

## Vnitřní řád

---

Návštěvníci sportovního a relaxačního centra jsou povinni dodržovat následující vnitřní řád.

### Provozní řád / Fit & Sport

## I. Provozní řád posilovny

Provozovatelem „Fit & Sport- Město Kouřim

Mírové náměstí 145, Telefon : 321 783 230

281 61 Kouřim

E-mail: [epodatelna@kourim-radnice.cz](mailto:epodatelna@kourim-radnice.cz)- Telefon: 321 783 230

[starostka@kourim-radnice.cz](mailto:starostka@kourim-radnice.cz) -tell. 602683555

Správce posilovny - pověřená osoba [H.KRALOVSKA@seznam.cz](mailto:H.KRALOVSKA@seznam.cz)- tel.č. 607589026

## II. Všeobecné údaje

1. Údaje:

Záchranná služba: 155

Požární útvar: 150

Policie ČR: 158

Kapacita :10 osob

2. Vytápění - vytápění centra s regulovanou teplotou 16°-24°C

3. Větrání - výklopná okna, vzduchotechnika

4. Osvětlení - přírodní + zářivkové

5. Další místnosti:

šatny (M 1x sprcha, Ž 1 x sprcha) + WC (M 2x, Ž 2x)

zázemí obsluhy

1. Provoz posilovny od 9 hod. do 20 hod. **Po příchodu do posilovny je třeba se zapsat do sešitu s časem příchodu a odchodu z posilovny.**

2. Cvičenci cvičí na vlastní nebezpečí.

**3. Přísný zákaz rozmnožování klíčů od posilovny. Případě porušení zákaz dalších návštěv posilovny.**

4. Při vstupu za sebou nezamykat dveře, pouze se ujistit, že je zavřeno.

5. Všichni cvičenci jsou povinni se přezouvat před vstupem do prostor posilovny a zde vstupovat pouze přezuti a to nejlépe do pevné obuvi.

6. Povinná výbava při návštěvě posilovny – pevná obuv, ručník, sportovní převlečení.

7. Je nutné dodržovat zásady bezpečnosti zejména při cvičení s většími hmotnostmi na nakládacích činkách (dopomoc).

8. V posilovně je nutné dodržovat pořádek .

9. Případné závady na používaném vybavení posilovny je nutné neprodleně ohlásit a zapsat do sešitu!!!!

10. Centrum je napojeno na veřejný vodovod pitné vody a rozvod TUV

11. Posilovací stroje mají řádnou revizi.

### **III. Provozní podmínky**

1. Centrum je určeno k rekreačnímu sportovnímu využití veřejnosti.
2. Po celou dobu cvičení musí být ve veřejných prostorách centra přítomny minimálně 2 osoby.
3. Centrum je v provozu dle stanoveného časového rozvrhu, který musí být bezpodmínečně dodržován. Poslední možnost vstupu je půl hodiny před uzavřením prostor. Plánované a mimořádné termíny uzavření (údržba, pravidelné opravy a pod.) provozovatel ohlásí předem na informační tabuli.
4. Vstup do centra je povolen pouze v čisté a kvalitní obuvi a ve vhodném pro cvičení určeném sportovním oblečení. K převlékání a odložení oblečení slouží výhradně šatna. Odkládání oblečení a jiných větších věcí (např. batohů či kabel) je mimo prostor šatny zakázáno.
5. V celém prostoru centra platí přísný zákaz kouření, používání otevřeného ohně, konzumování vlastních potravin, a požívání alkoholických nápojů. Ve sportovní části centra jsou povoleny pouze nealkoholické nápoje v plastových obalech a to pouze v prostorách k tomu vyhrazených. Osobám pod vlivem alkoholu nebo jiných omamných látek je vstup do prostor centra zakázán. Odpadkový koš se vyprazdňuje minimálně 1x denně.
6. Návštěvník přítomný v centru neruší ostatní při cvičení, je slušný a ohleduplný vůči všem ostatním přítomným cvičícím.
7. Provozovatel a jím určené osoby nesou odpovědnost za dodržování pořádku a čistoty v celém prostoru centra. Úklid je prováděn 1x denně umytím podlahy a 1x týdně luxováním koberců. Hygienické zařízení je umýváno 1x denně na vlhko saponátem a 1x týdně desinfekcí dezinfekčním prostředkem.
8. Cvičenci jsou odpovědní za dodržování pořádku v celém prostoru centra, za ochranu majetku a za škody vzniklé porušením provozního řádu, veškeré zjištěné závady a havárie jsou povinni neprodleně hlásit obsluze. Jakékoliv úpravy a přesouvání stojanů, strojového a rozměrného vybavení centra je zakázáno. Zákazník, který způsobil škodu na zařízení a vybavení (nebo jejich části), příp. ztratí zapůjčený předmět, v souladu s § 420 a násl. Občanského zákoníku vzniklou škodu provozovateli uhradí v pořizovací ceně ihned, nejpozději však do 5 dnů od vzniku škody, popřípadě prostřednictvím pojišťovny u které má zákazník sjednanou odpovědnostní pojistku. Veškeré zjištěné závady a havárie jsou povinni neprodleně hlásit obsluze.
9. Provozovatel neodpovídá za škodu na vnesených věcech cvičenců do prostor fitcentra.
10. Cvičenci v prostorách centra užívají zařízení na vlastní nebezpečí, přičemž se před užitím přesvědčí, zda veškeré zařízení nevykazuje závady bránící bezpečnému užívání. Pokud by objevili závadu, jsou povinni ji nahlásit obsluze. Cvičení na takovémto stroji je poté zakázáno.
12. Prostor centra musí být vyprázdněn nejpozději do ukončení denní provozní doby.
13. Cvičenci nesmí dobrovolně umožnit vstup osobě, která se neprokázala právem na vstup do centra.
14. Kontrola, promazání a čištění přístrojů dle požadavků výrobce 1x ročně nebo dle potřeby.
15. V případě výpadku elektrického proudu jsou cvičenci povinni neprodleně opustit veškeré prostory centra.
16. Všichni cvičenci centra jsou povinni seznámit se s provozním řádem a bez výhrad jej dodržovat.

#### **IV. Pravidla chování v centru**

1. Činky, osy činek a další kovové předměty neodkládejte na koženkový potah laviček a posilovacích strojů. Na koženkové potahy je zakázáno stoupat v obuvi.
2. Při cvičení používejte vlastní ručník. Chráníte tím své zdraví a koženkový potah laviček a posilovacích strojů před agresivním působením potu.
3. Před odhazováním činek či os položte na místo odhodu gumovou podložku, aby nedošlo k poškození činek či koberce.
4. U náročných či nebezpečných cviků mějte u sebe vždy dopomoc.
5. Činky odkládejte na podlahu tak, aby nedošlo k poškození činek či podlahy.
6. Po ukončení cviku uveďte stanoviště do původního stavu. Závaží nenechávejte na osách. Všechny kotouče, osy činek a jednoruční činky mají v posilovně své místo. Po ukončení cvičení je proto na toto místo vraťte.
7. Cvičenci nesmí vstupovat do technického zázemí centra bez svolení provozovatele posilovny či jím pověřených osob.
8. Cvičenci užívají prostory centra pouze k účelům, ke kterým jsou určeny a dodržují v těchto prostorách všechny zásady bezpečnosti, hygieny a požární ochrany.
9. Všichni cvičenci jsou povinni dbát pokynů a nařízení provozovatele fitcentra či dalších pověřených osob a jsou také povinni respektovat a dodržovat veškeré pokyny a nařízení vyvěšená v prostorách centra.

#### **V. První pomoc a hygiena provozu**

1. Pro potřeby první pomoci je v prostoru baru lékárnička. Ta je vybavena dle platných předpisů a v souladu s poskytovanými službami.
2. Úrazy návštěvníků, stejně jako údaje o použití a spotřebě léků, popř. jiného zdravotnického materiálu, jsou zaznamenávány do deníku, který je stále v lékárničce.
3. Provozovatel centra odpovídá za to, že v pravidelných intervalech jsou prováděny úklidové a dezinfekční práce.
4. Náradí se desinfikuje otíráním vlhkým šátkem s roztokem dezinfekčního prostředku v rámci týdenního úklidu.

#### **VI. Odpovědnost za provoz centra**

Za zařízení centra, za jeho provoz a dodržování provozního řádu odpovídá provozovatel centra.

#### **VII. Závěrečná ustanovení**

1. V případě porušení provozního řádu, bude návštěvníkovi zamezen vstup do zařízení bez nároku na vložené prostředky. Po dohodě s provozovatelem centra je možno, v závislosti na vážnosti přestupku, uložit alternativní trest.
2. Tento interní předpis nabývá platnosti podpisem provozovatele fitcentra.
3. Při změně podmínek provozu, či změně způsobu užívání bude schválen dodatek interního předpisu.
4. Poplatek za užívání centra je stanoven provozovatelem. Každý uživatel centra je povinen dodržovat tento interní předpis.