

REGULAMIN SIŁOWNI

Podmiotem zarządzającym Obiektem jest Benefit Systems S.A., Plac Europejski 2, 00-844 Warszawa Sąd Rejonowy dla m.st. Warszawy w Warszawie, XII Wydział Gospodarczy KRS KRS 0000370919, NIP: 836-167-65-10, REGON: 750721670 kapitał zakładowy: 2.858.842,00 zł, w pełni opłacony, prowadzący działalność w zakresie świadczenia usług fitness w ramach: Benefit Systems Spółka Akcyjna Oddział Fitness w Warszawie Plac Europejski 3, 00-844 Warszawa, pod marką Wesolandia, przy ul. Wspólnej 4, 05-075 Warszawa, reprezentowana przez: Dyrektora Wesolandii.

1. Osoby korzystające z siłowni zobowiązane są do przestrzegania instrukcji korzystania z siłowni.
2. Z siłowni mogą korzystać:
 - a. osoby zdrowe, na własną odpowiedzialność,
 - b. osoby, które wykupiły bilet lub karnet uprawniający do ćwiczeń w siłowni,
 - c. samodzielnie osoby, które ukończyły 18 lat. Osoby młodsze mogą korzystać z siłowni wyłącznie pod opieką opiekunów - osób dorosłych.
3. Osoby korzystające z siłowni zobowiązane są do bezwzględnego posiadania: ręcznika jako podkładki na ławy i siedziska, stroju sportowego oraz czystego sportowego obuwia. Torby oraz dodatkowe ubrania powinny być pozostawione w przebieralni bądź szatni.
4. Osoby korzystające z siłowni zobowiązane są do zapoznania się z instrukcjami w postaci piktogramowej umieszczonej na urządzeniach i ich stosowania. Wykonywanie ćwiczeń powinno odbywać się po przeprowadzeniu indywidualnej rozgrzewki.
5. Wskazane jest aby w celu uniknięcia przeciążeń lub kontuzji wykonywać ćwiczenia stosując stopniowe, od najmniejszego do największego dla możliwości ćwiczącego obciążenia.
6. Osoby korzystające z siłowni zobowiązane są do zachowywania się w sposób bezpieczny, spokojny i kulturalny, nie stwarzania sytuacji zagrażających bezpieczeństwu oraz zdrowiu ich samych jak i innych użytkowników.
7. Bezwzględnie po zakończeniu ćwiczeń, należy uprzątnąć stanowisko, a w szczególności: odłożyć na miejsce używane sztangielki na stojak, odłożyć gryf w wyznaczone miejsce, umieścić pierścienie i krążki obciążeń na stojakach.
8. Po zakończeniu ćwiczeń należy zdezynfekować użyty sprzęt przy pomocy ręczników papierowych i przygotowanego aerozolu zdezynfekować zabrudzone miejsce.
9. Nie wskazane jest zajmowanie stanowisk do ćwiczeń podczas odpoczynku.
10. Na terenie siłowni zabrania się:
 - a. przebywania w stanie nietrzeźwości, po spożyciu alkoholu lub innych środków odurzających, przyjmowania substancji medycznych podczas przebywania w siłowni,
 - b. zachowań agresywnych lub niestosownych wobec innych użytkowników,
 - c. korzystania osobom, których objawy zewnętrzne wskazują na: zakaźne choroby skóry lub inne choroby zakaźne, otwarte skaleczenia, trudno

- gojące się rany, brak higieny osobistej, częste iniekcje dożylne na kończynach, widoczne objawy chorób górnych dróg oddechowych (katar, kaszel), trudności w oddychaniu, zaburzenia równowagi,
- d. siadania na ławach i siedziskach siłowni w bezpośrednim kontakcie powierzchni ciała lub spoconego stroju użytkownika, bez podłożonego ręcznika,
 - e. przebywania w siłowni w kostiumach kąpielowych suchych lub mokrych,
 - f. gwałtownego opuszczania lub rzucania obciążeń podczas ćwiczeń na przyrządach, ćwiczeń wolnych z użyciem sztangielek, gryfów, krążków ze względów bezpieczeństwa ćwiczącego i innych użytkowników oraz możliwości powstawania uszkodzeń podłogi, ścian lub innych urządzeń. W przypadkach uzasadnionych i udowodnionych użytkownik, który spowoduje wskazane uszkodzenia zostanie obciążony kosztami naprawy,
 - g. zabrania się samodzielnego poprawiania zacinających się płyt w stosach, stosowania nietypowych blokad i zawleczek,
 - h. niszczenia wyposażenia.
11. Ze względu na znaczne obciążenie ustrojowe organizmu podczas ćwiczeń siłowych zaleca się przeprowadzanie regularnych badań lekarskich w celu potwierdzenia braku przeciwwskazań do ćwiczeń na siłowni.
12. Osoby o niestabilnym stanie zdrowia powinny korzystać z siłowni ze szczególną ostrożnością, po skonsultowaniu się ze swoim lekarzem. Obiekt Wesolandia nie ponosi odpowiedzialności za negatywne skutki dla zdrowia tych osób podczas ich przebywania w siłowni.
13. Wszelkie skaleczenia, urazy oraz pogorszenie samopoczucia winny być niezwłocznie zgłaszane najbliższemu pracownikowi obiektu.