



Правила посещения фитнес-клуба «F2fitness»

Настоящие Правила посещения клуба разработаны с целью создания безопасных и комфортных условий получения услуг, оказываемых в клубе. Правила обязательны для исполнения для всех посетителей.

В случае нарушения посетителем настоящих Правил, администрация оставляет за собой право не допустить посетителя к получению услуг, оказываемых клубом и пересмотреть срок действия его договора на оказание услуг.

В случае возникновения споров и разногласий в процессе исполнения Договора и настоящих Правил стороны руководствуются ГК РФ, Законом «О защите прав потребителей», санитарными нормами и правилами и другими подзаконными актами, регламентирующими деятельность по оказанию услуг; в этой ситуации клиент может направить претензию. Претензия составляется на имя директора и передается администратору. Срок рассмотрения претензии – 10 дней с момента получения претензии. Свои пожелания и предложения клиент также может указать в «Книге жалоб и предложений», которая находится у администратора.

Администрация вправе изменять и дополнять данные правила, обеспечивая при этом публичную публикацию в общедоступном месте на территории клуба, а так же на сайте и других информационных ресурсах.

На территории и во всех помещениях клуба запрещено курение!

Правила посещения фитнес-клуба «F2fitness»

Основные понятия правил:

- **«карта клиента»** оформляется при первом посещении клуба на каждого человека индивидуально, служит пропуском на занятия.

- **«абонемент»** - возможность получения услуг клуба ограниченных по временному признаку (12 месяцев), имеющих количественное ограничение (8, 12, 24 и 32 посещения), согласно прейскуранту.

- **«заморозка абонемента»** означает, что срок действия абонемента продляется на 30 дней. Может использоваться один раз на один абонемент. Услуга платная. Не

распространяется на безлимитный абонемент, не имеющий количественного ограничения.

- **«безлимитный абонемент»** - возможность получения услуг клуба, ограниченная по временному признаку 1, 3 и 12 месяцев, не имеющая количественного ограничения, согласно прейскуранту.

- **«режим работы комплекса»** - дни и часы, в которые клуб открыт для посещений.

- **«групповое занятие»** - занятие, проводимое инструкторами клуба, регламентируется расписанием.

- **«посещение тренажерного зала»** - тренировка в тренажерном зале под наблюдением инструктора.

- **«персональная тренировка»** - система занятий, которая проводится под руководством профессионального тренера. В ходе тренировок применяется индивидуальная методика, разработанная специально для клиента с учетом его пожеланий, физических и психологических особенностей.

- **«гостевое посещение»** - посещение комплекса физическим лицом, никогда ранее не посещавшим комплекс, без покупки абонемента.

1. Режим работы клуба

Клуб открыт для посещений с 7.00 до 23.00 ежедневно в будни и с 9.00 до 22.00 в выходные дни в течение всего года с учетом технических перерывов, кроме 1 и 2 января. Время работы клуба может быть изменено, о чем клиенты будут заранее оповещены администрацией клуба.

Режим работы инструкторов и проведения групповых программ с 8.00 до 22.30.

Количество технических перерывов в работе клуба и отдельных залов, а так же их продолжительность определяется в соответствии с санитарными правилами и нормами РФ, а так же нормами технической эксплуатации. Клиенты клуба должны покидать помещения клуба не позднее установленного времени.

*** **

2. Оформление карт и продажа абонементов на посещение клуба

Карта клиента оформляется персонально на каждого человека при предъявлении паспорта. Карта является пропуском в клуб, предъявляется администратору. При отсутствии карты для посещения комплекса предъявляется документ, удостоверяющий личность. При утере карта должна быть восстановлена за дополнительную плату в соответствии с действующим прейскурантом. Передача карты другому лицу не возможна.

Абонемент на посещение залов клуба оформляется на действующую карту. Клиент вправе выбрать вид абонемента с учетом действующих скидок, согласно действующему прейскуранту. Срок действия абонементов всех видов на посещения залов 12 месяцев с момента покупки, и имеют количественное ограничение (8, 12, 24 и 32 посещения) согласно прейскуранту, кроме «безлимитного абонемента». Срок действия абонемента может быть продлен в случае наступления беременности, при предоставлении справки от врача, а так же возможна платная услуга - «заморозка абонемента», в остальных случаях срок действия абонемента не изменяется. Переоформление действующего абонемента на другое лицо возможно только при письменном заявлении клиента, на усмотрение администрации. По истечении срока действия абонемента обязанности комплекса, в части предоставления возможности посещения комплекса, считаются выполненными, услуги считаются оказанными.

*** **

3. Оплата услуг и система скидок

Оплата посещений комплекса осуществляется на основании прейскуранта, утвержденного администрацией. Оплата и посещение одной или нескольких (блок) персональных тренировок возможно только при наличии или одновременной оплате клубной карты (абонемента).

Клиент может в любой момент расторгнуть договор и вернуть себе оставшиеся на абонементе денежные средства, предварительно оплатив клубу понесенные расходы.

К понесенным расходам относятся меры, принятые для надлежащего исполнения договора, а именно уплата налогов, оплата коммунальных платежей, заработная плата обслуживающего персонала (т.е. 30% от оплаты стоимости абонемента), а также фактически оказанные услуги.

При покупке абонемента клиент может воспользоваться системой скидок, утвержденной администрацией. Существующие виды скидок;

а) Семейная скидка 10% предоставляется на любой абонемент (кроме безлимитного) семье с общим семейным бюджетом (муж, жена, дети до 23-х лет) при предъявлении документа. Скидка действительна при активном абонементе у всех членов семьи;

б) Пенсионная скидка 30% предоставляется на дневной абонемент (кроме безлимитного) человеку при наличии пенсионного удостоверения и паспорта;

в) Школьная скидка 30% предоставляется на дневной абонемент (кроме безлимитного) школьникам при предъявлении справки из школы и паспорта, по достижении 14 лет. Скидка не действует после окончания школы с 1 июля;

г) Студенческая скидка 20% действует для студентов очного отделения при предъявлении студенческого билета на любой абонемент (кроме безлимитного);

д) Корпоративная скидка 15% предоставляется на любой абонемент (кроме безлимитного) лицам, приобретающим абонементы одновременно (10 и более человек). Скидка действительна при активном абонементе у всех членов группы.

Возможно введение дополнительных скидок и акций на усмотрение администрации.

При начислении скидки выбирается наибольшая, при этом суммирование скидок невозможно.

*** **

5. Посещение групповых занятий

Администрация клуба снимает с себя ответственность за состояние здоровья Клиента т.к. клуб не является медицинским учреждением и не предоставляет услуг по медицинскому обеспечению клиента (оценка состояния здоровья, наблюдение и контроль над состоянием здоровья и т.п.). Перед началом занятия обязательно предупредите инструктора об имеющихся у Вас заболеваниях или травмах. Запрещены занятия в неспециализированных группах детям, не достигшим 14 лет.

Администрация оставляет за собой право вносить изменения в расписание и проводить замену инструктора в одностороннем порядке. При опоздании на

групповое занятие инструктор вправе не допустить клиента до занятия. Посещать групповые занятия необходимо в чистой, специальной спортивной одежде и обуви. Во время занятия не разрешается использовать собственное оборудование и методику без разрешения инструктора. По окончании тренировки необходимо убирать за собой оборудование и предметы личного пользования.

*** **

6. Посещение тренажерного зала

Администрация клуба снимает с себя ответственность за состояние здоровья Клиента т.к. клуб не является медицинским учреждением и не предоставляет услуг по медицинскому обеспечению клиента (оценка состояния здоровья, наблюдение и контроль над состоянием здоровья и т.п.) Перед началом занятия обязательно предупредите инструктора об имеющихся у Вас заболеваниях или травмах.

Если во время занятий Вам стало плохо или Вы почувствовали недомогание, обязательно сообщите об этом тренеру-инструктору. При плохом самочувствии после окончания занятий Вы обязательно должны обратиться к врачу.

Дети от 8 до 14 лет допускаются на занятия в отведенное расписанием время, когда работает специальный детский инструктор. С целью обеспечения безопасности, для профилактики травм, при занятиях рекомендуется пройти стартовую тренировку. Необходимо соблюдать технику безопасности и правила эксплуатации тренажеров. Занятия в тренажерном зале разрешены только в чистой спортивной одежде и 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 (сланцах). Рекомендуется снять с себя предметы, представляющие опасность при занятиях в тренажерном зале (часы, висячие серьги и т.п.), убрать из карманов колющиеся и другие посторонние предметы.

При занятиях в тренажерном зале не запрещается использование собственной тренировочной программы, но в этом случае фитнес-клуб «F2fitness» не несет ответственности за возможные последствия (травмы, ушибы, растяжения и т.п.)

Во время занятий уважительно относитесь к тренерскому составу и посетителям фитнес-клуба «F2fitness».

При несоблюдении данных правил инструктор вправе не допустить клиента к тренировке.

Администрация «F2fitness» снимает с себя ответственность за травмы, полученные в связи с несоблюдением формы одежды и обуви (голый торс и жевательная резинка являются нарушением санитарно-гигиенических норм).

Перед началом занятий на тренажере необходимо проверить исправность и надежность установки и крепления тренажера. При выполнении упражнений со штангой необходимо использовать замки безопасности. Выполнение базовых упражнений (жим штанги лежа, приседания со штангой) необходимо производить со страховкой со стороны партнёра, либо инструктора тренажерного зала. С отягощениями, штангами, гантелями следует обращаться предельно аккуратно. Все упражнения должны выполняться плавно, без рывков.

Не допускается перегрузка тренажерных устройств сверх нормы дополнительным навешиванием грузов. Запрещается работа на неисправных тренажерах. В случае обнаружения неисправностей (надрыв троса, механические повреждения) необходимо сообщить об этом инструктору тренажерного зала. При выполнении базовых упражнений (становая тяга, приседания и т.д.) необходимо пользоваться атлетическим поясом. **После выполнения упражнений занимающийся обязан убрать используемое им спортивное оборудование (блины, гантели, штанги, инвентарь и т.д.) на специально отведенные места.**

Запрещается прикасаться к движущимся частям блочных устройств. Упражнения со свободными весами необходимо выполнять на расстоянии не менее 1,5-2 метров от стекла и зеркал. Запрещается ставить бутылки с водой на тренажеры, подключенные к электросети.

Необходимо следить, чтобы длинные и свободные детали одежды, шнурки, полотенца не попадали на движущиеся части тренажеров. В тренажерном зале запрещено заниматься с обнаженным торсом. Приветствуется наличие полотенца. Прием и хранение пищи в зонах, предназначенных для тренировок, запрещен. При поломке или порче спортивного инвентаря необходимо прекратить занятия и сообщить об этом инструктору тренажерного зала. Занятия можно продолжить только после устранения неисправностей или замены спортивного

оборудования (инвентаря). Посетители тренажерного зала несут ответственность за уничтожение, утерю, повреждение материальных ценностей в соответствии с действующим законодательством.

*** **

7. Посещение персональных тренировок

Посещение персональных тренировок осуществляется в предварительно оговоренное с инструктором время. Продолжительность и структура занятия обуславливается персональной программой, составленной на основе индивидуальных физических и психологических особенностей Клиента, а также целей и мотиваций Клиента. Запись на персональную тренировку производится заранее. В случае опоздания на персональную тренировку, время проведения персональной тренировки сокращается. Отмена или перенос персональной тренировки (с сохранением оплаты) может быть произведен не менее чем за 12 часов до её начала. В случае если Клиент не явился на персональную тренировку и не поставил в известность инструктора, услуга считается оказанной.

*** **

Приятного Вам времяпрепровождения!