

## **REGULAMIN WSTĘPU NA SALĘ SPORTOWĄ**

### **POSTANOWIENIA OGÓLNE**

1. Regulamin określa zasady wstępu na salę sportową i zasad korzystania z Sali sportowej we wszystkich niżej wymienionych lokalizacjach:
  - a. SP nr 27 w Poznaniu os. Winiary 2,
  - b. SP w Kamionkach ul. Mieczewska 36,
  - c. Eko Kamionki ul. Poznańska 117,
  - d. SSP nr 1 w Poznaniu ul. Grunwaldzka 154
  - e. SP nr 78 w Poznaniu ul. Żonkilowa 34,
  - f. SSP nr 4 w Poznaniu os. Oświecenia 64,
  - g. ZSP nr 9 w Poznaniu ul. Umultowska 114,
  - h. SP w Zaniemyślu ul. Poznańska 28,
  - i. SP nr 61 w Szczepankowie ul. Szczepankowo 74.
2. Sala sportowa jest wyposażona w sprzęt sportowy taki jak: materace, drabinki, skakanki, hula-hop itd. Zakres wyposażenia może się różnić w zależności od lokalizacji.

### **WSTĘP NA SALĘ SPORTOWĄ**

1. Wstęp na Salę sportową ma osoba posiadająca aktualny karnet lub inny tytuł uprawniający do korzystania z Sali sportowej.
2. Korzystanie z Sali sportowej jest możliwe przez osoby zdrowe, bez przeciwwskazań do podejmowania aktywności fizycznej i wykonywania ćwiczeń gimnastycznych.
3. Zabrania się wstępu na Salę sportową osób:
  - a. chorych, w szczególności objawami infekcji górnych dróg oddechowych lub innych chorób np. gorączka, kaszel, katar itd.,
  - b. w obuwiu zewnętrznym (noszonym poza terenem Sali sportowej),
  - c. noszących biżuterię i inne ozdoby, w szczególności: wiszące kolczyki, łańcuszki, zegarki, pierścionki, bransoletki,

4. Osoby wchodzące na teren Sali sportowej są zobowiązane do:
  - a. zmiany stroju na strój sportowy,
  - b. zmiany obuwia,
  - c. zabezpieczenia włosów poprzez upięcia ich w wysoki kok lub wysoką kitkę.
5. Wejście na Salę sportową następuje po przeprowadzeniu zbiórki na 5 minut przed wyznaczoną godziną wejścia na Salę sportową. W czasie zbiórki weryfikowane jest spełnienie wymogów, o których mowa w ust. 2-4 powyżej. Wejście na Salę sportową może odbywać się wyłącznie w obecności Instruktora.
6. Osoba uprawniona do wejścia na Salę sportową może:
  - a. brać aktywny udział w wybranych przez siebie aktywnościach,
  - b. korzystać z wyposażenia Sali sportowej,
  - c. korzystać z pomocy Instruktora.
7. Ćwiczący jest zobowiązany do niezwłocznego zgłaszania Instruktorowi wystąpienia jakichkolwiek niepokojących symptomów, w szczególności znacznego pogorszenia samopoczucia, ból i zawroty głowy, mdłości, bóle kręgosłupa, bóle stawów oraz natychmiast zaprzestać ćwiczeń.
8. Ćwiczący jest zobowiązany do przestrzegania zasad i przepisów BHP oraz przeciwpożarowych, sanować wyposażenie Sali sportowej oraz wykorzystywać je zgodnie z przeznaczeniem.
9. Ćwiczący zobowiązuje się do niezwłocznego zgłaszania Instruktorowi uszkodzeń lub nieprawidłowego działania wyposażenia Sali sportowej.

## **INSTRUKTOR**

1. Na Sali sportowej obecny jest Instruktor.
2. Instruktor pełni funkcję opiekuna Sali sportowej oraz ćwiczących. Do zadań Instruktora należy, w szczególności:
  - a. pilnowanie przestrzegania przez ćwiczących Regulaminu oraz przestrzegania zasad bezpieczeństwa na Sali,
  - b. dbanie o bezpieczeństwo ćwiczących,

- c. dbanie o odpowiednie oświetlenie Sali sportowej,
  - d. dbanie o odpowiednią temperaturę i wentylację Sali sportowej,
  - e. wydawanie ćwiczącym sprzętu sportowego,
  - f. objaśnianie zasad korzystania ze sprzętu sportowego i techniki prawidłowego wykonywania niektórych ćwiczeń,
  - g. korygowanie stwierdzonych błędów w ćwiczeniach wykonywanych przez ćwiczących,
  - h. dobieranie podkładu muzycznego do ćwiczeń.
3. W przypadku gdy osoba korzystająca z Sali sportowej nie stosuje się do poleceń Instruktor, stwarza jakiegokolwiek zagrożenie dla bezpieczeństwa, zdrowia lub życia własnego bądź innych osób obecnych na Sali sportowej, w szczególności poprzez agresywne zachowania, stosowanie wulgaryzmów, wandalizm, lub inne tego typu działania, Instruktor może podjąć decyzję o wyproszeniu ćwiczącego z Sali sportowej.
4. Instruktor może odmówić wejścia na Salę sportową osób z wyraźnymi objawami chorobowymi (np. katar, kaszel, gorączka itd.).