

Regulamin Siłowni w Hali Sportowo - Widowiskowej w Bierutowie

w czasie stanu epidemii COVID-19

1. Siłownia otwarta jest od poniedziałku do piątku w godzinach od 8:00 do 20:00.
2. Na terenie siłowni mogą przebywać jednocześnie maksymalnie 3 osoby.
3. Korzystanie z siłowni możliwe jest jedynie po wcześniejszej rezerwacji telefonicznej pod numerem telefonu 71 396 29 56 lub w biurze Hali w godzinach jej otwarcia tj. od poniedziałku do piątku w godz. 08:00-20:00.
4. Na terenie siłowni mogą przebywać wyłącznie osoby zdrowe, osoby z objawami takimi jak gorączka, uporczywy kaszel, złe samopoczucie, trudności w oddychaniu nie powinny przebywać na terenie siłowni; dotyczy to zarówno personelu jak i użytkowników.
5. Z siłowni nie mogą skorzystać osoby jeśli:
 - obserwują u siebie objawy choroby zakaźnej; powinni udać się do domu i skorzystać z teleporady medycznej,
 - są objęci kwarantanną lub izolacją,
 - mieli w ciągu ostatnich 14 dni kontakt z osobą podejrzaną o zakażenie, zakażoną lub chora na COVID-19.
6. Osobom w wieku powyżej 60 r. życia lub cierpiącym na choroby przewlekłe, w tym otyłość, zaleca się rozważenie decyzji o korzystaniu z ćwiczeń w godzinach najmniej popularnych, bez obecności innych osób, albo zaniechaniu korzystania z siłowni do czasu ustania zagrożenia epidemicznego.
7. Każdorazowo przed głównym wejściem do budynku Hali oraz przed wejściem do siłowni należy dezynfekować ręce przy użyciu pojemników z płynem do dezynfekcji, które znajdują się przy wejściach.
8. Pomiędzy użytkownikami siłowni oraz personelem należy stosować bezpieczny dystans w odległości 2m.
9. Nie można korzystać z urządzeń, które są przytwierdzone do podłoża na stałe i nie ma możliwości zachowania pomiędzy ćwiczącymi na tych urządzeniach odległości 2m.
10. Należy zdezynfekować każde urządzenie używane przez użytkownika po zakończonym ćwiczeniu. Czynność realizowana jest przez użytkownika na podstawie widocznej informacji/instrukcji przy użyciu udostępnionego środka do dezynfekcji.
11. Zaleca się w miarę możliwości korzystanie przez użytkowników z własnych pomocy - np. maty do ćwiczeń.
12. Przy stanowisku recepcyjnym może znajdować się tylko 1 osoba. Pozostałe osoby w kolejce powinny zachować między sobą odległość 2m.
13. Ogranicza się liczbę osób przebywających w tym samym czasie w toaletach – 1 osoba na 2 kabiny/toalety.
14. Nie należy używać suszarek nadmuchowych do rąk - zaleca się korzystanie z ręczników papierowych.

15. Pracownicy obiektu ustalają przerwę techniczną w ciągu dnia na potrzeby dezynfekcji powierzchni i wentylacji pomieszczeń.
16. Dezynfekcje toalet przeprowadzana jest nie rzadziej niż co 2h.
17. Użytkownicy siłowni, którzy w sposób rażący naruszają zasady bezpieczeństwa, podlegają upomnieniu przez personel Hali i w ostateczności mogą zostać poproszone o opuszczenie obiektu ze skutkiem natychmiastowym.

Pozostałe postanowienia regulaminu pozostają bez zmian.

18. W dni powszednie w czasie roku szkolnego w godzinach od 8:00 do 15:00 siłownia udostępniana jest przede wszystkim na realizację zadań dydaktycznych z zakresu wychowania fizycznego dla młodzieży uczącej się w szkole Podstawowej oraz w Zespole Szkół Ponadpodstawowych w Bierutowie.
19. Od godziny 15:00 – 20:00 z siłowni mogą korzystać osoby prywatne, grupy zorganizowane tylko po uprzednim uzgodnieniu z pracownikami Hali.
20. Ostatnie osoby mogące skorzystać z siłowni będą wpuszczane na obiekt godzinę przed jej zamknięciem siłowni tj. o godz. 19.00.
21. Warunkiem korzystania z siłowni jest zapoznanie się z poniższym regulaminem i jego przestrzeganie oraz uiszczenie opłaty a także podpisanie oświadczenia o stanie zdrowia.
22. Korzystający z urządzeń na siłowni ćwiczą na własną odpowiedzialność.
23. Grupy szkolne i zorganizowane (do 15 osób) mogą przebywać na siłowni wyłącznie pod nadzorem opiekuna, instruktora (nauczyciela wychowania fizycznego), który jest odpowiedzialny za porządek i ćwiczenia w podległej mu grupie.
24. Osoby poniżej 18 roku życia mogą korzystać z siłowni tylko pod nadzorem trenera, instruktora lub nauczyciela oraz za zgodą rodzica (opiekuna).
25. Osoby z problemami zdrowotnymi, przed przystąpieniem do ćwiczeń powinny skonsultować się z lekarzem.
26. Osoby korzystające z siłowni nie mogą być pod wpływem alkoholu, narkotyków lub innych środków odurzających.
27. Na terenie siłowni zabrania się spożywania jakiegokolwiek posiłku.
28. Zabrania się wnoszenia na teren siłowni:
 - Sterydów, narkotyków i innych środków odurzających
 - Wszelkiego rodzaju niebezpiecznych przedmiotów, materiałów wybuchowych, wyrobów pirotechnicznych, materiałów zagrażających pożarem,
 - Środków odurzających lub substancji psychotropowych,
 - Napojów alkoholowych,
 - Przedmiotów ostrych.
29. Na terenie siłowni obowiązuje bezwzględny zakaz palenia tytoniu.
30. Ćwiczący powinien mieć ze sobą ręcznik, ubranie sportowe i buty treningowe na zmianę (z jasną podeszwą).
31. Każdy korzystający z siłowni powinien przebrać się w szatni wskazanej przez obsługę Hali.
32. Obsługa siłowni nie odpowiada za przedmioty wartościowe pozostawione w szatni.
33. Ze względów bezpieczeństwa, czas ćwiczeń nie powinien przekraczać dwóch godzin.

34. Na sali treningowej nie można krzyczeć, rzucać sprzętem, zachowywać się nieprzystojnie.
35. Osoby naruszające porządek publiczny lub przepisy regulaminu będą usuwane z siłowni, niezależnie od ewentualnego skierowania sprawy na drogę postępowania w sprawach o wykroczeniach.
36. Zabrania się wykonywania ćwiczeń na przyrządach uszkodzonych lub niesprawnych. Wszelkie uszkodzenia sprzętu i przyrządów należy zgłaszać obsłudze.
37. Osoby niszczące sprzęt lub urządzenia siłowni ponoszą odpowiedzialność materialną za szkody, które wyrządziły.
38. Zarządca oraz pracownicy obiektu mogą kontrolować wszystkie zajęcia, a w razie stwierdzenia uchybień zakazać dalszego korzystania z siłowni.
39. Wyżej wymienione osoby sprawują również ogólny nadzór nad przestrzeganiem niniejszego regulaminu, dlatego wszystkie osoby przebywające na terenie siłowni zobowiązane są do podporządkowania się ich nakazom.
40. Podczas ćwiczeń w siłowni obowiązuje bezwzględny zakaz żucia gumy.
41. Po zakończeniu ćwiczeń należy uporządkować po sobie sprzęt, z którego się korzystało.
42. Każda osoba korzystająca pierwszy raz z siłowni w Hali Sportowo - Widowiskowej w Bierutowie ma obowiązek zgłosić się do pracownika obsługi w celu zapoznania się z zasadami bezpiecznego korzystania z urządzeń i sposobem wykonywania ćwiczeń.
43. Ćwiczenia z wolnymi ciężarami, z wykorzystaniem dużego obciążenia, mogą być wykonywane jedynie przy asekuracji minimum jednej osoby.
44. Na siłowni jednocześnie nie może przebywać mniej niż 2 osoby.
45. Wszelkie skargi i wnioski należy zgłaszać pracownikom Hali.
46. Stawki opłat za korzystanie z siłowni ustalone są w cenniku.
47. W sprawach nieuregulowanych w niniejszym regulaminie zastosowanie znajdują przepisy prawne a w szczególności art. 51, 52, 143, 145 Kodeksu Wykroczeń.