

PROVOZNÍ ŘÁD AEROBICU

zodpovědná osoba: Ing. Romana Majchrzaková tel.: 608 30 20 31

provozovatel: Eva Dostálová, Ing. Romana Majchrzaková

provozní doba: dle aktuálního rozpisu cvičení

AEROBIC:

1. Aerobic je v provozu dle platného rozpisu cvičení, nejzašší možnost ke vstupu je nejpozději 5min před zahájením lekce, proto **dbejte včasných příchodů na lekce.**
2. Vstup na lekce aerobiku je možný pouze s platnou permanentkou či po zaplacení jednorázového vstupu.
3. Na lekce **BODY BALLU doporučujeme rezervaci**, pokud se nedostavíte na tuto lekci a řádně se neodhlásíte, bude Vám tato dána k úhradě. Rezervace zaniká 10min před Vámi rezervovanou lekcí, na kterou se nedostavíte bez včasné informace o Vašem pozdějším příchodu.
4. 1 cvičební jednotka trvá 55min.
5. Vstup na lekce pouze v čisté sportovní, pevné obuvi a vhodném ke cvičení určeném oblečení, **je zakázáno cvičit naboso.**
6. V prostorách aerobiku se chovejte nehlukně, ohleduplně a dbejte zásad bezpečnosti. Po použití **ukládejte náčiní na původní místo (týká se zejména činek, tyčí, stepů, podložek)**, cvičenci dbají dodržování pořádku v celém prostoru fitcentra, šetrnému zacházení s majetkem fitcentra, a chovají se tak, aby předcházeli případným škodám vzniklým porušením provozního řádu. Veškeré zjištěné závady a havárie jsou povinni neprodleně hlásit provozovateli, obsluze nebo některé z odpovědných osob.
7. Cvičenci v prostorách aerobiku užívají cvičební náčiní na vlastní nebezpečí, přičemž se před užitím přesvědčí, zda náčiní nevykazuje závady bránící bezpečnému užívání. Pokud by objevili závadu, jsou povinni ji nahlásit provozovateli, obsluze či některé z odpovědných osob. Cvičení s takovým náčiním je poté zakázáno.
8. Jakékoliv **přesouvání spinnbikových kol nacházejících se v prostorách aerobiku, je cvičencům přísně zakázáno.**
9. **Dbejte bezpečnostní odstup od spinnbikových kol a to minimálně 1,5m.**
10. Během střídání lekcí **nevcházejte do prostoru aerobiku dříve než jej opustí cvičenci z předchozí lekce.**
11. Vybírejte si lekce aerobiku pečlivě dle popisu lekcí. **Začátečnickům nedoporučujeme návštěvu lekcí pro pokročilé.** Vždy informujte lektora o své první návštěvě. Pokud zvolíte pro Vás „nevhodnou“ lekci, nebude Vám tato již zaplacená vrácena ani nahrazena.
12. Kontrolujte si platnost permanentek. **Permanentky nevyčerpané do data platnosti Vám nebudou prodlouženy pokud je nedoručíte do fitcentra pro pozastavení jejich platnosti.** Platnost těchto permanentek bude pozastavena k Vámi určenému datu. Po tomto již není možnost dalšího prodloužení. Po dobu pozastavení platnosti permanentky nesmí být tato využívána.
13. V prostorách celého fitcentra a aerobiku platí přísný zákaz konzumování potravin, kouření, používání otevřeného ohně a požívání alkoholických nápojů. Povoleny jsou pouze nealkoholické nápoje ve sportovních plastových obalech. **Používání skleněných láhví je zakázáno.** Osobám pod vlivem alkoholu nebo jiných omamných látek je vstup do prostor fitcentra zakázán.
 1. Jakékoliv zranění či újmu na zdraví bezprodleně nahlásit lektorovi a obsluze fitcentra.
14. Uzamykatelné skříně v šatnách jsou určeny pouze k ukládání svršků, venkovní boty musí být ukládány v uzamykatelných botních skříňkách a to vždy v sáčcích, které jsou volně k dispozici u recepce fitcentra. Pokud jsou botní skříňky obsazené, ukládá se venkovní obuv v sáčku do šatní skříně. Cennosti si ukládejte vždy na recepci fitcentra v bezpečnostní skříňce.
15. Cvičenci jsou **povinni před opuštěním prostor fitcentra nechat klíče od šatních skříní v zámečích**, vrátit zapůjčený inventář fitcentra.
16. Předměty nalezené v objektu fitcentra je nálezce povinen odevzdat na recepci. **Při ztrátě klíče je návštěvník fitcentra povinen uhradit poplatek 100,- Kč**
17. V provozovně se nesmějí vyskytovat předměty nesouvisející s její činností. K dispozici je lékárníčka vybavená v souladu s poskytovanými službami.
18. V případě výpadku elektrického proudu jsou cvičenci povinni neprodleně opustit veškeré prostory fitcentra.
19. Úklid je prováděn 1x denně mytím podlahy, vysáváním prostorů s kobercem. Hygienické zařízení je umýváno 1x denně. Odpadkové koše jsou vynášeny 1x denně.
20. **Při porušení ustanovení tohoto provozního řádu je fitcentrum oprávněno zamezit vstupu do posilovny, a to bez náhrady.**

V Ostravě dne 14. 1. 2010

Ing. Romana Majchrzková
zodpovědná osoba