

«УТВЕРЖДАЮ»

Генеральный директор

ООО «ГРАНОЛА»

(Клубные правила введены
Приказом № 1 от 24.08.2020)

Иванов А.Д.

«24» июля 2020г.

КЛУБНЫЕ ПРАВИЛА

Фитнес-Клуба

«Космос»

г. Москва 2020

Настоящие клубные правила, принятые в ООО «Гранола» размещаются при входе в клуб на стойке информации. Клубные правила размещенные для публичного доступа, обязательны для ознакомления и соблюдения всеми посетителями клуба.

Настоящие клубные правила являются неотъемлемой частью заключаемого с посетителями клуба договора на оказание физкультурно-оздоровительных услуг, обязательны для самостоятельного ознакомления перед заключением договора на оказание физкультурно-оздоровительных услуг.

Термины:

Клуб - фитнес-клуб «Космос» (юридическое лицо ООО «Гранола») расположенный по адресу: Москва, Проспект Мира 150

Член клуба - физическое лицо, получающие услуги клуба согласно заключенному договору на оказание физкультурно-оздоровительных услуг

Клубные правила - перечень прав и обязанностей членов клуба и работников клуба, установленных в настоящем документе.

Заморозка клубной карты - возможность приостановления срока действия договора на оказание физкультурно-оздоровительных услуг на условиях договора и настоящих клубных правил.

Администрация клуба - работники ООО «Гранола», уполномоченные на принятии решений в рамках своей компетенции по вопросам деятельности клуба.

Клубная карта- выдаваемая члену клуба после заключения договора и необходимая для регистрации при посещении и получении услуг клуба. Клубная карта является собственностью клуба и подлежит возврату при расторжении/окончании срока действия договора.

Дополнительные услуги - не включенные в стоимость клубной карты и оказываемые на территории клуба за отдельную плату в соответствии с действующим прейскурантом цен на дополнительные услуги клуба.

Блоки услуг (тренировок) - определенное количество услуг, приобретаемое членом клуба одновременно.

1. Членство

1.1 Членство в клубе является персональным и может быть переоформлено на другое лицо только один раз в течение срока действия договора. Стоимость переоформления членства осуществляется в соответствии с прейскурантом клуба.

1.2. Оформление членства в клубе (продление, изменение, переоформление) осуществляется на основании документа, удостоверяющего личность. Для изготовления клубной карты и пользования фитнес – услугами клуба посетитель клуба обязан предоставить администрации клуба следующие персональные данные: фамилию, имя, отчество, адрес, реквизиты документа, удостоверяющего личность, биометрические данные в виде фотографии (сделать фото на ресепшн). Клубная карта является пропуском в клуб, предъявляется администратору рецепции. Клубная карта не подлежит передаче другому лицу. При утрате или отсутствии карты для посещения клуба предъявляется документ, удостоверяющий личность (паспорт, водительское удостоверение). При потере клубной карты можно произвести восстановление за дополнительную плату в соответствии с действующим прейскурантом цен клуба.

1.3. Клуб оставляет за собой право продавать членство в клубе на индивидуальных условиях.

1.4. Специальные привилегии и дополнительные услуги могут оговариваться в отдельных дополнительных соглашениях к договору. Данные привилегии могут распространяться только на территории клуба, где было оформлено членство и в отношении лиц, с которыми заключен соответствующий договор.

1.5. Некоторые виды членства в клубе (утреннее, дневное, выходного дня и т.п.) могут предусматривать ограничения по времени посещения клуба и ограничения по зонам посещения клуба. Член клуба, обладающий картой такого вида, обязан покинуть клуб до наступления установленного времени. В случае несоблюдения членом клуба таких ограничений он обязан произвести дополнительную оплату по тарифам, установленным прейскурантом клуба. Для расчетного времени применяется интервал, составляющий не более 15 минут после окончания срока действия (времени) приобретенного членства, в течение которого член клуба должен покинуть зоны спортивных занятий (банного комплекса, бассейна, душевых, раздевалок и т.п.) и зафиксировать время выхода в гостевую зону клуба у

администратора (на рецепции). Отказ от осуществления дополнительной оплаты в результате неоднократного нарушения сроков приобретенного членства может послужить основанием для расторжения договора со стороны администрации клуба.

1.6. При заключении договора выдается клубная карта, которую член клуба обязан иметь при себе при входе в клуб и не имеет права передавать свою клубную карту другому лицу. В случае передачи ее другому лицу клубная карта изымается. В последствии чего делается письменное предупреждение, а иное лицо не допускается на территорию клуба по чужой клубной карте.

1.7. Лицо, которое пыталось использовать чужую клубную карту, или член клуба, передавший ее другому лицу, обязано оплатить гостевой визит по тарифам, установленным прејскурантом клуба. В случае неоплаты гостевого визита или отказа от него администрация клуба оставляет за собой право обращения в правоохранительные и судебные органы за возмещением нанесенного ущерба.

1.8. По личному заявлению члена клуба, срок действия клубной карты может быть приостановлен (далее также - «заморозка»), если стороны договора предусмотрели такое действие или такое условие включено в соответствующую программу члена клуба. Минимальный срок заморозки составляет не менее 7 дней, максимальный срок - не более 90 дней (в соответствии с условиями договора). Бланк заявления можно получить у администратора клуба на рецепции клуба. Также допускается направление уведомления о приостановлении срока действия клубной карты (заморозке) путем направления соответствующего письма, содержащего указание на полные фамилию, имя, отчество члена клуба, начальные и конечные даты «заморозки» (зарегистрированного на члена клуба) на почту клуба.

Заявление о «заморозке» клубной карты вправе подать только совершеннолетнее лицо, заключившее договор с клубом, либо родитель (законный представитель) члена клуба, не достигшего 18-ти летнего возраста.

1.9. Договор с несовершеннолетним лицом в возрасте от 14 до 18 лет может быть заключен при условии письменного согласия его родителей (законных представителей)

2. Общие правила

2.1. Клуб является частной территорией и, в целях безопасности своих членов, а также сохранности своего имущества, может охраняться частной охраной, деятельность которой регламентируется законом «О частной детективной и охранной деятельности». В соответствии со ст. 20.17 Кодекса об административных правонарушениях (нарушение пропускного режима охраняемого объекта), самовольное проникновение на охраняемый в установленном порядке объект - является административным нарушением, в связи с чем, при входе в клуб, член клуба обязан предъявить свою клубную карту и зарегистрироваться на рецепции. Гости клуба, не имеющие клубной карты, для посещения клуба обязаны предъявить документы, удостоверяющие личность. Отсутствие клубной карты и/или документов, удостоверяющих личность, может явиться основанием для не допуска на территорию клуба и отказа в проведении занятий.

2.2. Верхнюю одежду (в осенне-зимне-весенний период) необходимо сдавать в гардероб. Прием вещей в гардероб осуществляется на безвозмездной основе. Нахождение членов клуба в верхней одежде на территории клуба и спортивных залах категорически запрещено.

2.3. При входе в клуб в обязательном порядке следует надевать бахилы.

2.4. При первом посещении клуба члену клуба необходимо:

- обратиться к администраторам клуба на рецепции для ознакомления с услугами клуба, а также порядком их оказания;

- записаться на вводный инструктаж в тренажерном зале, бассейне (в действие карты включены по 1-й ознакомительной тренировке, которые могут быть использованы членом клуба в течении первых 60-ти дней с даты активации карты).

2.5. В период нахождения в клубе личные вещи и одежда должны храниться в гардеробе, в шкафчиках, находящихся в раздевалках, ценные вещи рекомендуется сдавать в ячейки для хранения на рецепции. За ценные вещи не оставленные в ячейках для хранения на рецепции клуб ответственности не несет (учитывая недопустимость осуществления видео-контроля в раздевалках). Клуб не принимает на хранение вещи и предметы, запрещенные или ограниченные к обороту на территории Российской Федерации (огнестрельное и травматическое оружие, медицинские препараты, алкогольные напитки, горючие вещества, колюще-режущие

предметы). Ограниченные или запрещенные к обороту на территории Российской Федерации вещи или предметы также запрещено хранить в гардеробе или шкафчиках в раздевалке (за исключением случаев, связанных с обязательной необходимостью периодического приема медицинских препаратов по назначению врача).

2.6. Ключи от шкафчиков выдаются членам клуба в обмен на клубную карту.

2.7. После окончания занятий, шкафчик в раздевалке освобождается, а ключ сдается администратору. Оставленные вещи в шкафчиках раздевалки будут изъяты из мест хранения и утилизированы по истечению 14 дней.

Использованные полотенца подлежат складированию в специальные контейнеры, установленные на территории клуба. Вынос полотенец за пределы территории клуба запрещен. За утрату или вынос полотенца за территорию клуба, член клуба возмещает его стоимость в соответствии с прейскурантом.

2.8. Члены клуба должны вести себя в соответствии с правилами общественного порядка, не шуметь, не кричать, и не беспокоить других посетителей, а также соблюдать чистоту и бережно относиться к имуществу клуба. Членам клуба запрещается самостоятельно изменять настройки музыкального оборудования, включая выбор композиций, изменений громкости звука. Членам клуба запрещается самостоятельно изменять температурный режим в помещениях клуба.

2.9. Членам клуба запрещается заходить на территорию и в служебные помещения, предназначенные только для персонала клуба.

2.10. Члены клуба должны внимательно, разумно и ответственно относиться к состоянию своего здоровья, и незамедлительно сообщать персоналу клуба о любых случаях ухудшения самочувствия во время пребывания в клубе, а также о любых ограничениях к спортивным занятиям. Ответственность за занятия в клубе при наличии установленных ограничений по состоянию здоровья или плохого самочувствия в полной мере лежит исключительно на члене клуба.

2.11. Групповые занятия проводятся по расписанию, которое находится на стенде информации клуба: в зоне рецепции, а также может находиться в иных общедоступных местах, а также на сайте клуба. Время проведения групповых занятий, отмена занятий, замена тренера могут быть произведены в одностороннем порядке администрацией клуба, с обязательным

уведомлением членов клуба на информационных стендах и рецепции не менее чем за 24 часа.

2.12. При проведении профилактических и иных работ в тренажерном зале пользование тренажерами может быть частично ограничено или кратковременно приостановлено, что не является нарушением порядка оказания услуг.

2.13. Самостоятельные занятия в тренажерном зале разрешены с 18 лет.

Дети в возрасте от 3 до 16 лет могут посещать бассейн, зал групповых занятий только с персональным тренером (отдельно оплачиваемая услуга) либо детские групповые занятия. Посещение сауны и бань (учитывая повышенный риск травмирования) допускается строго в присутствии родителей/законных представителей.

Дети в возрасте от 16 лет и старше могут посещать самостоятельно групповые занятия в клубе. Самостоятельное посещение бассейна детьми в возрасте до 16 лет без проверки навыков плавания дежурным тренером не допускается, риск причинения вреда здоровью или гибели при нарушении данного порядка в полной мере возлагается на родителей/законных представителей и самого ребенка-члена клуба.

Посещение детьми тренажерного зала до 18 лет без персонального тренера строго запрещено. Посещение кардио-зоны возможно детьми с 14 лет.

Родители или иные лица, проводящие детей на самостоятельные занятия с детьми в бассейне, или иных спортивных залах и помещениях клуба, без участия персонального тренера клуба самостоятельно несут полную ответственность за любой вред, полученный ребенком во время их нахождения на территории клуба.

Нахождение в клубе несовершеннолетних лиц в возрасте до 16 лет после 23-00 ч. не разрешается без сопровождения родителей (законных представителей). О нахождении в клубе несовершеннолетних лиц в возрасте до 16 лет без родителей (законных представителей) будут информироваться органы внутренних дел.

2.14. Условия и порядок проведения индивидуальных занятий (далее также - персональные тренировки) определяются администрацией клуба.

Персональные тренировки («блоки тренировок» - т.е. несколько тренировок) имеют срок действия, согласно прейскуранту, и в зависимости от количества

тренировок в блоке. Ознакомление члена клуба со сроком действия блока тренировок осуществляется при его приобретении, путем ознакомления с прейскурантом цен на соответствующие услуги. Прейскурант цен размещается на рецепции клуба.

Отмена записи на персональную тренировку (как включенную в блок тренировок, так и разовую) менее чем за 12 часов до ее начала влечет за собой списание услуги, как использованной. Уведомление об отмене можно осуществить либо путем подачи соответствующего заявления (бланк заявления можно получить у администратора на рецепции). Период срока действия блока персональных тренировок исчисляется с даты первой тренировки. В случае опоздания члена клуба на персональную тренировку время ее проведения не продлевается.

В случае истечения срока персональной тренировки (блока тренировок), а равно в случае окончания срока действия клубной карты (договора на оказание услуг) персональные тренировки (блок тренировок) аннулируются. В случае продления членом клуба срока действия договора допускается «перенос» обязательств клуба по проведению персональных тренировок (блока тренировок) по вновь оформленному договору, но срок оказания услуг по проведению персональной тренировки (блока тренировок) продлению не подлежит.

В случае использования членом клуба услуги «заморозка» срок действия услуги персональная тренировка (блок тренировок) «замораживается» (продлевается срок их действия) на аналогичный сроку «заморозки» период.

2.15. Индивидуальные занятия могут проводиться только персоналом клуба либо привлеченными на основании соответствующего договора клуба лицами. Проведение индивидуальных занятий одним из членов клуба для других членов клуба - категорически запрещено, так как это может угрожать вашему здоровью и имуществу клуба. Использование помещений клуба его членами с целью извлечения дохода или иной коммерческой выгоды не допускается.

2.16. Запись на индивидуальные занятия производится заранее, по согласованию с тренером или инструктором клуба.

2.17. Индивидуальные занятия проводятся только после полной оплаты, в соответствии с прейскурантом клуба, утвержденным администрацией.

2.18. В случае утраты членской карты, ключа от ячейки (шкафчика) или номерка от гардероба взимается оплата в соответствии с прейскурантом, установленным администрацией клуба.

2.19. Во время спортивных занятий, в целях уважения к другим членам клуба, необходимо перевести мобильный телефон в положение «без звука», или оставить телефон в ячейках для хранения на рецепции.

2.20. Выбор музыкального сопровождения на территории клуба осуществляется администрацией и персоналом клуба, и непосредственно связан с действующими на территории Российской Федерации нормативными актами, регламентирующими защиту прав российских и иностранных исполнителей. С учетом этого, пожелания по музыкальному сопровождению от членов клуба принимаются, но не являются определяющими.

2.21. Член клуба имеет право пользоваться автомобильной парковкой, если услуга входит в клубную карту, но не более 4 часов.

2.22. Член клуба обязуется исполнять законные требования охраны клуба, а также охраны зоны парковки (при наличии).

2.23. Членам клуба запрещается:

- посещать клуб в состоянии алкогольного, наркотического или иного опьянения, остаточных явлений алкогольного опьянения (похмельный синдром). При подозрении на наличие у члена клуба клиента признаков алкогольного и/или наркотического опьянения, а также остаточных явлений алкогольного опьянения (похмельный синдром) сотрудники клуба вправе применить меры к указанным лицам в виде отстранения от тренировок и вывода за пределы клуба, или вызова сотрудников правоохранительных органов;

- курить на территории клуба (включая использование электронных испарителей, вейпов, электронных сигарет, кальянов), равно как и употреблять спиртные напитки, наркотики и иные запрещенные в Российской Федерации препараты;

- находиться на территории клуба с оружием. Запрещается приносить в клуб легковоспламеняющиеся, взрывчатые вещества и боеприпасы, иные запрещенные или ограниченные в обороте на территории РФ вещи и предметы;

- проводить на территорию клуба животных, рептилий и иных представителей животного мира;
- находиться в помещениях клуба, предназначенных для спортивных занятий, а также банного комплекса и аква-зонах, в верхней одежде и уличной обуви;
- входить в залы клуба со спортивными сумками, пакетами и рюкзаками;
- принимать пищу на территории клуба, предназначенной для проведения тренировок и спортивных занятий;
- проводить фото и видеосъемку на территории клуба без предварительного согласования с администрацией клуба;
- пользоваться личными звуковыми системами без наушников;
- осуществлять на территории клуба какие-либо действия в ущерб правам и интересам других членов клуба, а также правам и интересам, в том числе коммерческим, самого клуба;
- проводить любые публичных акции, не согласованные с администрацией клуба. Под публичными акциями, в том числе, подразумевается распространение различного рода товаров, листовок, проведение рекламных компаний, а также политических или коммерческих мероприятий;
- проявлять грубость и неуважение по отношению к другим членам клуба, а также персоналу и охране клуба, вести себя агрессивно, сквернословить, нецензурно браниться оскорблять и проявлять иные виды некорректного поведения;
- проводить в клубе различные праздничные мероприятия и встречи без предварительного согласования с администрацией клуба, а также в ущерб интересам других членов клуба;
- при наличии на теле члена клуба татуировок или иных рисунков, запрещенных в России (например, содержащих свастику, ненормативную лексику, в т.ч. на иностранном языке), такие рисунки должны быть закрыты одеждой в течение всего времени пребывания в клубе, включая душевые и бассейн. В помещениях клуба необходимо использовать сменную обувь, для прохода до раздевалки в уличной обуви использовать предоставляемые клубом бахилы. При посещении занятий единоборствами, групповых программ, занятий в тренажерном зале, необходимо переодеться в спортивную одежду и закрытую обувь. При посещении групповых программ

запрещается приходить на занятия босыми. Во время занятий верхняя часть тела, паховая область и бедра обязательно должны быть закрыты;

- оказывать индивидуальные услуги другим членам клуба.

2.24. Клуб не несет ответственность:

- за сохранность и возможный ущерб, нанесенный автотранспорту члена клуба, находящемуся на парковке клуба, а также за сохранность вещей и иного имущества находящихся в нем;

- за вред, причиненный члену клуба действиями (бездействиями) третьих лиц, а также нанесения вреда члену клуба, в том числе его здоровью, нарушение им правил пользования тренажерам и правил безопасности;

- за вред, причиненный жизни и здоровью члена клуба, наступивший в результате предоставления неполных или недостоверных сведений о состоянии своего здоровья;

- неосторожности члена клуба во время занятия по собственной программе, несогласованной с тренером клуба;

- нарушения членом клуба настоящих клубных правил, техники безопасности, рекомендаций специалистов клуба, а также размещенных на информационных и предупредительных, запретительных табличках в клубе или на оборудовании;

- действий третьих лиц;

2.25. Члену клуба может быть отказано в какой-либо компенсации морального, материального вреда или вреда причинения здоровью в результате ухудшения своего здоровья и травм, полученных во время самостоятельных занятий в клубе, а также по собственной неосторожности, за исключением случаев, предусмотренных законодательством РФ.

2.26. Член клуба не вправе требовать возврата полной или частичной стоимости оплаченных услуг в том случае, если член клуба по своей инициативе не пользуется предоставленными услугами клуба в течение срока действия клубной карты.

2.27. Член клуба обязан воздерживаться от посещения клуба при наличии у него простудных или инфекционных заболеваний, а также открытых ран.

2.28. За нарушение членом клуба клубных правил в отношении виновных лиц могут быть направлены соответствующие заявления в правоохранительные органы либо суд для решения вопроса о привлечении к административной или иным видам ответственности в соответствии с действующим законодательством РФ, а договор оказания услуг- может быть расторгнут в соответствии с положениями ст.782 Гражданского кодекса РФ, Определением Конституционного Суда РФ от 06.06.2002, пункта 1.1. ГОСТ Р 57116-2016- в случае невозможности оказывать нарушающему перечисленные в настоящем пункте правила и условия договора услуги члену клуба как лицу, препятствующему нормальной (безопасной для иных членов клуба, его работников и иных посетителей клуба, их имущества и имущества клуба и соответствующей условиям договора оказания физкультурно-оздоровительных услуг и предусмотренных в клубе правил) деятельности клуба.

2.29. Член клуба знакомится с порядком использования оборудования - спортивных тренажеров и иного оборудования клуба (включая сауны, душевые комнаты, раздевалки, любое иное оборудование, которое может быть использовано членом клуба при посещении клуба в соответствии с условиями клубного договора) при первом вводном занятии с дежурным инструктором тренером клуба, а также должен ознакомиться самостоятельно, в соответствии с размещаемыми на стенде информации клуба, и на соответствующем оборудовании (спортивных тренажерах и ином оборудовании инструкциях. Подписание членом клуба договора на оказание физкультурно-оздоровительных услуг означает, что член клуба принимает на себя обязательство ознакомиться до начала занятий (использования оборудования и инвентаря) в определенным в настоящих клубных правилах порядке с правилами техники безопасности при занятиях и при использовании оборудования и инвентаря клуба. Клуб, в свою очередь, обязуется разместить необходимые правила по технике безопасности использования оборудования и инвентаря клуба на стенде информации, в отдельных предусмотренных нормативными правовыми актами- на самом оборудовании либо непосредственно рядом с ним.

2.30. Клуб не несет ответственности за неполучение ожидаемого результата членом клуба от занятий.

2.31. Член клуба, а равно иной посетитель клуба не вправе пользоваться перечнем услуг, которые не включены в соответствии услуг по его договору. Член клуба не вправе находиться в помещениях клуба, в которых

предоставляются услуги, не включенные в соответствующий перечень услуг для члена клуба или иного посетителя.

2.3 1. Уходя из клуба член клуба должен сдавать полученные в клубе полотенца, ключ от шкафа в раздевалке, а также любые другие предметы, арендованные им на время данного посещения Клуба. В случае утраты или порчи клубной карты, ключа от шкафа, номерка от гардероба, халата, полотенца, арендованного оборудования член клуба обязан возместить стоимость утерянного в соответствии с действующим прейскурантом.

3. Часы работы и возможные ограничения

3.1. Клуб открыт ежедневно в соответствии с режимом, установленным Администрацией:

- будни с 7:00 до 24:00;
- выходные с 8:00 до 23:00
- 31 декабря - с 7:00 до 18:00 (будни) или с 8:00 до 18:00 (выходные)
- 1 января - клуб не работает.
- праздничные с 8:00 до 23:00

Вход в Клуб прекращается за 30 минут до его закрытия.

3.2. В исключительных случаях администрация клуба имеет право изменять часы работы клуба. Информация об изменениях времени работы Клуба вывешивается на доске объявлений.

3.3. Члены клуба и их гости должны покидать клуб не позднее его закрытия.

3.4. Клуб оставляет за собой право приостановить частично предоставление услуг (как временную меру, обусловленную необходимостью соблюдения санитарных правил), заранее проинформировав членов клуба, при наступлении следующих условий:

- для проведения технических или иных клубных мероприятий на срок до 1 суток не более 4 раз в год;
- при проведении профилактических мероприятий по поддержанию оборудования и помещений клуба в надлежащем состоянии на срок не более 7-ми суток и не чаще 4-х раз в год;

- при замене воды в бассейне и проведении дезинфекции на срок не более 10 (десяти) суток и не чаще 4-х раз в год.
- при проведении плановых, внеплановых и аварийных работ городскими техническими службами (без ограничения по времени).

Информация об изменениях времени работы клуба заранее вывешивается на доске объявлений, на рецепции, а также может быть размещена и в иных общедоступных местах на территории клуба.

3.5. Посещение мужской раздевалки лицами женского пола, и женской раздевалки лицами мужского пола не разрешается (даже при сопровождении ребенка). Исключение составляет посещение женской раздевалки матерью (законным представителем ребенка женского пола) с ребенком мужского пола в возрасте до 3-х лет. При необходимости родитель (законный представитель) ребенка может обратиться к представителям Клуба для оказания содействия в переодевании ребенка разного с родителем (законным представителем) пола. По возможности данная помощь будет оказана (не является услугой Клуба).

3.6. В целях безопасности в клубе осуществляется видеонаблюдение (за исключением зон раздевалок, душевых, туалетных комнат).

4. Правила посещения тренажерного зала и поведения на тренировках

4.1. Перед первым самостоятельным посещением тренажерного зала член клуба обязан пройти вводный инструктаж с инструктором тренажерного зала.

4.2. Вход на тренировку возможен только в сменной спортивной одежде и обуви, специально предназначенной для занятий в тренажерном зале (только кроссовки или кеды). Не разрешается находиться в помещениях клуба, предназначенных для спортивных занятий, а также банного комплекса и аква-зонах, в верхней одежде и уличной обуви. В этом случае, администрация и персонал клуба вправе не допустить члена клуба до занятий.

4.3. Во время тренировки верхняя и нижняя части тела должны быть в обязательном порядке, исходя из этических норм общества, закрыты (шорты допускаются). В целом одежда должна соответствовать занятиям в

общественном месте и не оскорблять нравственность иных лиц, а также учитывать возможность наличия в клубе несовершеннолетних лиц.

4.4. В целях безопасности запрещается заниматься босиком, в носках, в пляжных или домашних тапочках, иной открытой обуви. Исключение составляют специальные занятия, условия которых предусматривают отсутствие обуви, например, таких как йога и пилатес. Перечень таких специальных занятий можно уточнить у администрации клуба, а также сведения о них будут отражены в расписаниях занятий отдельно.

4.5. Упражнения с максимальными весами в тренажерном зале допускается выполнять только с тренером и по его команде. Упражнения со свободными весами рекомендуется проводить при страховке дежурного тренера.

4.6. Не разрешается бросать на пол диски, гантели и другое оборудование.

4.7. После окончания тренировок необходимо вернуть использованное оборудование в специально отведенные для них места.

4.8. При пользовании тренажерами необходимо использовать личные полотенца, которые необходимо класть на скамейки или иные плоские поверхности, которые соприкасаются с телом.

4.9. В целях комфорта остальных членов клуба, при выполнении упражнений с максимальными весами необходимо контролировать себя и воздерживаться от ненормативной лексики и громких звуков.

4.10. При посещении тренажерного зала не рекомендуется пользоваться сильными парфюмерными средствами.

4.11. Если член клуба не знает или не помнит, как работает выбранный им тренажер, он обязан до начала занятий проконсультироваться у дежурного тренера зала. В противном случае, член клуба берет на себя весь риск получения травмы при использовании им спортивного оборудования.

4.12. Все риски причинения вреда своему здоровью в процессе самостоятельных занятий член клуба принимает на себя, за исключением случаев, связанных с непосредственной поломкой спортивного оборудования во время проведения занятий. Во избежание травм и нанесения вреда здоровью, рекомендуется посещать занятия, выполнять упражнения и тренировочные нагрузки, соответствующие уровню подготовленности члена клуба, или на основании рекомендаций и под руководством инструктора клуба. Поломка спортивного оборудования и тренажеров в результате их

неправильного самостоятельного применения членом клуба исключает ответственность администрации клуба, равно как и использование несертифицированного оборудования и иных предметов, которые не являются имуществом клуба.

4.13. Во избежание создания травмоопасных ситуаций, необходимо приходить на групповые занятия необходимо без опозданий. Не рекомендуется приходить на групповые занятия через 10 минут после их начала. В этом случае тренер имеет право не допустить члена клуба на занятия, а также при отсутствии свободных мест в спортивном зале или, когда это может создать иные неблагоприятные условия для занятий. В случае отказа члена клуба выполнить требование инструктора, всю ответственность за возможный вред своему здоровью член клуба принимает на себя.

4.14. Прием пищи на территории, предназначенной для тренировок, запрещен.

4.15. Пользуясь водой во время занятий, во избежание травм, необходимо ставить емкости для воды (иной жидкости) на специальные полки или выбрасывать их в специальные корзины. О пролитой в зале воде немедленно необходимо проинформировать дежурного тренера. Желательно не перемещаться по залу со стаканами/емкостями с водой/иной жидкостью в руках.

4.16. Во время проведения клубных мероприятий зона, предназначенная для тренировок, может быть ограничена.

4.17. Посещение тренажерного зала осуществляется в соответствии с возрастными ограничениями, указанными в п. 2.13. настоящих Клубных правил.

5. Правила посещения и поведения в залах групповых занятий

5.1. Вход на групповые занятия возможен только в спортивной одежде и обуви, специально предназначенной для занятий в зале групповых занятий. Запрещается использование обуви, которая может оставлять следы на покрытии пола в зале. Занятия в специальных классах (например, йога, пилатес, восточные единоборства и т.п.) проводятся босиком. Информацию о виде обуви для занятий можно получить на рецепции или у инструкторов групповых программ.

5.2. Групповые занятия проводятся по расписанию, которое может быть заблаговременно изменено администрацией клуба. На занятия необходимо приходить заранее, без опозданий. Опоздание на занятия более чем на 10 минут, с момента его начала, и дальнейшее участие в нем члена клуба - опасно для здоровья. В этом случае инструктор групповых программ имеет право не допускать члена клуба до занятий. В случае отказа члена клуба выполнить требование инструктора, всю ответственность за возможный вред своему здоровью член клуба принимает на себя.

Также член клуба, может быть не допущен до занятий при отсутствии свободных мест в спортивном зале или, когда это может создать иные неблагоприятные условия для занятий.

5.3. Резервировать места в залах групповых занятий запрещается.

5.4. На групповых занятиях запрещается использовать собственную хореографию либо иные собственные формы (способы) выполнения упражнений.

5.5. Не рекомендуется самостоятельно заниматься со свободными весами без команды и контроля инструктора.

5.6. Не рекомендуется использовать при проведении групповых занятий мобильные телефоны. Телефоны должны быть выключены либо переведены в беззвучный режим) на все время проведения группового занятия, либо сданы для хранения в сейфовые ячейки на ресепшн.

5.7. Во время проведения клубных мероприятий (включая групповые занятия), зона, предназначенная для тренировок, может быть ограничена.

5.8. Проведение самостоятельных индивидуальных занятий в залах групповых занятий возможно только по согласованию с администрацией клуба или на основании договора аренды зала, в соответствии с имеющимися расценками, установленными в прейскуранте. При этом использование собственной хореографии (форм, способов выполнения упражнений), за исключением индивидуальных наушников, а также использование технических средств музыкального воспроизведения аудиозаписей и иного оборудования, находящегося в залах групповых занятий, категорически запрещено.

5.9. Самостоятельные групповые занятия (тренировки, репетиции и т.п.) в залах групповых занятий могут проводиться членами клуба только при осуществлении аренды зала и его оплате по прейскуранту. В этом случае,

всю ответственность, за использование и публичное озвучивание принесенных с собой средств хореографии, а также проведение необходимых отчислений во Всероссийское Общество интеллектуальной собственности (ВОИС) и Российское Авторское Общество (РАО) член клуба берет на себя.

5.10. Посещение зала групповых занятий осуществляется в соответствии с возрастными ограничениями, указанными в п. 2.13. настоящих клубных правил.

5.11. Запрещается находиться на физкультурном и спортивно-оздоровительном мероприятии (в том числе на занятиях по единоборствам) без специальной защиты, если такая защита предусмотрена для применения во время занятия.

6. Правила посещения и поведения в аква-зонах и бассейне

6.1. К самостоятельному посещению и занятиям в бассейне без ограничений допускаются члены клуба в соответствии с возрастными ограничениями, установленными в п.2.13. настоящих клубных правил.

6.2. При первом посещении бассейна член клуба должен пройти вводный инструктаж с инструктором бассейна.

6.3. Перед посещением бассейна, бани, а также иных водных мероприятий, необходимо в обязательном порядке принять душ.

6.4. Не разрешается нахождение в бассейне, аква-зонах и близко расположенных с ними территориях, в непредназначенной для этого одежде и обуви.

6.5. Во избежание получения травм, членам клуба запрещается передвигаться в зонах бассейна, а также иных аква-зонах босиком, без специальной обуви, препятствующей скольжению на мокрой поверхности. Член клуба должен самостоятельно оценивать свои силы и возможности, передвигаясь по мокрой и скользкой поверхности.

6.6. Для посещения бассейна и аква-зон необходимо иметь специальный купальный костюм, а также тапочки и плавательную шапочку. Желательно иметь справку от врача, разрешающую посещение занятий в бассейне, для несовершеннолетних детей наличие медицинской справки обязательно.

6.7. Во избежание травм не разрешается бегать по кафельному покрытию бассейна, а также прыгать в воду с бортиков бассейна, лестниц для спуска в воду.

6.8. При условии, когда на 1 дорожке в бассейне более 2-х человек, действует правило правостороннего движения в воде.

6.9. Запрещается самостоятельно пользоваться бассейном членам клуба, не умеющим плавать. Проведение занятий и тренировок такой категорией лиц осуществляется только с инструктором и по его указанию. Запрещено резервировать места в зоне отдыха, оставляя на хранение полотенце или другие личные вещи. Плавание в масках и ластах разрешается только с согласия администрации клуба. Запрещено висеть на разделителях дорожек.

6.10. Групповые занятия по аквааэробике проводятся по расписанию, которое может быть заблаговременно (за 24 часа) изменено администрацией клуба с размещением соответствующего уведомления на стенде информации/стойке рецепции, а также допускается уведомление через размещение объявления на сайте Клуба. На занятия необходимо приходить заранее, без опозданий. Опоздание на занятия более чем на 10 минут, с момента его начала, и дальнейшее участие в нем члена клуба - опасно для здоровья. В этом случае тренер бассейна имеет право не допускать члена клуба до водных занятий. В случае отказа члена клуба выполнить требование инструктора, всю ответственность за возможный вред своему здоровью член клуба принимает на себя.

6.11. Расписание групповых занятий в бассейне вывешивается на информационных стендах клуба, а также размещает на рецепции.

6.12. Во время проведения групповых, а также индивидуальных занятий в бассейне зона для плавания для остальных членов клуба может быть частично ограничена. Особенно при проведении персональных тренировок, для которых нужна вся ширина дорожки, во избежание столкновений и травм.

6.13. Во время проведения групповых занятий и персональных занятий гидроустановка «Фонтан» выключается.

6.14. При проведении профилактических и иных работ, предусмотренных нормами СанПиН РФ, либо технической необходимостью, проведение занятий в бассейне и аква-зонах может быть временно ограничено/прекращено.

6.15. Члены клуба в возрасте от 16 лет могут посещать бассейн самостоятельно.

6.16. В детском бассейне разрешается находиться только 1 взрослому (родители или сопровождающий) при условии, что его ребенок не умеет держаться на воде.

6.17. Запрещается нахождение взрослых в детском бассейне без детей.

6.18. Прием пищи в зоне бассейна запрещен. Напитки в зоне бассейна должны быть в пластиковой упаковке.

7. Правила посещения и поведения в банном комплексе.

Баннный комплекс (сауна, баня, раздевалки, душевые) являются местом повышенной травма опасности. При пользовании банным комплексом необходимо соблюдать следующие правила и требования безопасности:

7.1. Члены клуба моложе 16 лет допускаются на территорию банного комплекса только в сопровождении взрослых, иные лица - в порядке возрастных ограничений, установленных в п.2.13 настоящих клубных правил.

7.2. Не рекомендуется:

- посещение банного комплекса людям с повышенной чувствительностью к высоким температурам и имеющим медицинские противопоказания, а также в крайней степени переутомления;

- посещать парные и сауну людям с онкологическими заболеваниями, при повышенной температуре во время гриппа, ОРЗ и ангины. Особую зону риска составляют люди с диагнозами: ишемическая болезнь сердца, острый инфаркт миокарда, бронхиальная астма, гипертоническая болезнь II и III стадий;

- посещать парные и сауну сразу после плотного обеда (завтрака, ужина) или, напротив, идти в них натощак. После принятия пищи должно пройти не менее 1,5 часов;

- посещать бани непосредственно перед сном;

7.3. Беременные женщины перед посещением банного комплекса должны проконсультироваться со своим врачом и посещать его только при положительном заключении специалиста.

7.4. Во избежание получения травм, членам клуба рекомендуется передвигаться по банному комплексу только в сменной резиновой обуви

(сланцы, тапочки), препятствующей скольжению на мокрой поверхности, а также обеспечивающей соблюдение личной гигиены.

7.5. Член клуба обязан соблюдать чистоту и порядок в помещении банного комплекса, а также общепринятые нормы поведения, вести себя уважительно по отношению к другим посетителям, обслуживающему персоналу, лицам, ответственными за соблюдение порядка.

7.6. Член клуба обязан подчиняться указаниям и требованиям обслуживающего персонала.

7.7. При обнаружении каких-либо дефектов в банном комплексе член клуба обязан незамедлительно сообщить об этом администратору или персоналу клуба и прекратить пользование банным комплексом.

7.8. В банном комплексе запрещается:

- находиться лицам в состоянии алкогольного или наркотического опьянения. Это может привести к обморокам, сердечным приступам и травмам;

- курить (включая паро-образователи, электронные сигареты, вейпы, кальяны), распивать спиртные напитки и принимать пищу в парильном отделении сауны, хаммаме и бассейне;

- использовать банный комплекс в целях личной гигиены (бриться, стирать личные вещи). Не разрешается использовать парную для сушки полотенец и личных вещей;

- совершать действия интимного характера, либо имитирующие действия интимного характера;

- использовать моющие средства в стеклянной таре;

- пользоваться бассейном и купелью в мыле;

- загрязнять бассейн и купель;

- сливать воду в купели;

- прыгать бассейн с бортика, ступенек;

- после принятия душа оставлять его включенным;

- пользоваться бассейном после посещения парного отделения, не приняв душ;

- оставлять детей в сауне, бане и бассейне без сопровождения взрослых;
- приносить с собой и использовать не штатное электрооборудование;
- самостоятельно включать или выключать сауну и хамам;
- лить масляные и другие вещества на электрические тэны, использовать косметические средства в парилке, джакузи и бассейне;
- лить воду на плафоны, электросветильники и элементы электропроводки;
- проносить с собой пластиковые/стеклянные стаканчики, иную посуду;
- заливать печку водой;
- поливать на электропечь в парильных с сухим режимом парения;
- распылять в сауне аэрозольные жидкости;
- использовать ароматические масла, моющие средства и иные вещества в сауне и в бассейне;
- красить волосы, натирать себя или других посетителей кофе или другими красящими и плохо смываемыми смесями;
- париться веником в сауне или хаммаме;
- закрывать или портить датчики контроля температур в парильных;
- требовать от персонала изменения утвержденного температурного режима в помещениях парных;
- посещать сауну, баню членам клуба с противопоказаниями:
злокачественные новообразования как на мягких, так и на жестких тканях, острая фаза воспалительных процессов, заболевания сердца, эпилепсия, шизофрения;
- нарушать установленные правила противопожарной безопасности, техники безопасности, медицинских противопоказаний для банных процедур;
- грубо вести себя по отношению к персоналу и третьим лицам, хамить, грубить, нецензурно выражаться, вести себя агрессивно и мешать отдыхать другим членам клуба, требовать оказания не установленных услуг;
- бросать туалетную бумагу, мусор, а также предметы личной гигиены в унитаз.

7. 9. В банях (сауне), в целях комфортного и безопасного нахождения в них иных членов клуба, не рекомендуется:

- пользоваться эфирными маслами и настойками, так как их применение может вызвать аллергические реакции у других членов клуба;
- создавать в парных максимально высокие температуры, которые могут привести к проблемам и рискам возникновения у других членов клуба сердечно-сосудистых заболеваний или осложнений.

Внимание! Слишком долгое пребывание в горячей сауне/бане/хамам/ вызывает повышение температуры тела, что может оказаться опасным для Вашего здоровья.

7. 1 1. Используйте полотенца и стелите их на скамью. Во время нахождения в сауне следует избегать соприкосновения с поверхностью каменки - это может вызвать сильные ожоги.

7 .12. Членам клуба следует воздерживаться от посещения банного комплекса при наличии простудных или инфекционных заболеваний, а также открытых ран.

7 .13. Уборка банных помещений, парных, душевых и осуществляется неоднократно в течении всего времени работы клуба по графику, утвержденному администрацией клуба. Нахождение членов клуба в парных помещениях во время уборки не разрешается. Использование бани (сауны) также может быть временно ограничено для проведения профилактических и иных работ, предусмотренных действующим законодательством РФ.

7 .14. Члены клуба несут ответственность за порчу имущества или оборудования банного комплекса клуба. В случае порчи администрацией клуба может быть составлен соответствующий акт, с указанием места, времени, причин нанесения ущерба, виновного лица, а также ориентировочной стоимости ремонтных работ.

7 .15. Администрация клуба не несет ответственности за травмы и несчастные случаи, связанные с нарушением членом клуба вышеприведенных правил пользования банным комплексом, а также за ухудшение здоровья члена клуба, в связи с нарушением им правил техники безопасности, пожарной безопасности, допущенных им нарушений медицинских противопоказаний для банных процедур, противоправных действий третьих лиц.

8. Правила посещения Клуба детьми

8.1. Посещение клуба детьми до 16 лет для проведения самостоятельных занятий осуществляется исключительно в сопровождении родителей или определенных родителями доверенных лиц (няня, бабушка, дедушка, сестра), являющихся членами клуба, с оформлением соответствующего заявления от родителей ребенка. При проведении индивидуальных или групповых занятий, детские тренировки осуществляются исключительно инструкторами клуба по установленным возрастным программам. Присутствие родителей или доверенных лиц в этом случае не обязательно.

8.3. При проведении самостоятельных занятий, родители или назначенные ими доверенные лица несут персональную ответственность за жизнь и здоровье детей на территории Клуба. Дети не имеют права находиться на территории клуба без присмотра родителей или доверенных лиц. Исключения составляют случаи, когда ребенок занимается с индивидуальным тренером или на групповых занятиях с инструкторами клуба.

8.4. Место ожидания сопровождающих ребенка лиц- гостевая зона клуба при входе, зона бара.

8.5. Сопровождающие ребенка лица, не являющиеся членами клуба, вправе пользоваться услугами фитнес-бара (при наличии) за оплату.

8.6. Сопровождающим ребенка лицам, не являющимся членами клуба, запрещается пользоваться тренажерными или иными спортивными залами, бассейном, банным комплексом, душевыми, а также посещать групповые занятия и находиться в иных помещениях клуба, кроме гостевой зоны (допустимо оказание содействия в переодевании ребенка в раздевалке родителем одного пола с ребенком). Исключением может являться приобретение разового гостевого визита в клуб, в соответствии с расценками, установленными преискурантом клуба.

8.7. Во избежание инфицирования детей в клубе, ребенка следует оставлять дома в случаях, если у ребенка: насморк, кашель или какое-либо другое инфекционное заболевание; Персонал клуба (инструкторы, тренеры, воспитатели, врач) вправе не допустить ребенка к занятиям или в детскую комнату при наличии указанных проявлений.

- 8.8. Ребенок должен быть одет в удобную спортивную форму и кроссовки. При посещении бассейна и банного комплекса - плавательный костюм и банные тапочки. Инструктор вправе не допускать ребенка к спортивным занятиям без соответствующей формы.
- 8.9. Рекомендуется приводить детей на групповые спортивные занятия в соответствии с возрастными рекомендациями, указанными в описании детских уроков. Инструктор вправе не допускать ребенка к спортивным занятиям младше или старше указанного в расписании возраста.
- 8.10. Переодевать ребенка до и после занятий в бассейне рекомендуется родителям (сопровождающим лицам).
- 8.11. Родителям (сопровождающим лицам) запрещается вмешиваться в процесс групповых занятий, проводимых тренером, давать команды, или иным образом отвлекать внимание детей.
- 8.12. Во избежание травм, дети, опоздавшие более чем на 5 минут после начала тренировки, на занятия не допускаются.
- 8.13. Посещать Клуб для проведения самостоятельных занятий имеют право дети родителей, которые на момент посещения клуба ребенком являются членами клуба, а ребенок имеет соответствующую детскую клубную карту. Вся ответственность за ребенка во время его нахождения на территории клуба лежит на родителях или назначенных ими доверенных лицах.
- 8.14. Допускаются разовые платные посещения клуба ребенком при условии одновременного посещения клуба родителями по платному разовому визиту, либо имеющим клубную карту.
- 8.15. Возрастные ограничения для несовершеннолетних лиц (детей) по посещению клуба установлены в п.2.13. настоящих клубных правил.
- 8.16. Не допускается приносить продукты питания, стеклянные либо пачкающие предметы в детскую комнату.
- 8.17. Родители/законные представители несут материальную ответственность за своих детей в случае порчи имущества, декораций или элементов интерьера клуба. Родителям/законным представителям необходимо заранее проинформировать (с учетом возможности ребенка по возрасту воспринимать соответствующую информацию) ребенка об ответственности и правилах поведения в клубе. В случае отказа от оплаты нанесенного ущерба, согласно составляемой по каждому случаю нанесения ущерба досудебной

претензии, клуб оставляет за собой право взыскать сумму ущерба в судебном порядке.

9. Правила посещения детской комнаты

9.1. Детскую игровую комнату посещают только дети, которые пришли на занятия в Фитнес-клуб «Космос».

9.2. Детскую игровую комнату могут посещать дети в возрасте от 3 до 9 лет.

9.3. Дети могут находиться в детской игровой комнате только в присутствии сотрудника детской игровой комнаты. Часы работы сотрудника детской игровой комнаты необходимо предварительно уточнить на рецепции фитнес-клуба.

9.4. Детская игровая комната одновременно принимает не более 10 детей. При появлении седьмого по счету ребенка работник детской игровой или администратор фитнес-клуба вправе отказать в его приеме.

9.5. Максимальное время нахождения ребёнка в детской комнате ограничено 3 часами.

9.6. Для безопасности вашего ребёнка в детской игровой комнате установлена системы видео и аудио контроля.

9.7. Перед посещением детской игровой комнаты родителям (сопровождающим) необходимо сводить ребенка в туалет, снять с ребёнка верхнюю одежду, украшения, обувь. Ребенок может находиться в комнате либо в сменной обуви, либо в носках.

9.8. Перед посещением детской игровой комнаты родитель (законный представитель) обязан: • оставить свои контактные данные (ФИО, телефон) и также имя и фамилию ребёнка в журнал регистрации посещения детской комнаты • расписаться в ознакомлении с данными правилами • сообщить о времени, в течение которого ребёнок будет находиться в детской игровой комнате • отвечать на телефонные звонки на оставленный номер мобильного телефона в течение всего времени пребывания ребёнка в детской игровой комнате

9.9. До помещения в детскую игровую комнату необходимо в доступной форме объяснить ребенку правила поведения в детской комнате и необходимость выполнять требования сотрудников фитнес-клуба.

9.10 Чтобы ребенок не потерял и не забыл ценные вещи, до помещения ребенка в комнату сопровождающее лицо должно забрать их с собой. За утерянные или оставленные у ребенка вещи администрация фитнес-клуба ответственности не несет.

9.11 Дети, которые не просятся в туалет, могут находиться в детской игровой комнате только в памперсах.

9.12 По окончании времени нахождения в комнате забрать ребенка вправе только то лицо, которое его привело.

9.13 Если ребенок имеет заболевания, которые могут ухудшить его самочувствие во время нахождения в комнате в связи с присутствием других детей либо подвижными играми (в том числе при взаимодействии с другими детьми), не рекомендуется нахождение его в детской игровой комнате. Представитель детской игровой комнаты не несет ответственность за вред, связанный с ухудшением здоровья ребенка, если вред наступил в связи с его острым заболеванием, обострением травмы или хронического заболевания, внезапно наступившей острой аллергической реакцией.

9.14 Категорически запрещается в детской комнате:

- нахождение детей с видимыми признаками заболевания;
- приносить (иметь с собой) еду, напитки, лекарственные препараты, пиротехнические изделия;
- приходить с животными;
- выносить из комнаты игрушки и/или предметы.
- сопровождающим лицам покидать территорию фитнес-клуба во время нахождения ребёнка в детской игровой комнате;

9.15 Администрация оставляет за собой право:

- не допустить ребенка в комнату, если не выполнены вышеперечисленные правила;
- прекратить пребывание ребенка в комнате, возвратив его сопровождающему лицу, если ребенок ведет себя агрессивно по отношению к другим детям;
- Если ребенок намеренно нарушает правила поведения в детской комнате, это будет служить поводом для сокращения времени его пребывания в детской игровой комнате.

9.16 За вред, причиненный имуществу детской игровой комнаты ребенком, ответственность несут родители (сопровождающие лица) в порядке, предусмотренном действующим законодательством России.

9.17 Администрация фитнес-клуба обязана оказать ребёнку в случае необходимости экстренную медицинскую помощь или вызвать скорую

медицинскую помощь, предварительно связавшись с родителями (законными представителями) по мобильному телефону.

9.18 Администрация не несёт ответственности за несчастные случаи, возникшие в результате нарушения посетителями настоящих Правил.

9.19 Администрация оставляет за собой право отказать в доступе в детскую комнату лицам, не соответствующим указанным выше требованиям, либо иным лицам по усмотрению Администрации в целях обеспечения безопасности в детской комнате.

9.20 Лицо, передающее ребенка в детскую комнату, обязано ознакомиться с настоящими Правилами до передачи ребенка воспитателю. Нахождение ребенка в детской игровой комнате означает согласие родителей (сопровождающих лиц) с данными правилами. Администрация фитнес-клуба понимает, что требования, изложенные в данных правилах могут показаться излишне строгими, однако они выработаны в результате практики работы игровой комнаты и направлены на то, чтобы дети, посещающие её, оставались здоровыми и чувствовали себя комфортно.

Часы работы детской комнаты:

Понедельник-пятница с 11:00 до 20:00

Выходные с 11:00 до 18:00

10. Правила посещения зала единоборств.

10.1. Член клуба самостоятельно определяет для себя и своего несовершеннолетнего ребенка возможность посещения зала единоборств, исходя из физического самочувствия и состояния здоровья, с учетом иных ограничений, установленных настоящими клубными правилами.

10.2. К занятиям в зале единоборств допускаются члены клуба только в спортивной форме одежды. При входе в зал необходимо снять обувь либо переодеть в чистую спортивную обувь.

10.3. При посещении зала единоборств запрещается (помимо иных ограничений, установленных настоящими клубными правилами):

- бить по снарядам, находясь в обуви, за исключением случаев, когда получено разрешение дежурного тренера или персонального тренера;
- совершать иные действия, которые влекут за собой порчу оборудования;
- заниматься в ювелирных (иных) украшениях с кольцами, серьгами, часами, цепочками, иное);

- использовать мобильные телефоны во время занятий;
- использовать на занятиях колюще-режущие предметы или их муляжи (за исключением случаев, когда использованием муляжей разрешено дежурным тренером или персональным тренером).
- создавать помехи и неудобства другим членам клуба.

10.4. Посетители обязаны (помимо иных установленных настоящими клубными правилами общих для всех членов клуба обязанностей):

- входить в зал единоборств только в сменной спортивной обуви или без обуви.
- во время занятий соблюдать дисциплину и порядок.
- соблюдать правила личной гигиены, не использовать резкие парфюмерные запахи.
- после окончания тренировок необходимо вернуть используемое во время тренировки оборудование в отведенные места.

11. Разное

11.1. Клуб вправе вносить в настоящие клубные правила изменения и дополнения, с уведомлением о соответствующих изменениях/дополнениях на информационном стенде в клубе и на сайте клуба.

11.2. В случае несоблюдения режима посещения клуба в соответствии с п.3.1 член клуба оплачивает дополнительно проведенное время на территории клуба в размере 500 (Пятьсот) рублей, за каждые 15 минут нахождения на территории клуба, которые оплачиваются как дополнительная услуга. При отказе членом клуба оплатить дополнительно проведенное время, клуб вправе сократить период действия его клубной карты на 5 (пять) дней за каждые 15 минут проведенного времени на территории клуба.