанса (посещения) – 5 (пять) минут.

6.6.6. По истечении своего (сеанса) времени Посетитель/Клиент своевременно уступает Зал единоборств другим Посетителям/Клиентам. Превышение времени сеанса (посещения) пребывания свыше 5 (пяти) минут, оплачивается как 1 (один) час в соответствии с тарифом, действующим в Прайс-листе, в том случае, если последующий час свободен в расписании.

6.6.7. Необходимо строго выполнять правила проведения тренировочных мероприятий и соревнований, избегать столкновений с другими Посетителями/Клиентами, толчков и ударов по рукам и ногам.

6.6.8. Посетителям/Клиентам запрещается выполнение тренировочных мероприятий, связанных с возможным риском для здоровья без сопровождения тренера.

6.6.9. Запрещено принимать и оставлять на хранение пищу в зонах, предназначенных для тренировочных мероприятий и переодевания.

6.6.10. Во избежание аллергических реакций запрещается использовать парфюмерную и иную продукцию с сильным запахом.

6.6.11. Рекомендуются снять с себя предметы, представляющие опасность при тренировочных мероприятиях (часы, висячие серьги и т.п.), убрать из карманов колющиеся и другие посторонние предметы.

6.6.12. Запрещается приступать к тренировочным мероприятиям в Зал единоборств при незаживших травмах и общем недомогании. При наступлении плохого самочувствия во время тренировочных мероприятий необходимо прекратить тренировку и сообщить об этом тренеру.

6.6.13. Время тренировочных мероприятий (сеансов) определяется утверждённым расписанием. Проход в Зал единоборств осуществляется строго по времени начала сеанса. Опоздавшие в Зал единоборств более чем на 10 (десять) минут, допускаются к тренировочным мероприятиям и могут занимать свободные места только с разрешения тренера.

6.6.14. Запрещено приносить с собой в Зал единоборств сумки, пакеты и рюкзаки.

6.6.15. Запрещается во время упражнений (сеанса) находиться с жевательной резинкой во рту.

6.6.16. Запрещается во время упражнений (сеанса) заниматься самостоятельно по своей тренировочной программе.

6.6.17. Занимающиеся обязаны строго соблюдать правила внутреннего распорядка и выполнять все требования тренера.

6.6.18. Необходимо быть вежливым и предупредительным. Желательно ограничить на время занятия разговоры по мобильному телефону.

6.6.19. Перенос занятий (сеансов), пропущенных по вине Посетителя/Клиента, не производится.

6.6.20. Администрация Спортивного комплекса оставляет за собой право вносить изменения в расписание занятий (сеансов) и менять заявленного Инструктора по спорту без объяснения причин.

### **6.7. Ледовый каток (зимний период времени)**

6.7.1. Ледовый каток Спортивного комплекса расположенного по адресу: г. Омск, ул. 25 лет Октября, д.4 (далее - Ледовый каток), – специальное место с ледовым покрытием, предназначенное для массового катания Посетителей/Клиентов на коньках.

6.7.2. Ледовый каток работает в зимний период времени по следующему режиму:

- Вторник – Пятница с 15 часов 00 минут до 21 часов 00 минут;
- Суббота – Воскресение и Праздничные дни с 13 часов 00 минут до 21 часов 00 минут;
- Выходной день Понедельник.

Администрация Спортивного комплекса оставляет за собой право объявлять в течение зимнего периода времени нерабочие праздничные и санитарные дни, вносить изменения в режим работы Ледового катка. Информация о прекращении работы и об изменении режима работы Ледового катка размещается на информационном стенде в зоне ресепшн и на официальном сайте [www.fok-omsk.ru](http://www.fok-omsk.ru).

6.7.3. При использовании Ледового катка должен соблюдаться режим работы, согласно которому осуществляется предоставление услуг катка.

6.7.4. Использование Ледового катка Посетителями/Клиентами должно осуществляться в удобной спортивной одежде и коньках.

6.7.5. Администрация Спортивного комплекса вправе ограничить число Посетителей/Клиентов, исходя из единовременной пропускной способности Ледового катка и норм безопасности.

6.7.6. Оплата услуг Ледового катка, является ознакомлением и согласием Посетителей/Клиентов с настоящими Правилами. Возврат денежных средств за не использованную услугу по уважительной причине производится при обращении (письменного заявления) в Администрацию Спортивного комплекса.

6.7.7. Посетитель/Клиент должен оплатить услугу разового посещения (время необходимое пребывания на катке) и оплатить прокат коньков в кассе, в соответствии с тарифом, действующим в Прайс-листе. Посетитель/Клиент, имеющий собственные коньки, оплачивает только разовое посещение Ледового катка.

6.7.8. Выдача коньков производится в порядке общей очереди. Администрация Спортивного комплекса оставляет за собой право не принимать испорченные коньки и требовать возмещение ущерба.

6.7.9.Выход на ледовое поле осуществляется только после подготовки катка.

6.7.10. Общее время одного сеанса (посещения) пребывания на Ледовом катке составляет не более 90 (девяносто) минут, в том числе:

- время нахождения в раздевалке перед сеансом (посещением) – 15 (пятнадцать) минут;
- время нахождения на Ледовом катке – 60 (шестьдесят) минут;
- время в раздевалке после сеанса (посещения) и нахождения в раздевалке – 15 (пятнадцать) минут.

Отсчет времени сеанса (посещения) начинается с момента прохода Посетителя/Клиента в раздевалку Стадиона через турникет и заканчивается выходом Посетителя/Клиента через турникет после посещения Ледового катка. Турникет фиксирует время пребывания нахождения Посетителя/Клиента.

6.7.11. Пройдя через турникет, Посетитель/Клиент должен пройти в раздевалку, переодеться и переобуться, сложить вещи в персональный шкафчик, предоставленный ему для пользования, закрыть его.

6.7.12. По истечении своего (сеанса) времени Посетитель/Клиент своевременно уступает Ледовый каток другим Посетителям/Клиентам. За превышение лимита общего времени сеанса (посещения) Ледовый каток указанного в пункте 6.7.10. настоящих Правил Посетитель/Клиент обязан произвести доплату согласно Прайс-Листу.

6.7.13. Необходимо быть вежливым и предупредительным. Желательно ограничить на время сеанса (посещения) Ледового катка разговоры по мобильному телефону.

6.7.14. Перенос занятий (сеансов), пропущенных по вине Посетителя/Клиента, не производится.

6.7.15. Пользоваться в установленном порядке расположенными на территории катка специализированными вспомогательными зонами.

6.7.16. Администрация Спортивного комплекса вправе:

-Отказать Посетителю/Клиенту в предоставлении услуг в случае нарушения им общественного порядка или создании угрозы жизни, здоровью или имуществу других Посетителей/Клиентов и сотрудников Спортивного комплекса.

-Удалить Посетителей/Клиентов, нарушающих настоящие Правила, при этом возврат стоимости услуг не осуществляется.

6.7.17. Администрация Спортивного комплекса не несет ответственности за вред здоровью и/или имуществу, причиненный противоправными действиями третьих лиц.

За совершение противоправных действий виновные лица несут ответственность в соответствии с действующим законодательством РФ.

6.7.18. В случае причинения вреда (порчи) имуществу Спортивного комплекса или катка составляется соответствующий акт, в котором указывается характер причиненного вреда. Возмещение ущерба осуществляется в порядке, предусмотренном действующим законодательством РФ.

6.7.19. Посетители/Клиенты при посещении Ледового катка обязаны:

- Проверить состояние коньков и при обнаружении повреждений сообщить об этом работнику катка;
- Одевать коньки только в специально отведённой зоне с резиновым покрытием;
- Кататься на льду против часовой стрелки, соблюдая умеренный темп движения;
- Покинуть каток и помещение раздевалки после истечения времени (сеанса) пребывания на Ледовом катке;

-Предъявить чек на разовое посещение Ледового катка и прокат коньков (в случае отсутствия личных коньков) контролеру катка;

-При возникновении чрезвычайной ситуации сообщить сотруднику катка и покинуть территорию катка;

-Бережно относиться к оборудованию и иному имуществу катка и Спортивного комплекса, соблюдать чистоту, правила личной гигиены, общественный порядок и требования настоящих Правил;

-Подчиняться обоснованным указаниям и требованиям Администрации Спортивного комплекса;

-Самостоятельно определить для себя и своего ребенка (несовершеннолетнего) возможность посещения катка исходя из физического самочувствия и состояния здоровья.

6.7.20. Посетителям/Клиентам при посещении Ледового катка запрещается:

-Выходить на Ледовый каток в обуви;

-Выходить на коньках на футбольное поле и беговые дорожки;

-Вносить коньки, полученные на прокат за пределы Спортивного комплекса;

-Находиться на льду в период заливки;

-Находиться в коньках без защитного чехла на лезвии вне зоны резинового покрытия и льда;

-Создавать опасные ситуации на катке (прыгать, толкаться, кататься «паровозиком» или против установленного направления движения, играть в хоккей, догонялки, салочки и другие игры, создающие дискомфорт для посетителей катка);

-Бросать какие-либо предметы на ледовое поле и территорию Спортивного комплекса;

-Организовывать коллективные профессиональные или любительские тренировки;

-Проведение бесплатных либо платных занятий с другими Посетителями/Клиентами;

-Находиться на катке в нетрезвом состоянии, а также в состоянии наркотического или токсического опьянения, приносить и распивать спиртные напитки, приводить с собой животных;

-Куриль на территории катка;

-Приносить с собой огнеопасные, взрывчатые, пиротехнические, токсичные и сильно пахнущие вещества; колющие, режущие предметы, стеклянную посуду, любые виды огнестрельного, газового и

холодного оружия;

-Самовольно проникать в служебные помещения Спортивного комплекса, к которым относятся кабинеты, технические помещения, самостоятельно регулировать любое инженерно-техническое оборудование;

-Повреждать оборудование и элементы оформления сооружения, зеленые насаждения и иной инвентарь;

-Использовать площади Спортивного комплекса без разрешения Администрации Спортивного комплекса для занятия коммерческой, рекламной, агитационной и иной деятельностью, не зависимо от того, связано ли это с получением дохода;

- Приступать к катанию на ледовом поле при незаживших травмах и общем недомогании. При наступлении плохого самочувствия во время сеанса необходимо обратиться за оказанием медицинской помощи в медицинский пункт в Спортивном комплексе;

- Приносить с собой на ледовое поле сумки, пакеты и рюкзаки.

#### **6.8. Хоккейная коробка (зимний период времени)**

6.8.1. Хоккейная коробка Спортивного комплекса расположенного по адресу: г. Омск, ул. 25 лет Октября, д.4 (далее - Хоккейная коробка), – специальное место с поверхностью белого льда ограниченного бортами и предназначенное для проведения для различных командных и индивидуальных игр, соревнований и тренировочных мероприятий по хоккею.

6.8.2. Хоккейная коробка работает в зимний период времени ежедневно с 10 часов 00 минут до 21 часов 00 минут.

Администрация Спортивного комплекса оставляет за собой право объявлять в течение зимнего период времени нерабочие праздничные и санитарные дни, вносить изменения в режим работы Хоккейной коробки. Информация о прекращении работы и об изменении режима работы Хоккейной коробки размещается на информационном стенде в зоне ресепшн и на официальном сайте [www.fok-omsk.ru](http://www.fok-omsk.ru).

6.8.3. При использовании Хоккейной коробки должен соблюдаться режим работы, согласно которому осуществляется предоставление услуг коробки.

6.8.4. Использование Хоккейной коробки Посетителями/Клиентами (в том числе и группой) должно осуществляться в хоккейной форме (хоккейная амуниция) - набор средств защиты тела игрока от различных травм (ударов, столкновений, падений).

6.8.5. При использовании Хоккейной коробки должно соблюдаться расписание, согласно которому осуществляется предоставление услуг коробки. Возможна предварительная запись у администратора или по телефону Спортивного комплекса (на условиях предварительной оплаты).

6.8.6. Администрация Спортивного комплекса вправе ограничить число Посетителей/Клиентов, исходя из единовременной пропускной способности Хоккейной коробки и норм безопасности.

6.8.7. Оплата услуг Хоккейной коробки, является ознакомлением и согласием Посетителей/Клиентов с настоящими Правилами. Возврат денежных средств за не использованную услугу по уважительной причине производится при обращении (письменного заявления) в Администрацию Спортивного комплекса.

6.8.8. Выход на Хоккейную коробку осуществляется только после подготовки льда.

6.8.9. Общее время одного сеанса (посещения) пребывания на Хоккейной коробки составляет не более 90 (девяносто) минут, в том числе:

- время нахождения в раздевалке перед сеансом (посещением) – 15 (пятнадцать) минут;

- время нахождения на Хоккейной коробки – 60 (шестьдесят) минут;

- время в раздевалке после сеанса (посещения) и нахождения в раздевалке – 15 (пятнадцать) минут.

6.8.10. По истечении своего игрового времени Посетители/Клиенты своевременно уступает Хоккейную коробку другим Посетителям/Клиентам. Превышение игрового времени свыше 5 (пяти) минут, оплачивается как 1 (один) час в соответствии с тарифом, действующим в Прайс-листе, в том случае, если последующий час свободен в расписании.

6.8.11. Посетители/Клиенты могут пользоваться в установленном порядке расположенными на территории Хоккейной коробки специализированными вспомогательными зонами.

6.8.12. Администрация Спортивного комплекса вправе:

-Отказать Посетителю/Клиенту в предоставлении услуг в случае нарушения им общественного порядка или создании угрозы жизни, здоровью или имуществу других Посетителей/Клиентов и сотрудников Спортивного комплекса.

-Удалить Посетителей/Клиентов, нарушающих настоящие Правила, при этом возврат стоимости услуг не осуществляется.

6.8.13. Администрация Спортивного комплекса не несет ответственности за вред здоровью и/или имуществу, причиненный противоправными действиями третьих лиц.

За совершение противоправных действий виновные лица несут ответственность в соответствии с действующим законодательством РФ.

6.8.14. В случае причинения вреда (порчи) имуществу Спортивного комплекса или Хоккейной коробки составляется соответствующий акт, в котором указывается характер причиненного вреда. Возмещение ущерба осуществляется в порядке, предусмотренном действующим законодательством РФ.

6.8.15. Посетители/Клиенты при посещении Хоккейной коробки обязаны:

-Проверить состояние коньков;

- Одевать коньки только в специально отведённой зоне с резиновым покрытием;
  - Покинуть каток и помещение раздевалки после истечения времени (сеанса) пребывания на Ледовом катке;
  - При возникновении чрезвычайной ситуации сообщить сотруднику Хоккейной коробки и покинуть территорию катка;
  - Бережно относиться к оборудованию и иному имуществу катка и Спортивного комплекса, соблюдать чистоту, правила личной гигиены, общественный порядок и требования настоящих Правил;
  - Подчиняться обоснованным указаниям и требованиям Администрации Спортивного комплекса;
  - Самостоятельно определить для себя и своего ребенка (несовершеннолетнего) возможность посещения Хоккейной коробки исходя из физического самочувствия и состояния здоровья.
- 6.8.16. Посетителям/Клиентам при посещении Хоккейной коробки запрещается:
- Выходить на Хоккейную коробку в обуви;
  - Выходить на коньках на футбольное поле и беговые дорожки;
  - Вносить коньки, полученные на прокат за пределы Спортивного комплекса;
  - Находиться на льду в период заливки;
  - Находиться в коньках без защитного чехла на лезвии вне зоны резинового покрытия и льда;
  - Бросать какие-либо предметы на Хоккейную коробку и территорию Спортивного комплекса;
  - Находиться на Хоккейной коробке в нетрезвом состоянии, а также в состоянии наркотического или токсического опьянения, приносить и распивать спиртные напитки, приводить с собой животных;
  - Курить на территории катка;
  - Приносить с собой огнеопасные, взрывчатые, пиротехнические, токсичные и сильно пахнущие вещества; колющие, режущие предметы, стеклянную посуду, любые виды огнестрельного, газового и холодного оружия;
  - Самовольно проникать в служебные помещения Спортивного комплекса, к которым относятся кабинеты, технические помещения, самостоятельно регулировать любое инженерно-техническое оборудование;
  - Повреждать оборудование и элементы оформления сооружения, зеленые насаждения и иной инвентарь;
  - Приступать к тренировочным мероприятиям на Хоккейной коробки поле при незаживших травмах и общем недомогании. При наступлении плохого самочувствия во время сеанса необходимо обратиться за оказанием медицинской помощи в медицинский пункт в Спортивном комплексе;
  - Приносить с собой на ледовое поле сумки, пакеты и рюкзаки.

## **6.9. Стадион**

6.9.1. Стадион Спортивного комплекса расположенного по адресу: г. Омск, ул. 25 лет Октября, д.4 (далее – Стадион), – предназначенный для различных командных и индивидуальных игр, тренировочной и демонстрационной работы по большому количеству видов спорта, включая комплекс физкультурно-спортивных сооружений, в состав которого входят: спортивное ядро (состоящее из поля для футбола, окаймленного легкоатлетической дорожкой «Mondo» и легкоатлетическими секторами) с местами для зрителей, поля и площадки для спортивных игр, другие вспомогательные бытовые помещения (раздевалки, душевые помещения), а также прилегающая к ним территория, вплоть до ограждения (включая это ограждение).

6.9.2. Стадион работает ежедневно с 10 часов 00 минут до 22 часов 00 минут.

Администрация Спортивного комплекса оставляет за собой право объявлять в течение года период времени нерабочие праздничные и санитарные дни, вносить изменения в режим работы Стадиона. Информация о прекращении работы и об изменении режима работы Стадиона размещается на информационном стенде в зоне ресепшн и на официальном сайте [www.fok-omsk.ru](http://www.fok-omsk.ru).

6.9.3. При использовании Стадиона должен соблюдаться режим работы, согласно которому осуществляется предоставление услуг Стадиона.

6.9.4. Спортивные и подвижные игры должны проводиться в спортивной одежде и спортивной обуви. Допуск на Стадион осуществляется только в сменной спортивной обуви.

6.9.5. При использовании Стадиона должно соблюдаться расписание, согласно которому осуществляется предоставление услуг Стадиона. Возможна предварительная запись у администратора или по телефону Спортивного комплекса (на условиях предварительной оплаты).

6.9.6. Администрация Спортивного комплекса вправе ограничить число Посетителей/Клиентов, исходя из единовременной пропускной способности Стадиона, количеством свободных мест на зрительской трибуне, а также исходя из норм безопасности.

6.9.7. Общее игровое время одного сеанса (посещения) пребывания на Стадионе составляет не более 60 (Шестьдесят) минут, в том числе:

- время нахождения в раздевалке перед сеансом (посещением) – 5 (пять) минут;
- время нахождения на Стадионе – 55 (пятьдесят пять) минут;
- время нахождения в раздевалке после сеанса (посещения) – 5 (пять) минут.

6.9.8. По истечении своего игрового времени Посетитель/Клиент своевременно уступает площадку другим Посетителям/Клиентам. Превышение игрового времени свыше 5 (пяти) минут, оплачивается как 1

(один) час в соответствии с тарифом, действующим в Прайс-листе, в том случае, если последующий час свободен в расписании.

6.9.9. Необходимо строго выполнять правила проведения игр, избегать столкновений с игроками, толчков и ударов по рукам и ногам.

6.9.10. В случае причинения вреда (порчи) имуществу Спортивного комплекса или Стадиона составляется соответствующий акт, в котором указывается характер причиненного вреда. Возмещение ущерба осуществляется в порядке, предусмотренном действующим законодательством РФ.

## **6.10. Сауна (Баня)**

6.10.1. Сауна (Баня) находится в Подтрибунном помещении Стадиона и в Спортивном Павильоне Спортивного комплекса расположенного по адресу: г. Омск, ул. 25 лет Октября, д.4 (далее – Сауна (Баня), – специальное помещение, оборудованное для мытья человека с одновременным действием воды и горячего воздуха (пара), и предназначенное для реабилитационно-восстановительных, оздоровительных и досуговых целей.

6.10.2. Сауна (Баня) работает ежедневно с 9 часов 30 минут до 22 часов 00 минут.

Администрация Спортивного комплекса оставляет за собой право объявлять в течение года период времени нерабочие праздничные и санитарные дни, вносить изменения в режим работы Сауны (Бани). Информация о прекращении работы и об изменении режима работы Стадиона размещается на информационном стенде в зоне ресепшн и на официальном сайте [www.fok-omsk.ru](http://www.fok-omsk.ru).

6.10.3. При использовании Сауны (Бани) должен соблюдаться режим работы, согласно которому осуществляется предоставление услуг Сауны (Бани).

6.10.4. При использовании Сауны (Бани) должно соблюдаться расписание, согласно которому осуществляется предоставление услуг Сауны (Бани). Возможна предварительная запись у администратора или по телефону Спортивного комплекса (на условиях предварительной оплаты).

6.10.5. Администрация Спортивного комплекса вправе ограничить число Посетителей/Клиентов, исходя из одновременной пропускной способности пребывания в Сауне (Бане), количеством свободных мест, а также исходя из норм безопасности.

6.10.6. При посещении Сауны (Бани) Посетители/Клиенты должны иметь при себе сменную обувь (сланцы, одноразовые тапочки), полотенце, предметы личной гигиены. Предметы личной гигиены должны быть в пластиковой таре и находиться в пакете. При отсутствии перечисленных предметов, Посетители/Клиенты к сеансу (посещению) Сауны (Бани) не допускаются.

6.10.7. Посетитель/Клиент при посещении Сауны (Бани) должен пройти в раздевалку, переодеться, разместить вещи на вешалке, принять душ с предметами личной гигиены.

6.10.8. По окончании сеанса (посещения) Сауны (Бани) Посетители/Клиенты должны принять душ, вытереться полотенцем и только после этого идти в раздевалку.

6.10.9. Общее время одного сеанса (посещения) пребывания в Сауне (Бане) составляет не более 60 (Шестьдесят) минут.

6.10.10. По истечении своего времени пребывания в Сауне (Бане) Посетитель/Клиент своевременно уступает ее другим Посетителям/Клиентам. Превышение времени пребывания в Сауне (Бане) свыше 5 (пяти) минут, оплачивается как 1 (один) час в соответствии с тарифом, действующим в Прайс-листе, в том случае, если последующий час свободен в расписании.

6.10.11. Необходимо строго выполнять правила пребывания в Сауне (Бане).

6.10.12. Все перемещения в Сауне (Бане) Посетители/Клиенты должны делать только шагом.

6.10.13. Рекомендуются входить в воду бассейна, спускаясь по металлической лестнице, повернувшись спиной к воде.

6.10.14. Рекомендуются перед сеансом (посещением) Сауны (Бани) снять с себя любые ювелирные и иные украшения.

6.10.15. Посетитель/Клиент обязан самостоятельно контролировать время своего пребывания в Сауне (Бане).

6.10.16. Посетителям/Клиентам рекомендуется:

- посещать Сауну (Баню) при хорошем самочувствии;

- пользоваться веником за исключением хвойного со второго захода в парную, постепенно повышая длительность посещения.

6.10.17. Посетителям/Клиентам не рекомендуется:

- заходить в парную сразу после еды и во время простудных заболеваний;

- мочить голову перед заходом в парную, чтобы не вызвать, перегрев головы.

- заходить в парную на длительное время.

6.10.18. В случае причинения вреда (порчи) имуществу Спортивного комплекса или Сауны (Бани) составляется соответствующий акт, в котором указывается характер причиненного вреда. Возмещение ущерба осуществляется в порядке, предусмотренном действующим законодательством РФ.

6.10.19. Посетителям/Клиентам при посещении Сауны (Бани) запрещается:

-Бросать какие-либо предметы на каменку находящейся в Сауне (Бане) во избежание возгорания;

-Находиться в Сауне (Бане) в нетрезвом состоянии, а также в состоянии наркотического или токсического опьянения, приносить и распивать спиртные напитки, приводить с собой животных;

- Курить в Сауне (Бане);
- Пребывание за исключением зоны в помещениях Сауны (Бани) отдыха с напитками и едой.
- Приносить с собой огнеопасные, взрывчатые, пиротехнические, токсичные и сильно пахнущие вещества; колющие, режущие предметы, стеклянную посуду, любые виды огнестрельного, газового и холодного оружия;
- Самовольно проникать в служебные помещения Сауны (Бани), к которым относятся кабинеты, технические помещения, самостоятельно регулировать любое инженерно-техническое оборудование;
- Повреждать оборудование и элементы оформления сооружения, зеленые насаждения и иной инвентарь;
- Пользоваться Сауной (Бане) при незаживших травмах и общем недомогании, а также с инфекционными и кожными заболеваниями, а также с повреждениями кожных покровов. При наступлении плохого самочувствия во время сеанса необходимо обратиться за оказанием медицинской помощи в медицинский пункт в Спортивном комплексе;
- Нырять бассейн и спускаться с бортиков;
- Пользоваться стеклянной тарой во избежание порезов;
- Пользоваться открытым огнем (свечами, петардами, бенгальскими огнями) во избежание возгорания.

## **7. Прочие положения**

7.1. На территории Спортивного комплекса категорически запрещено:

- употребление спиртных напитков, наркотиков;
- появление в состоянии алкогольного и наркотического опьянения;
- курение на территории Спортивного комплекса;
- проносить, употреблять пищу и напитки вне отведенных для этого мест;
- несанкционированная продажа товаров и услуг, распространение рекламной продукции, расклейка объявлений;
- проносить легковоспламеняющиеся, взрывчатые вещества, оружие и боеприпасы;
- проходить на территорию Учреждения с домашними животными, роликовых коньках;
- проходить за стойку зоны ресепшен;
- нарушать общественный порядок и общепринятые нормы поведения, пренебрежительно относиться к другим Посетителям/Клиентам, а также персоналу Администрации.

7.2. Посетители/Клиенты несут материальную ответственность за поломку и порчу оборудования и инвентаря, утерю абонементов, браслетов и номерков.

7.3. В случаях, если действия Посетителя/Клиента нанесли имущественный ущерб Спортивному комплексу, Администрация Спортивного комплекса вправе требовать его возмещения.

7.4. В случае, если ущерб нанесен несовершеннолетними, не достигшими возраста 14 (Четырнадцать) лет, возмещение ущерба производится его родителями (законными представителями) в порядке, установленном действующим законодательством Российской Федерации.

7.5. Администрация Спортивного комплекса не несет ответственность за состояние здоровья и возможный травматизм Посетителей/Клиентов в следующих случаях:

- 7.5.1. При нарушении правил внутреннего распорядка Спортивного комплекса;
- 7.5.2. При нарушении настоящих Правил посещения Спортивного комплекса;
- 7.5.3. Если Посетитель/Клиент тренируется самостоятельно;
- 7.5.4. Если Посетитель/Клиент не пользуется вводным инструктажем и нарушает рекомендации врачебного заключения по посещению Спортивного комплекса;
- 7.5.5. За травмы, полученные вне территории Спортивного комплекса, а также за травмы от противоправного действия третьих лиц;
- 7.5.6. За травмы, полученные на территории Спортивного комплекса по вине самого Посетителя/Клиента;
- 7.5.7. Если травма не была зарегистрирована дежурным работником медицинского кабинета Спортивного комплекса и не составлен соответствующий акт.

7.6. Посетители/Клиенты обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения и пути эвакуации согласно информационным указателям.

7.7. При возникновении пожара Посетитель/Клиент незамедлительно обязан покинуть территорию возгорания через имеющиеся эвакуационные выходы, в соответствии с утвержденным планом эвакуации, сообщить о пожаре Администрации Спортивного комплекса.

7.8. За личные вещи и инвентарь, утерянные или оставленные без присмотра, Администрация Спортивного комплекса ответственности не несет. Информацию о забытых вещах можно получить у администраторов Спортивного комплекса. Срок хранения забытых в Спортивном комплексе вещей один месяц.

7.9. Администрация Спортивного комплекса оставляет за собой право изменять настоящие Правила, без предварительного согласования с Клиентом, обеспечивая при этом публикацию изменений в доступных местах (зона ресепшен, отдел продаж) и на официальном сайте не менее чем за 30 (тридцать) дней до вступления их в силу. По истечении указанного срока с момента размещения изменения вступают в силу, и новая редакция Правил становится обязательной для соблюдения, а предыдущая редакция Правил с этого же дня считается утратившей силу.

7.10. Клиенты обязуются периодически (не менее одного раза в шесть месяцев) осуществлять проверку изменений Правил на официальном сайте или в доступных местах (зона ресепшен, отдел продаж).

7.11. В случае нарушения Посетителем/Клиентом настоящих Правил, Администрация Спортивного комплекса предупреждает его о недопущении повторных нарушений, в противном случае оставляет за собой право отказать Посетителю/Клиенту в дальнейшем посещении Спортивного комплекса.

7.12. Администрация Спортивного комплекса - вправе идентифицировать Клиента по фотоизображению, сделанному администратором Спортивного комплекса. Администрация Спортивного комплекса оставляет за собой право отказать во входе Клиенту, идентификация личности которого по фотоизображению невозможна или затруднена.