

LIETUVOS ŽIEMOS SPORTO CENTRAS

PATVIRTINTA

Lietuvos žiemos sporto centras direktoriaus

2019-03-20 d. įsakymu Nr. 7

TRENIRUOKLIŲ SALĖS TAISYKLĖS

1. Treniruoklių salės lankytojai turi teisę pradėti naudotis paslaugomis tik susipažinę su šiomis taisyklėmis.
2. Kiekvienas lankytojas, norintis įsigyti abonementą, privalo pateikti savo asmens dokumentą su nuotrauka, patvirtinantį lankytojo asmens tapatybę. Lankytojas, susipažinęs su Treniruoklių salės lankymo taisyklėmis, pasirašo „Susipažinimo su taisyklėmis“ žurnale. Kiekvieną kartą lankytojai, atvykę į Treniruoklių salę, su savimi privalo turėti abonemento bilietą. Pаметus ar kitaip praradus abonemento bilietą, būtina informuoti Lietuvos žiemos sporto centro (toliau – LŽSC) administraciją. Abonemento dublikatas išduodamas per vieną darbo dieną nuo prašymo pateikimo datos.
3. Lankytojas, įsigijęs abonementą, gali pradėti lankytis Treniruoklių salėje iškart, nes abonentas aktyvuojamas nuo pirkimo dienos. Abonemento galiojimas gali būti sustabdomas šiose taisyklėse nustatyta tvarka.
4. Jei lankytojas pageidauja sustabdyti abonementą, privalo apie tai informuoti LŽSC administraciją telefonu tel. 8-386-54193 arba el.p. lzsc@ignet.lt. Abonementai atgaline data nestabdomi.
5. Prieš naudojantis Treniruoklių salės įranga ir inventoriumi, būtina susipažinti su Treniruoklių salėje iškabintomis arba ant inventoriaus ar įrangos nurodytomis naudojimosi instrukcijomis, o esant bet kokiems neišskumams, kreiptis į Sporto komplekso darbuotojus dėl reikalingos informacijos suteikimo.
6. Lankytojas, prieš pradėdamas naudotis treniruoklių salės įranga, privalo įsitikinti, kad jo sveikatos būklė jam leidžia lankyti Treniruoklių salę bei naudotis jo teikiamomis konkrečiomis paslaugomis bei įranga. Kiekvienas lankytojas privalo būti atsargus ir rūpestingas, nuspręsdamas lankyti Treniruoklių salę bei pasirinkdamas konkrečias jo teikiamas paslaugas.
7. Lankytojas, prieš pasirinkdamas konkrečias Treniruoklių salės paslaugas, visų pirma, turi atsižvelgti į savo sveikatos būklę ir šių paslaugų galimą poveikį jai. Lankytojui, prieš pradėdamas naudotis Treniruoklių salės teikiamomis paslaugomis, rekomenduojama patikrinti sveikatos būklę bei pasitarti su gydytoju. Neigiamos pasekmės, susijusios su šios rekomendacijos nevykdymu, tenka lankytojui. LŽSC administracijai paprašius, lankytojas privalo pateikti gydytojo pažymą apie savo sveikatos būklę. Lankytojas pilnai atsako už savo sveikatos būklės tinkamumą naudotis teikiamomis paslaugomis bei pateiktų duomenų apie savo sveikatos būklę teisingumą. Visa atsakomybė, dėl lankytojo sveikatos sutrikimų,

sužalojimų ir nelaimingų atsitikimų, atsiradusių lankantis Treniruoklių salėje tenka lankytojui. LŽSC neatlygina lankytojui dėl jo teikiamų paslaugų lankytojo sveikatai bei gyvybei padarytos tiek turtinės, tiek neturtinės žalos, išskyrus jeigu ši žala atsirado dėl paslaugos teikėjo kaltės.

8. Treniruoklių salėje privaloma dėvėti tvarkingus sporto drabužius, avėti švarią sportinę avalynę. **Draudžiama sportuoti avint lauko avalynę, šlepetes, sandalus bei futbolo sportinius batelius, taip pat neavint visiškai jokios avalynės.** Pažeidžiantys šį punktą lankytojai gali būti neleidžiami į Treniruoklių salę.
9. Naudojantis įranga, ant treniruoklių **būtina pasitiesti rankšluostį.**
10. Treniruoklių salėje, keliant didelius svorius, būtina pasikviesti į pagalbą antrą asmenį (salės instruktorių, draugą).
11. Atlikus pratimus, būtina **sutvarkyti treniruotės vietą** (treniruoklių priedai, kita treniruoklių salės įranga, svarmenys turi būti sudėti į jiems skirtas vietas).
12. Naudotis treniruoklių salės įranga ir kitu inventoriumi galima tik pagal tiesioginę jų paskirtį. Nežinant kaip teisingai ir saugiai naudotis treniruokliais ir kitu treniruoklių salės inventoriumi, būtina konsultuotis su LŽSC administracija.
13. Nesinaudokite laikinai sugedusiais treniruokliais, o apie pastebėtą gedimą nedelsiant informuokite LŽSC administraciją.
14. Netrukdykite kitiems treniruoklių salės lankytojams naudotis treniruokliais ir kitu inventoriumi, pertraukėlių tarp pratimų metu neužimkite treniruoklių, nepalikite ant jų asmeninių daiktų.
15. Prieš pasirenkant krūvį Treniruoklių salėje, įsitikinkite, ar jis atitinka asmeninį fizinį pajėgumą. Jūsų saugumas ir sveikata – Jūsų pačių rankose. Sveikatai pablogėjus ar patyrus traumą esant Treniruoklių salėje, nedelsiant apie tai informuokite salės personalą.
16. Draudžiama Treniruoklių salėje lankytis neblaiviems ir/ ar apsvaigusiems nuo alkoholio, narkotikų bei kitų psichotropinių medžiagų.
17. Fotografuoti bei filmuoti Treniruoklių salėje galima tik iš anksto suderinus šiuos veiksmus su LŽSC administracija.
18. Jaunesniems nei **14 metų** asmenims patekti į Treniruoklių salę ir joje sportuoti **draudžiama.** Asmenys nuo 14 iki 16 metų Treniruoklių salėje gali sportuoti tik su trenerio priežiūra.
19. LŽSC administracija turi teisę atsisakyti teikti arba nedelsiant nutraukti teikiamas paslaugas asmenims, pažeidusiems šias Taisykles, taip pat kitiems nepageidaujamiems asmenims, kurių elgesys kelia grėsmę lankytojų interesams ir/ ar yra nesuderinamas su Sporto komplekso veiklos koncepcija. LŽSC atsakingi darbuotojai turi teisę pareikalauti lankytojų, pažeidusių šias taisykles, nutraukti naudojimąsi treniruoklių salės teikiamomis paslaugomis bei nedelsiant palikti patalpas.

LŽSC administracija