

Правила посещения Лечебно-оздоровительного центра ЗАО «Санаторий «Ерино», действуют в отношении всех правоотношений, возникающими между посетителями и ЛОЦ.

**Общие правила и правила техники безопасности**  
Лечебно-оздоровительного центра ЗАО «Санаторий «Ерино»

Двери ЛОЦ открыты для Вас ежедневно.

Мы ждем Вас с 7:00 часов до 22:00 часов.

Вы можете пользоваться залами и оборудованием ЛОЦ только в часы его работы.

- Ваш абонемент или чек на разовой посещение является пропуском в ЛОЦ. Предъявляйте его на посту охраны и на ресепшн. В случае отсутствия абонемента, предъявите документ, удостоверяющий личность на посту охраны и на время визита оставьте его на ресепшн, отсутствие чека на разовое посещение делает невозможным посещение ЛОЦ.
- Оплата за услуги принимается в наличной и безналичной форме в рублях Российской Федерации.
- В случае невозможности предоставления услуг, если это неисполнение явилось или является следствием действия обстоятельств непреодолимой силы (наводнение, пожар, землетрясение, или иные явления форс-мажорного характера), а также в случаях реконструкции, ремонта здания или отдельной его части, ЛОЦ вправе в одностороннем порядке предоставить клиентам возможность продления срока действия абонемента на неостребованный период времени.
- Ключи от шкафа выдаются в обмен на абонемент/чек на разовое посещение. Уходя из ЛОЦ, просим Вас сдать ключ от шкафа на ресепшн и забрать абонемент. В случае утери абонемента, ключа от шкафа, номерка от гардероба, взимаются денежные средства за ущерб, нанесенный имуществу ЛОЦ, установленный Администрацией ЛОЦ.
- В верхней одежде и уличной обуви ходить по ЛОЦ запрещено.
- Кино-, видео- и фотосъемка в ЛОЦ без специальной договоренности с Администрацией ЛОЦ не разрешается.
- Все помещения ЛОЦ, являются зонами, свободными от курения.
- Находиться в ЛОЦ в нетрезвом виде запрещается.
- Принимать пищу в местах, предназначенных для купания, саунах (банях), тренировок и раздевалках запрещено.
- Праздничные встречи на территории ЛОЦ проводить без согласования с Администрацией ЛОЦ не разрешается.
- Передавать абонемент другому лицу не разрешается.
- Посещая ЛОЦ, не оставляйте личные вещи и одежду без присмотра. Используйте для их хранения шкафы в раздевалках.
- За утерянные или оставленные без присмотра вещи, а также за ценные вещи, несланные на ответственное хранение, Администрация ЛОЦ ответственности не несет.
- За технические неудобства, вызванные проведением городскими властями сезонных профилактических и ремонтно-строительных работ, ЛОЦ ответственности не несет.
- ЛОЦ не несет ответственности за вред здоровью и/или имуществу, причиненный противоправными действиями третьих лиц.
- При нарушении Общих Правил ЛОЦ и Правил Посещений Администрация оставляет за собой право пересмотреть срок действия Вашего контракта. Администрация вправе прервать сеанс посещения ЛОЦ, если Посетители нарушают указанные правила. При этом возврат денежных средств за неиспользованное время не производится.
- В случае необходимости и для Вашего комфорта допускается введение новых пунктов Правил.

**Правила посещения плавательного бассейна  
и правила техники безопасности при посещении бассейна  
Лечебно-оздоровительного центра ЗАО «Санаторий «Ерино».**

**1. ОБЩИЕ ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ БАССЕЙНА**

**2.**

1.1. Вход в раздевалки бассейна разрешен не ранее чем за 10 минут до начала сеанса. Выход на воду из раздевалки строго в установленное время. Продолжительность сеанса 45 минут, опоздавшие на занятия на 10 минут и более к занятию не допускаются. После окончания сеанса Посетитель обязан незамедлительно покинуть бассейн и проследовать в зону душевой и раздевалки.

• Общая продолжительность нахождения Посетителей в плавательных бассейнах, раздевалках и местах общего пользования по определенным видам абонементов не может превышать 75 минут с момента регистрации на стойке ресепшн до момента возврата ключа от шкафа на стойку. В случае нарушения правила, установленного данным пунктом, с нарушителя взимаются денежные средства в размере 100% стоимости плавательного сеанса.

1.2. Абонементы, выданные физическим и юридическим лицам, не имеют преимущества по отношению к чекам разового посещения и не дают права первоочередного получения услуги оздоровительного плавания.

1.3. Абонементы для физических и юридических лиц действуют в течение времени, указанном в самом Абонементе, в зависимости от вида абонемента.

1.4. Приобретенные абонементы возврату не подлежат, а неиспользованные Посетителем посещения «сгорают» и стоимость оплаты по ним возврату не подлежит, услуги считаются оказанными.

1.5. Абонемент может быть продлен только в случае, если посетитель не смог воспользоваться услугами бассейна из-за болезни (по предъявлению копии листка временной нетрудоспособности или медицинской справки из поликлиники, подтверждающей болезнь во время планового посещения лечебно-оздоровительного плавания).

1.6. Заниматься оздоровительным плаванием в плавательном бассейне имеют право лица, способные проплыть самостоятельно не менее 25 метров любым способом плавания без дополнительных приспособлений.

1.7. Лица, не умеющие самостоятельно плавать, могут посещать бассейн только с инструктором согласно прейскуранту. Администрация не несет ответственности за безопасность таких Посетителей в случае нарушения ими данного Правила. Лица, достигшие 18-летнего возраста, несут полную ответственность за себя и за несовершеннолетних лиц, которые пришли вместе с ними.

1.8. Не допускаются родители с детьми старше пяти лет в одно раздевальное помещение бассейна, если пол взрослого и ребенка не совпадают.

1.9. В целях обеспечения безопасности Посетителей за ними ведется видеонаблюдение на всей территории Комплекса (за исключением раздевалок, душевых и туалетов).

1.10. В случае невозможности использования отдельных элементов ЛОЦ по причине возникновения непредвиденных технических неполадок, снижение цен на время пребывания в ЛОЦ не осуществляется.

1.11. Администрация ЛОЦ вправе приостановить продажу чеков на разовое посещение (абонементов) при превышении норматива нахождения людей в ЛОЦ.

1.12. На территории ЛОЦ запрещена любая рекламная, торговая, коммерческая деятельность, не согласованная с Администрацией.

1.13. Родители детей, занимающихся в бассейне, при разрешении администратора, могут сопровождать ребенка, помочь ему переодеться и помыться, затем передать его тренеру-инструктору и покинуть раздевальное помещение бассейна. При этом данным родителям разрешается заходить в раздевальные помещения бассейна только в сменной обуви и без верхней одежды. Родителям детей, занимающихся в бассейне находиться в раздевалках и душевых строго запрещается.

1.14. При плавании нескольких человек на дорожке, занимающиеся должны держаться правой стороны, обгонять слева, отдыхать в углах дорожки, пересекать дорожки разрешается только при входе или выходе из воды, не мешая занимающимся на этих дорожках.

## 2. ОБЯЗАННОСТИ ПОСЕТИТЕЛЕЙ

- 2.1. Самостоятельно пройти медицинский контроль в медицинском учреждении по своему выбору и получить допуск врача к занятиям в бассейне.
- 2.2. ЛОЦ оставляет за собой право не допускать в бассейн лиц, не имеющих справки, необходимой для посещения бассейна. Для Лица с любыми кожными заболеваниями к посещению плавательных бассейнов не допускаются.
- 2.3. Являться на занятия в дни и часы, указанные в расписании.
- 2.4. Сдавать верхнюю одежду, головные уборы и уличную обувь (в пакете) гардеробщику верхней одежды в гардероб. Сумки посетителей при наличии свободных ячеек также могут быть сданы в гардероб.
- 2.5. Мелкогабаритные ценные предметы (ключи, телефоны, кошельки, документы и т.п.) посетители бассейна могут сдавать на хранение в регистратуру бассейна.
- 2.6. Предъявлять администратору абонемент или чек на разовое посещение, а также другие документы предусмотренные настоящими правилами.
- 2.7. Исполнять все распоряжения администратора бассейна, инструктора (тренера) и по вопросам их компетенции. Посетители должны выполнять требования сотрудников ЛОЦ в отношении обеспечения безопасности, поддержания порядка и чистоты на территории ЛОЦ.
- 2.8. Посетители бассейна должны иметь при себе:  
1) полотенце 2) мыло 3) мочалку 4) плавательную шапочку; 5) плавательные принадлежности (плавки или купальный костюм); 6) индивидуальную обувь (резиновые тапочки); 7) пакет для упаковки обуви.
- 2.9. Перед посещением бассейна необходимо принять душ с мылом и мочалкой без плавательного костюма (не более 5 минут).
- 2.10. После окончания сеанса посетителям бассейна необходимо принять душ (не более 5 минут), закрыть краны горячей и холодной воды, плавки и купальный костюм выжать в душе, затем вытереться полотенцем и входить в раздевалку в сухом виде (не позднее 10 минут покинуть раздевалку).
- 2.11. В целях обеспечения общественной безопасности и предотвращения террористических актов посетители обязаны предъявлять по требованию службе безопасности ЛОЦ содержимое личных вещей для осмотра.
- 2.12. В случае непредвиденных, чрезвычайных или экстренных ситуаций посетители обязаны незамедлительно покинуть ЛОЦ.
- 2.13. Посетители обязаны с должной бережностью и осторожностью относиться ко всему имуществу ЗАО «Санаторий «Ерино», не допускать нанесения вреда, порчи, уничтожения имущества ЗАО «Санаторий «Ерино». В случае нанесения вреда, причинения порчи, уничтожения имущества Комплекса нести соответствующую ответственность согласно действующему законодательству РФ.

## 3. ПОСЕТИТЕЛЯМ БАСЕЙНА ЗАПРЕЩАЕТСЯ

- 3.1. Пользоваться услугами, не входящими в стоимость посещения бассейна.
- 3.2. Плавать в одежде не предназначенной для бассейна (шорты, бикини, и т.д.)
- 3.3. Перед посещением бассейна пользоваться кремами, мазями, маслами и т.д.
- 3.4. Пользоваться бритвенными, иными косметическими (маски, скрабы, обертывания, масла и пр.) принадлежностями.
- 3.5. Нырять в длину и глубину без разрешения дежурного по залу бассейна, тренера.
- 3.6. Бегать по залу бассейна, толкаться, свистеть, без надобности звать на помощь, вводя в заблуждение других посетителей и персонал ЛОЦ; прыгать с бортика и тумбочек. В чашу бассейна необходимо спускаться только по установленным лестницам).
- 3.7. Находиться в воде без шапочки.
- 3.8. Вносить в бассейн жевательные резинки, еду, напитки любые изделия из стекла, в том числе посуду, другие опасные предметы, а также выносить из зоны душевых и туалетов мыло, шампуни, лосьоны и другие косметические средства, туалетную бумагу, бумажные полотенца. Посетители ЛОЦ, нарушившие указанные в настоящем пункте запреты, несут полную ответственность за ущерб, причиненный своему здоровью, здоровью других посетителей и сопутствующие материальные расходы.

- 3.9. Проводить индивидуальные тренировки и консультацию других клиентов, а также привлекать сторонних «тренеров» для консультации и проведения тренировок.
- 3.10. Проводить кино или фотосъемку без согласования с администрацией. На территории ЗАО «Санаторий «Ерино» запрещена профессиональная фото- и видеосъемка в коммерческих целях. Запрещено использовать изображения символики (логотипа) ЛОЦ, видео- и фотоматериалы в рекламных, коммерческих целях без разрешения Администрации ЛОЦ. Исключительным правом на публикацию фотоматериалов, трансляцию видеофильмов, снятых в ЛОЦ, обладает только Администрация.
- 3.11. Входить в зал бассейна с сумками.
- 3.12. «Висеть» на дорожках, шуметь, кричать и бегать на территории бассейна в т.ч. в душевых и раздевальных помещениях.
- 3.13. Использовать свой инвентарь без согласования с администратором и оставлять его в бассейне.
- 3.14. Посещать бассейн в алкогольном и наркотическом состоянии, токсического опьянения, либо под воздействием психотропных и иных одурманивающих веществ.
- 3.15. В случае отсутствия дежурного по залу бассейна посетителям вход в плавательный бассейн запрещен.
- 3.16. Запрещается входить в бассейн организованным детским группам без сопровождения взрослого (инструктор - тренер и т.д.), а данным сопровождающим без сменной обуви и в верхней одежде.
- 3.17. Входить в воду без разрешения тренера-инструктора.
- 3.18. Уходить с бассейна, не предупредив тренера-инструктора.
- 3.19. Посетителям запрещается входить в любые технические и служебные помещения ЛОЦ. Посетители, проникшие в такие помещения, несут полную ответственность за неполадки и аварии, произошедшие в этой зоне, а также за собственную безопасность и здоровье. Такие посетители могут быть удалены сотрудниками службы безопасности с территории ЛОЦ без возврата стоимости билета.
- 3.20. Курение табачных изделий, использование электронных средств для курения и иных дымчатых веществ запрещено на всей территории ЛОЦ.
- 3.21. Запрещается проносить в ЛОЦ огнестрельное, газовое, пневматическое и холодное оружие, колюще-режущие предметы, а также взрывчатые и легковоспламеняющиеся, токсичные и сильно пахнущие вещества.
- 3.22. На территории ЛОЦ категорически запрещены любые виды дискриминации и проявления неуважения из-за различий по национальности, вероисповеданию, возрасту социальному положению или другим признакам.
- 3.23. Посетителям запрещается нарушать общепринятые нормы поведения (морали и нравственности).
- 3.24. Посетителям запрещается мусорить и нарушать санитарное состояние ЛОЦ (выбрасывать мусор, плевать на пол, бросать жевательную резинку и т.д.).
- 3.25. Посетителям запрещается осуществлять какие-либо вандальные действия к оборудованию, имуществу и растениям ЛОЦ.
- 3.26. Посетителям запрещено проходить в ЛОЦ с детскими колясками. Оставлять коляски необходимо в зоне ресепшн (по договоренности с Администрацией комплекса), возле входа в ЛОЦ при условии, что коляски не мешают проходу других посетителей и не загромождают пути эвакуации согласно Плану эвакуации при пожаре. Администрация ЛОЦ не несет ответственность за оставленные без присмотра Посетителями детские коляски и за вещи, оставленные в них.
- 3.27. Посетителям (сопровождающим лицам) запрещено оставлять детей без присмотра на всей территории ЛОЦ, а в особенности в зоне бассейна.
- 3.28. Посетителям запрещается игнорировать указания о глубине бассейна, инструкции и правила пользования бассейном (в случае непонимания – за разъяснениями необходимо обращаться к сотрудникам ЛОЦ).
- 3.29. Посетителям ЛОЦ запрещается, пользуясь бассейном, оставлять свою сменную обувь таким образом, чтобы она создавала препятствия другим посетителям и персоналу при перемещении внутри водной зоны.
- 3.30. Посетители обязаны соблюдать и иные запреты (ограничения), предусмотренные настоящими Правилами.
- 3.31. Посещение ЛОЦ запрещено:
- лицам, страдающим инфекционными, острыми вирусными, контагиозными кожными и венерическими, грибковыми заболеваниями; открытыми ранами и любыми другими заболеваниями, которые могут представлять угрозу здоровью других посетителей;

- лицам, страдающим сердечно - сосудистыми, психическими заболеваниями (представляющими угрозу для окружающих), с неотложной хирургической патологией;
- лицам с открытыми, инфекционными ранами, асептическими повязками, страдающим фурункулезом, конъюнктивитом, гельминтозами;
- лицам в период обострения хронических заболеваний;
- лицам, имеющим склонность к аллергическим реакциям;
- лицам, подозреваемым в нахождении под воздействием алкогольного опьянения, наркотических, психотропных или иных одурманивающих веществ;
- лицам, чье поведение может представлять угрозу порядку, безопасности, гигиеническому состоянию ЛОЦ или противоречит принятым в обществе правилам поведения;
- лицам, пытающимся пронести специально изготовленные или приспособленные предметы и вещества, использование которых может представлять угрозу жизни и здоровью граждан либо причинить материальный ущерб посетителям и ЛОЦ;
- лицам с другими недомоганиями, представляющими опасность для личного здоровья и безопасности, а также для здоровья и безопасности других посетителей;
- лицам с крупногабаритными вещами;

3.32. При возникновении подозрений относительно наличия у посетителя заболевания, указанного в настоящем разделе, Администрация ЛОЦ вправе требовать от Посетителя предъявления разрешительной медицинской справки на посещение бассейна.

#### 4. ПОРЯДОК ОПЛАТЫ УСЛУГ

4.1. Стоимость услуг ЛОЦ устанавливается Прейскурантом цен, утверждаемым руководителем ЗАО «Санаторий «Ерино». Вся подробная информация о тарифах на услуги ЛОЦ, специальных условиях, их действии, срочных и сезонных акциях и спец. предложениях расположена на сайте ЗАО «Санаторий «Ерино» и/или на кассе ЛОЦ и/или доске информации в ЛОЦ.

Администрация ЛОЦ в праве ввести акционные тарифы, разместив о них информацию на официальном сайте и стойках информации ЛОЦ. Правила и порядок действия акционных тарифов определяются отдельными внутренними нормативными актами.

4.2. Оплаченное время подтверждает право Посетителя пользоваться услугами ЛОЦ в течение всего времени в соответствии с оплаченным тарифом, в пределах режима работы ЛОЦ. Если посетитель, который уже покинул территорию ЛОЦ, изъявляет желание повторно попасть на территорию ЛОЦ, он должен приобрести новый билет (абонемент).

4.3. Посетитель обязан оплатить услуги ЛОЦ в размере 100% согласно действующему прейскуранту цен. Стоимость посещения комплекса для гостей, проживающих в Санатории «Ерино» включена в стоимость проживания согласно условиям путевки.

4.4. При покупке билета сотрудник ЛОЦ вносит данные посетителя с его согласия, а именно фамилию, имя и отчество, а также номер телефона. Совершеннолетние Посетители при приобретении билета обязаны иметь при себе документ, удостоверяющий личность и подтверждающий свой возраст и возраст несовершеннолетнего в случае его сопровождения. По просьбе персонала лицом/посетителем должен быть предъявлен документ, удостоверяющий его личность и возраст.

4.5. Продажа билетов может быть временно приостановлена вследствие технических неполадок или в тех случаях, когда территория ЛОЦ выкуплена для проведения мероприятия, либо количество посетителей ЛОЦ достигло максимального и превышение недопустимо по действующим нормам.

4.6. При покупке билета на разовое посещение кассир выдает Посетителю фискальный чек и ключ от шкафчика. Фискальный чек должен быть сохранен посетителем до конца посещения ЛОЦ.

4.7. Перед покупкой билета на разовое посещение и/или получением ключа от шкафчика по абонементу и/или посещением гостем, проживающим в санатории, ЛОЦ Посетитель обязан ознакомиться с настоящими Правилами, покупка билета на разовое посещение (абонемента) и/или получение ключа от шкафчика означает, что Посетитель ознакомился с настоящими Правилами и полностью с ними согласен, несет полную ответственность за соблюдение настоящих правил и ответственность за детей.

4.8. Ключ от шкафчика и сам шкафчик является собственностью ЗАО «Санаторий «Ерино». Посетитель несет ответственность за сохранность и целостность ключа и шкафчика. Передача ключа другим посетителям запрещена. При уходе с территории ЛОЦ посетитель обязан вернуть ключ от

шкафчика, при утере/порче ключа взимается штраф. В случае неспособности Посетителя заплатить штраф, деньги с него взимаются в порядке, установленном законодательством Российской Федерации.

## 5. ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА НАРУШЕНИЕ ПРАВИЛ

5.1. В случае утраты или повреждения имущества ЗАО «Санаторий «Ерино» по вине Посетителя, он обязан возместить причиненный ущерб, а также понести ответственность за иные допущенные им нарушения в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации.

5.2. За ущерб, нанесенный ЛОЦ, находящемуся в нем имуществу, имуществу и/или здоровью посетителей, Посетитель несет ответственность в установленном законодательством порядке. За ущерб, нанесенный несовершеннолетними, а также лицами с ограниченными возможностями, несут ответственность их родители или опекуны.

5.3. Родители, опекуны или другие сопровождающие несовершеннолетних совершеннолетние лица несут ответственность за ознакомление прибывших вместе с ними несовершеннолетних с правилами ЛОЦ и соблюдение настоящих Правил.

5.4. ЗАО «Санаторий «Ерино» не несет ответственность за несовершеннолетних посетителей в возрасте до 18 лет включительно, оставленных без присмотра совершеннолетними посетителями. ЗАО «Санаторий «Ерино» не несет ответственности за состояние здоровья и возможный травматизм несовершеннолетнего лица (ребенка, подростка), если несовершеннолетнее лицо (ребенок, подросток) оставалось без наблюдения взрослого в нарушение настоящих Правил либо им были нарушены правила посещения ЛОЦ.

5.5. При утере, порче ключа от шкафчика, Посетитель уплачивает штраф в размере, установленном в Приложении №5.

5.6. Посетитель, потерпевший имущественный и/или неимущественный ущерб, обязан незамедлительно сообщить об этом работнику ЛОЦ с указанием места, времени, обстоятельств происшествия и лиц, которые были свидетелями происшествия. При несоблюдении Посетителем данного условия в дальнейшем предъявленные жалобы и претензии относительно нанесенного здоровью и/или имуществу вреда, рассмотрению не подлежат.

5.7. ЗАО «Санаторий «Ерино» не несет ответственности за сохранность личных вещей и/или ювелирных украшений посетителей, оставленных в гардеробе и/или раздевалках, а также вещей, оставленных без присмотра, или за то, что они были утеряны и/или частично испорчены, включая купальные костюмы Посетителей, которые были повреждены во время пользования отдельными элементами ЛОЦ.

5.8. Посетитель самостоятельно отвечает за сохранность личных вещей и ценностей, оставленных им на территории ЛОЦ.

5.9. ЗАО «Санаторий «Ерино» не несет ответственности за возникшие в отношении здоровья и имущества посетителей последствия (травмы, повреждения, иной вред) или нанесенный в отношении третьих лиц ущерб, а также не принимает и не рассматривает претензий, если такие последствия возникли в результате несоблюдения Посетителями требований и рекомендаций, закрепленных в настоящих Правилах, информации, указанной на предупредительных знаках и надписях, а также невыполнения правомерных указаний персонала ЛОЦ.

5.10. Персонал ЛОЦ уполномочен предпринимать меры против Посетителей, находящихся в состоянии алкогольного и наркотического опьянения, в психически неуравновешенном состоянии, а также против Посетителей, не реагирующих на замечания персонала и не соблюдающих настоящие Правила.

5.11. Посетитель дает согласие на соблюдение Правил и несет полную ответственность за их нарушение в соответствии с настоящими Правилами и действующим законодательством Российской Федерации. Несоблюдение правил посещения ЛОЦ является основанием для удаления Посетителя из ЛОЦ, без какого-либо денежного возмещения.

5.12. Претензии, связанные с недостатками оказанной услуги, могут быть предъявлены Посетителем только в письменном виде при принятии оказанной услуги или в ходе ее оказания. Порядок и сроки удовлетворения претензий Посетителей регулируются законодательством Российской Федерации.

5.13. Посетители, проникшие в любые технические и служебные помещения, несут полную ответственность за неполадки и аварии, произошедшие в этой зоне либо возникшие в результате регулирования посетителем инженерно-технического оборудования ЛОЦ.

5.14. В случае нарушения установленных Правил Администрация предприятия вправе отказать в предоставлении услуги, прервать оказание услуги без возмещения ее стоимости, а в случаях грубого нарушения общественного порядка прибегнуть к помощи правоохранительных органов.

## 6. ПОРЯДОК ДЕЙСТВИЙ ПОСЕТИТЕЛЕЙ ПРИ ВОЗНИКНОВЕНИИ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЙ

6.1. В случае возникновения чрезвычайных аварийных ситуаций – стихийные бедствия, катастрофы техногенного характера, пожар и прочее, посетители не должны поддаваться панике.

6.2. Посетители обязаны четко выполнять команды обслуживающего персонала.

6.3. После команды персонала или сигнала тревоги переданного по системе оповещения, Посетители должны освободить бассейны, помещения раздевалок, санузлов и прочее, и выйти на открытые территории, покинуть ЛОЦ, используя аварийные выходы, пожарные лестницы и переходы.

6.4. Схемы эвакуации размещены на территории ЛОЦ.

6.5. Покидая ЛОЦ, посетители должны соблюдать спокойствие, сохранять входной билет (чек), не бежать, не создавать давки в проходах и на лестничных маршах, держаться за поручни, не перелезать через ограждения и наступать на них, избегать при движении по территории ЛОЦ мест, находящихся на высоте.

6.6. Взрослые посетители должны обеспечить безопасную эвакуацию детей.

## 7. ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ БАССЕЙНА НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИМИ ЛИЦАМИ

7.1. Дети до 5-ти лет в бассейн не допускаются.

7.2. Дети и подростки с 5 до 16 лет имеют право посещать бассейн только в сопровождении родителей или сопровождающих совершеннолетних взрослых. Ответственность за безопасность (за жизнь и здоровье) детей несут родители или сопровождающие совершеннолетние взрослые. Взрослым признается дееспособное лицо, достигшее возраста 18 лет.

7.3. Дети с 5 до 7 лет (включительно) имеют право посещать бассейн только в сопровождении родителей или сопровождающих совершеннолетних взрослых из расчета 1 взрослый на 1 ребенка, при наличии надувных нарукавников для плавания или надувного плавательного жилета. Ответственность за безопасность (за жизнь и здоровье) детей несут родители или сопровождающие совершеннолетние взрослые.

7.4. Дети и подростки с 5 до 16 лет могут посещать групповые занятия с тренером без сопровождения родителей или сопровождающих совершеннолетних взрослых

7.5. Подростки с 16 до 18 лет, умеющие плавать, могут посещать бассейн без сопровождения взрослых при наличии письменного разрешения законного представителя.

7.6. Лица, достигшие 18 лет, могут посещать бассейн без сопровождения взрослых. В случае возникновения спорной ситуации предъявление паспорта обязательно

7.7. Родители или сопровождающие взрослые, посещают бассейн с детьми от 5 до 16 лет, оформляют расписку в журнале посещений. Во время плавания взрослые не должны выпускать детей из поля своего зрения, предварительно объяснив им правила поведения на воде.

7.8. Если администратор сомневается в возрасте ребенка, он вправе попросить к предъявлению свидетельство о рождении ребенка или паспорт родителей. Дети любого возраста должны быть в купальных костюмах.

7.9. При посещении ЛОЦ несовершеннолетним лицом (ребенком, подростком) ответственность за состояние его здоровья, а также его поведение, соблюдение им настоящих Правил несут родители или иное лицо, сопровождающее несовершеннолетнее лицо (ребенка, подростка).

7.10. При посещении ЛОЦ группой посетителей, в состав которой входят несовершеннолетние лица, ответственность за соблюдение Правил посещения ЛОЦ несовершеннолетними лицами несет руководитель группы, старший группы (сопровождающий). На каждых трех несовершеннолетних посетителей с 8 до 16 лет включительно в группе обязан быть 1 взрослый (совершеннолетний) сопровождающий, который обязан присутствовать на территории Бассейна вместе с сопровождаемыми посетителями. Сопровождающим лицам запрещено оставлять без присмотра всех посетителей своей группы.

## 8. ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

8.1. Настоящие Правила опубликованы на сайте [www.erino.ru](http://www.erino.ru), размещены на кассе ЛОЦ и/или доске информации в ЛОЦ и могут быть изменены ЗАО «Санаторий «Ерино» в одностороннем порядке без предварительного уведомления Посетителей.

### **Правила посещения тренажёрного зала и правила техники безопасности при посещении тренажёрного зала**

Лечебно-оздоровительного центра ЗАО «Санаторий «Ерино»

- Приступать к занятиям в тренажёрном зале можно только после ознакомления с настоящими правилами.
- ЛОЦ рекомендует Вам пройти медицинское обследование до начала посещения тренировок, так как Вы несете персональную ответственность за свое здоровье.
- Пенсионерам по возрасту для посещения тренажёрного зала предоставлять соответствующую справку (заключение об отсутствии противопоказаний для посещения тренажёрного зала).
- При первом посещении тренажёрного зала рекомендуем записаться на вводный инструктаж в тренажёрный зал.
- Для занятий в тренажёрном зале необходимо иметь предназначенную для этого чистую сменную обувь, рекомендуется использовать удобную закрытую обувь с резиновой и нескользящей подошвой, и одежду (верхняя часть тела должна быть закрыта): футболки, спортивные брюки, шорты, кроссовки. Запрещается использовать обувь на каблуках, с кожаной подошвой, с шипами, в тапочках, тренироваться босиком или в открытой обуви.
- Самостоятельные занятия детей в тренажёрном зале разрешены с 18 лет. Лица с 14 до 18 лет могут посещать тренажёрный зал только при условии персонального занятия с инструктором тренажёрного зала или в составе мини-групп под непосредственным руководством инструктора тренажёрного зала.
- В целях безопасности не разрешается клиентам брать с собой детей в возрасте до 14 лет в тренажёрный зал.
- Рекомендуется снять с себя предметы, представляющие опасность при занятиях в тренажёрном зале (часы, висюльки, серьги и т.п.), убрать из карманов колющиеся и другие посторонние предметы.
- Перед началом занятий на тренажерах просим Вас ознакомиться и следовать инструкции данного тренажера. Если у Вас возник вопрос, как пользоваться тем или иным тренажером или любой другой вопрос — обращайтесь к дежурному персоналу, они всегда Вам помогут.
- Перед началом занятий на тренажере под руководством инструктора тренажёрного зала проверить исправность и надежность установки и крепления тренажера.
- Все упражнения в тренажёрном зале выполняются только под непосредственным наблюдением инструктора тренажёрного зала. В отсутствие инструктора тренажёрного зала посетители в зал не допускаются.
- При выполнении упражнений со штангой необходимо использовать замки безопасности.
- Выполнение базовых упражнений (жим лежа, приседания со штангой) необходимо производить при страховке со стороны партнёра либо инструктора тренажёрного зала.
- Выполнение упражнений с отягощением или весами, близкими к максимальным для данного занимающегося, разрешается только при непосредственной страховке опытным партнером или инструктором тренажёрного зала.
- С отягощениями, штангами, гантелями следует обращаться предельно аккуратно. Все упражнения должны выполняться плавно, без рывков.
- Запрещается брать блины, гантели, грифы штанги влажными или потными руками. Это может привести к выскальзыванию отягощения из рук и его падению.
- Не допускается перегрузка тренажёрных устройств сверх нормы дополнительным навешиванием грузов.
- Если Вы используете оборудование тренажёрного зала более одного подхода, будьте внимательны к тем людям, которые хотели бы воспользоваться тем же оборудованием. Если Вы заметили, что кто-то ждет, когда Вы закончите упражнения, первым предложите делать подходы по очереди.



- После работы со свободными весами, пожалуйста, уберите блины со штанг, гантели ставьте на гантельную стойку.
- Передвигаться по залу необходимо не торопясь, не заходя в рабочую зону других Посетителей. Запрещается бегать, прыгать, либо отвлекать внимание занимающихся иными способами.
- 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.
- Запрещается приступать к занятиям в зале при незаживших травмах и общем недомогании. При наступлении плохого самочувствия во время занятий необходимо прекратить тренировку и сообщить об этом инструктору тренажерного зала.
- 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 не разрешается заниматься с обнаженным торсом.
- Во время тренировок необходимо обязательно использовать полотенца.
- Прием и хранение пищи в зонах, предназначенных для тренировок, запрещен.
- Запрещается самостоятельно регулировать систему кондиционирования и вентиляции зала, громкость трансляции и подбор музыкального сопровождения.
- При поломке или порче спортивного инвентаря необходимо прекратить занятия и сообщить об этом инструктору тренажерного зала. Занятия продолжать только после устранения неисправностей или замены спортивного оборудования (инвентаря).
- Пользование тренажерами может быть ограничено (для проведения профилактических и иных работ).
- Персональная тренировка может проводиться только инструкторами ЛОЦ.
- Все виды абонементов имеют свой срок действия в зависимости от условий Вашего контракта.
- После окончания срока действия абонемента неизрасходованные занятия аннулируются, и стоимость неиспользованных занятий возврату не подлежит.

## ЗАНЯТИЯ НА КАРДИО ТРЕНАЖЕРАХ

Допуск к кардио тренировкам при заболевании сердечно сосудистой системы не допускается.

1. Начинать занятия с умеренной нагрузки, повышая ее постепенно.
2. Внимательно следовать инструкциям Вашего тренера по использованию контрольного тренажера.
3. Никогда не оборачиваться назад, находясь на включенной беговой дорожке:
  - не разговаривать с человеком, стоящим сзади Вас;
  - не оставлять мобильный телефон позади себя и т.п.
4. Очень внимательно следить за началом движения на беговой дорожке, особенно с неконтролируемой скоростью. В начале тренировки на беговой дорожке необходимо становиться на подставки по краям движущей ленты, установить минимальную скорость и начинать тренировку после того, как лента пришла в движение. Нельзя сходить с тренажера до полной остановки ленты. При занятиях на стоппере и велотренажере прислушиваться к ощущениям в коленях и стопах и, прекращать занятия при возникновении в них болевых ощущений. Боли и возможные последующие травмы могут быть обусловлены наличием у Вас ортопедических проблем или анатомических особенностей.
5. Седло велотренажера регулировать по высоте таким образом, чтобы нога, находящаяся в нижнем положении, была слегка согнута в колене. Во избежание проблем с позвоночником и предстательной железой никогда не наклоняйте седло назад. Руль должен устанавливаться приблизительно на высоте седла.
6. Обязательна разминка, включающая как разогревающие упражнения, так и упражнения на растяжку.
7. Имеется большое количество противопоказаний к бегу, связанных с ортопедическими проблемами, анатомическими особенностями или излишним весом. Убедитесь в их отсутствии.

**Правила посещения комплекса бань и саун  
и правила техники безопасности при комплексе бань и саун  
Лечебно-оздоровительного центра ЗАО «Санаторий «Ерино»**

1. Посещать баню рекомендуется при хорошем общем самочувствии. Не рекомендуется париться сразу после еды, во время простудных заболеваний, в состоянии алкогольного опьянения.
2. Рекомендуется не мочить голову перед заходом в парную, чтобы не вызвать перегрев головы.
3. Находясь в парной необходимо контролировать свое самочувствие, ни в коем случае не курить, в том числе кальяны, вэйпы и т.п..
4. Спускаясь с полка в парной будьте предельно осторожны, не торопитесь, обязательно придерживайтесь рукой за специальные ручки или верхние полки.
5. Передвижение по бане должно быть осторожным во избежание падения на скользком полу из-за остатков воды, шампуня, мыла, геля для душа. Рекомендуется пользоваться резиновыми тапочками.
6. Запрещается бегать, прыгать, толкать друг друга.
7. Запрещается прыгать на диванах, столах.
8. Лица до 16 лет должны посещать баню в сопровождении взрослых.
9. Запрещается подпускать к печам/каменкам детей, чтобы избежать ожогов. Взрослым также запрещается дотрагиваться до каких-либо частей печей/каменок.
10. Посетители с инфекционными и кожными заболеваниями, а также с повреждениями кожных покровов не могут пользоваться баней/сауной.
11. Запрещается класть посторонние предметы на печь/каменку во избежание возгорания.
12. Рекомендуется посещать баню/сауну без предварительного распития алкогольных напитков.
13. Запрещается использовать крема, скрабы, мед, муссы, масла для тела и прочие косметические средства, которые могут оставить следы на деревянных деталях саун.
14. Запрещается заходить в сауны с остатками мыла на теле.
15. Запрещается заносить стеклянные и пластмассовые предметы.
16. Запрещается распылять в сауне аэрозольные жидкости.
17. Запрещается наливать холодную воду, масло, пиво, квас, воду из бассейна на каменку печи.
18. Запрещается находиться в помещении парной более 6 человек одновременно.
19. Запрещается самостоятельно регулировать уровень и температуру в бане.
20. Запрещается посещать сауну/баню в обнаженном виде.
21. Запрещается красить волосы, бриться, стричься.
22. Каждый посетитель несет личную ответственность за состояние своего здоровья и за здоровье находящихся с ним детей во время посещения бани/сауны. За травмы и несчастные случаи, связанные с нарушением правил пользования сауной, администрация ответственности не несет.
23. За жизнь и здоровье несовершеннолетних детей, посещающих сауну после групповых занятий в бассейне, несет ответственность тренер.

**Правила пожарной безопасности при посещении спортивных объектов**  
Лечебно-оздоровительного центра ЗАО «Санаторий «Ерино»

1. При посещении спортивных объектов далее (учреждение) запрещается:
  - курить на территории учреждения.
  - разводить костры на территории учреждения.
  - приносить и использовать на территории учреждения пиротехнические изделия, а также иные вещества, способные вызвать возгорание.
  - пользоваться неисправными и самодельными электроприборами.
2. Действия при обнаружении пожара.
  - в каждом случае появления дыма, запаха гари, очагов горения НЕМЕДЛЕННО сообщить администратору на стойке рецепции или любому работнику учреждения и вызывать пожарную помощь по телефону 01.
  - принять меры к эвакуации людей, которым угрожает опасность.
  - приступить к тушению огня с помощью огнетушителей, внутренних пожарных кранов и других средств.
3. При вызове пожарной помощи необходимо кратко сообщить, что горит и точный адрес места пожара.
4. Встретить прибывшие пожарные автомашины и показать пожарным ближайший путь к очагу горения.

Возмещение ущерба, причинённого имуществу  
Лечебно-оздоровительного центра ЗАО «Санаторий «Ерино»

(приказ № \_ от \_\_\_\_\_)

1. Утеря абонемента – 400 руб.
2. Утеря, поломка ключа от шкафчика раздевалки – 1000 руб.
3. Курение на территории ЛОЦ – 1000 руб. за каждый выявленный факт.
4. Наличие посторонних предметов в акватории бассейна – 1000 руб.
5. Повреждение прочего оборудования и предметов интерьера взимается денежная сумма на основании Акта о причиненном ущербе с указанием оценочной стоимости поврежденного имущества.