

Regulamin korzystania z hali sportowej

1. Hala sportowa przy ul. Lanca 1 w Szczytynie jest własnością Miasta Szczytno, zarządzającym jest Miejski Ośrodek Sportu w Szczytynie z siedzibą przy ul. Śląskiej 10.
2. Hala sportowa jest otwarta
 - Poniedziałek – Piątek 6:00 – 22:00
 - Sobota – Niedziela 10:00 – 18:00
3. Z hali sportowej korzystać mogą:
 - Uczniowie pod kierunkiem nauczyciela w-f
 - Grupy zorganizowane (kluby sportowe, sekcje sportowe, stowarzyszenia po uprzednim podpisaniu umowy z Dyrektorem MOS.
 - Dzieci w wieku do 7 lat mogą przebywać na hali sportowej wyłącznie pod opieką osoby dorosłej.
4. Z hali sportowej korzystać nie mogą osoby:
 - Których stan wskazuje na spożycie alkoholu, lub które są pod wpływem działania środków odurzających.
 - Z przeciwwskazaniami lekarskimi.
5. Obowiązkiem osób korzystających z hali sportowej jest:
 - Założenie odpowiedniego obuwia sportowego (czystego, nie pozostawiającego na hali zabrudzeń i rys, najlepiej z **białą podeszwą**.)
 - Przestrzeganie zasad bezpieczeństwa podczas ćwiczeń oraz w czasie używania przyrządów sportowych będących na wyposażeniu hali.
 - Zdjąć ozdoby, które mogłyby zagrozić w czasie gier zespołowych zdrowiu korzystających z hali sportowej (łańcuszki, kolczyki, bransoletki itp.)
 - Utrzymywanie czystości i porządku na terenie hali sportowej, holach, szatniach, pomieszczeniach sanitarnych, oraz wszystkich pomieszczeniach znajdujących się w obrębie hali)
6. Przebywającym na terenie hali sportowej nie wolno:
 - Palić papierosów, pić alkoholu, stosować środków odurzających;
 - Wnosić i używać opakowań i innych przedmiotów ze szkła;
 - Wnosić i używać sprzęt nie będący sprzętem sportowym;
 - Wprowadzać zwierząt;
 - Wieszać się na obręczach i konstrukcji do koszykówki;
 - Wieszać się na bramkach do piłki ręcznej i nożnej;
 - Samodzielnie korzystać ze wszystkich urządzeń elektrycznych znajdujących się na hali sportowej.
7. W czasie zawodów organizator jest zobowiązany przestrzegać regulaminu hali sportowej, jest odpowiedzialny za zapewnienie bezpieczeństwa korzystającym z hali sportowej.
8. Zajęcia grup szkolnych korzystających z hali sportowej powinny odbywać się w obecności nauczyciela (trenera). Wejście grupy na halę powinno odbywać się za jego zgodą.

9. Prowadzący zajęcia odpowiada za stan czystości i porządku w szatniach i pomieszczeniach hali sportowej po każdym zajęciu.
10. Za bezpieczeństwo ćwiczących podczas zajęć odpowiada prowadzący zajęcia.
11. Podczas przerw lekcyjnych hala sportowa pozostaje pusta (nikt nie przebywa na hali oprócz pracowników)
12. Wszystkie urządzenia sportowe rozstawiają wyłącznie pracownicy hali sportowej przy ewentualnej pomocy opiekunów grup lub osób ćwiczących.
13. Po zakończeniu zajęć ćwiczący zobowiązani są w ciągu 15 minut opuścić szatnię i zdać klucze.
14. Osoby korzystające z hali ponoszą we własnym zakresie odpowiedzialność za stan własnego zdrowia, nie powinny posiadać przeciwwskazań lekarskich.
15. Osoby niszczące sprzęt lub urządzenia hali sportowej ponoszą odpowiedzialność materialną za wyrządzone szkody.
16. Kierownictwo obiektów sportowych może kontrolować wszystkie zajęcia, a w razie stwierdzenia uchybień (nie przestrzegania regulaminu) zakazać korzystania z hali sportowej.
17. Wskazane jest, by Korzystający z kompleksu hali, dodatkowo we własnym zakresie ubezpieczyli się od NNW.
18. Za przedmioty wartościowe pozostawione na obiekcie, kierownictwo hali sportowej nie ponosi odpowiedzialności.
19. Korzystający zobowiązani są do ścisłego wykonywania zaleceń i poleceń pracowników hali sportowej.
20. Wszelkie usterki należy natychmiast zgłaszać pracownikom hali sportowej.
21. Ostateczna interpretacja powyższego regulaminu należy do Miejskiego Ośrodka Sportu w Szczytnie.

Sporządził:

Zatwierdził:

INSTRUKTOR
MIEJSKIEGO OŚRODKA SPORTU
SZCZYTNIE

Michał
mgr Marzycyfł Michkowska

Regulamin sauny

1. Sauna jest integralną częścią hali i obowiązują na jego terenie przepisy regulaminu ogólnego oraz niniejszego regulaminu.
2. Przed wejściem na teren sauna i przed rozpoczęciem korzystania z poszczególnych urządzeń należy zapoznać się z regulaminem.
3. Korzystanie z sauny jest równoznaczne z tym, że osoba zapoznała się i akceptuje wszystkie przepisy regulaminu.
4. Przy korzystaniu z pomieszczeń sauny należy bezwzględnie stosować się do regulaminu, instrukcji użytkowania urządzeń, poleceń i informacji udzielanych przez pracowników pływalni.
5. Opłata za korzystanie z sauny naliczana jest zgodnie z aktualnym cennikiem.
6. Za skutki zdrowotne przebywania w saunie kierownictwo hali nie ponosi odpowiedzialności.
7. Z sauny mogą korzystać tylko osoby zdrowe lub osoby, których dolegliwości nie stanowią przeciwwskazań do korzystania z zabiegów.
8. Dzieci do lat 14 mogą przebywać w saunie wyłącznie pod opieką osób pełnoletnich.
9. Z sauny nie mogą korzystać osoby:
 - chore na serce, nadeśnienie i z chorobami naczyń krwionośnych, chore na tarczycę, klaustrofobię, epilepsję, ostre stany reumatyczne, nowotwory, ostre infekcje i stany astmatyczne, z gorączką,
 - kobiety w czasie menstruacji i w okresie ciąży
 - zmęczone i w stanie intoksykacji
10. W pomieszczeniu sauny suchej panuje temperatura 80 – 100°C.
11. Regulacja temperatury i wilgotności w saunie należy do obsługi (nie wolno samodzielnie zmieniać parametrów).
12. Przed wejściem do pomieszczenia sauny należy:
 - załatwić potrzeby fizjologiczne
 - zdjąć wszystkie przedmioty metalowe, gdyż mogą stać się przyczyną poparzeń ciała.
 - zdjąć okulary i szkła kontaktowe
 - umyć całe ciało pod prysznicem mydłem a następnie wytrzeć do sucha.
 - zdjąć obuwie basenowe
13. Maksymalnie w jednej saunie może przebywać 6 osób.
14. W saunach należy siadać na ręczniku oraz trzymać na nim stopy. Ręcznik powinien być rozłożony tak, aby żadna część ciała nie stykała się z powierzchnią siedziska.
15. W saunie zabrania się:
 - umieszczanie przedmiotów łatwo palnych na lub w pobliżu elementów grzejnych,
 - po wyjściu z sauny wchodzenia do basenu bez uprzedniego skorzystania z prysznica.
16. Wszelkie pogorszenie samopoczucia należy niezwłocznie zgłaszać pracownikowi obsługi hali.

Regulamin siłowni

I. Postanowienia ogólne:

1. Siłownia zlokalizowana w hali widowiskowo-sportowej im. H. Wagnera przy ul. Lanca 1 jest administrowana przez Miejski Ośrodek Sportu w Szczytynie.
2. Przeznaczona jest tylko i wyłącznie dla kobiet.
3. Przed skorzystaniem z siłowni należy się zapoznać z regulaminem oraz instrukcjami użytkowania przekazanymi przez osobę pełniącą dyżur na siłowni.
4. Wszystkie osoby korzystające z siłowni winny obowiązkowo podporządkować się przepisom regulaminu i instrukcji korzystania z jej urządzeń przekazanej przez osobę pełniącą dyżur na siłowni.
5. Osoby naruszające porządek, przepisy regulaminu lub obowiązujących instrukcji urządzeń treningowych, mogą być usuwane z siłowni.
6. W siłowni obowiązuje zakaz spożywania napojów alkoholowych, narkotyków, środków odurzających, ćwiczenia pod wpływem tych środków oraz palenia papierosów.
7. Wszystkich korzystających z urządzeń treningowych obowiązuje strój i obuwie sportowe.
8. Dzieci do lat 14 mogą korzystać z urządzeń siłowni wyłącznie pod nadzorem opiekunów prawnych.
9. W siłowni obowiązuje bezwzględne przestrzeganie zaleceń dotyczących bezpieczeństwa zawartych w instrukcjach i regulaminie siłowni.

II. Zasady korzystania z siłowni:

1. Przed rozpoczęciem ćwiczeń na urządzeniach treningowych dla zachowania bezpieczeństwa, korzystający, winien sprawdzić stan techniczny urządzenia z którego będzie korzystał i w przypadku zauważenia usterek zgłosić ten fakt obsłudze siłowni lub kierownikowi obiektu lub innej upoważnionej osobie.
2. Ćwiczenia na poszczególnych urządzeniach treningowych należy wykonywać w miejscu w którym zostały one ustawione.
3. Zabrania się korzystającym z siłowni przestawiania urządzeń treningowych i wprowadzania innych regulacji, które mogą zagrażać bezpieczeństwu.
4. Po zakończeniu ćwiczeń, urządzenia treningowe z których korzystano winny być pozostawione w należytym stanie technicznym.
5. Osoby korzystające z urządzeń treningowych czynią to na własną odpowiedzialność.

III. Odpłatność za korzystanie

1. Do korzystania z siłowni i jej urządzeń treningowych uprawnione są osoby, które dokonały opłaty według obowiązującego cennika przed korzystaniem z siłowni

IV. Odpowiedzialność i kary

1. Za przedmioty wartościowe, gotówkę, karty płatnicze, telefony komórkowe itp. pozostawione w siłowni - MOS nie ponosi odpowiedzialności.
2. Za zniszczenie lub uszkodzenie sprzętu spowodowane użyciem go niezgodnie z instrukcją użytkowania, obowiązuje odpłatność w wysokości 100% wartości szkody.
3. Za wypadki i zdarzenia wynikające z nieprzestrzegania regulaminu siłowni i zaleceń dotyczących bezpieczeństwa zawartych w instrukcjach obsługi poszczególnych urządzeń treningowych-MOS nie ponosi odpowiedzialności.