

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДВОРЕЦ СПОРТА «НАДЕЖДА» ГОРОДА ЧЕЛЯБИНСКА

ПРИКАЗ

14.02. 2026

№ 9

г. Челябинск

Об утверждении правил посещения тренажерного зала в МБУ ДС «Надежда» г. Челябинска

В целях осуществления комплекса организационных и профилактических мер по предотвращению диверсионно - террористических актов, установления надлежащего порядка работы и создания безопасных условий для посетителей и сотрудников МБУ ДС «Надежда» г. Челябинска, а также исключения возможности проникновения посторонних лиц, иных нарушений общественного порядка

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить правила посещения тренажерного зала в МБУ ДС «Надежда» г. Челябинска с 01.03.2026 г.
2. Контроль за исполнением настоящего приказа оставляю за собой.

Приложение: Правила поведения посетителей в МБУ ДС «Надежда» г. Челябинска на 3 стр. в 1 экз.

Директор


Д. В. Ефремов

Администратор


И.С. Лукиных

«14» 02 2026

Администратор


С.Н. Горячева

«14» 02 2026



**ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ
ТРЕНАЖЕРНОГО ЗАЛА
ДВОРЦА СПОРТА «НАДЕЖДА» ГОРОДА ЧЕЛЯБИНСКА**

1. Общие положения.

- 1.1. Настоящие Правила посещения тренажерного зала (далее по тексту - Правила) разработаны с целью создания безопасных и комфортных условий для тренировок.
- 1.2. Правила обязательны для всех посетителей тренажерного зала. В случае нарушения настоящих Правил администрация Учреждения оставляет за собой право на досрочное прекращение Абонементов.
- 1.3. С действующими Правилами можно ознакомиться на специально отведенных местах.
- 1.4. В случае необходимости Правила могут быть пересмотрены или дополнены. Информация об изменениях должна быть размещена на сайте за пять календарных дней до даты вступления данных изменений в силу. Через пять дней после размещения изменения вступают в силу, и новая редакция является обязательной для соблюдения. Предыдущая редакция Правил с этого же дня считается утратившей силу.

2. Правила посещения тренажерного зала.

- 2.1. Пропуском в тренажерный зал является Абонемент или кассовый чек на оплату разового посещения занятий.
- 2.2. Клиент обязан оплатить Абонемент или разовое посещение занятий в соответствии с действующим Прейскурантом.
- 2.3. Абонемент выдается администратором после оплаты и предъявляется при каждом посещении тренажерного зала.
- 2.4. Кассовый чек после оплаты разового занятия предъявляется администратору.
- 2.5. Абонемент является персональным (именным).
- 2.6. Каждое посещение тренажерного зала фиксируется администратором в журнале учета посещаемости.
- 2.7. В соответствии с видом Абонемента могут предоставляться следующие услуги:
 1. по Абонементу в тренажерный зал на 8 занятий в месяц;
 2. по Абонементу в тренажерный зал на 12 занятий в 1,5 месяца;
- 2.8. Оплата Абонемента принимается в наличной и безналичной форме в рублях согласно Прейскуранту.
- 2.9. Активация Абонемента происходит в течение суток с даты продажи.
- 2.10. Абонементы на 8 занятий действуют в течение месяца с момента активации.
- 2.11. Абонемент на 12 занятий действует в течение 45 дней с момента активации.
- 2.12. Стоимость неиспользованных занятий не возмещается, при этом пропущенные по уважительным причинам (болезни, травме и др.) занятия могут быть использованы при предъявлении копии документа, подтверждающего факт отсутствия. Абонемент может быть продлен не более одного раза.
- 2.13. Администрация Учреждения имеет право в случае нарушения Клиентом настоящих Правил предупредить Клиента и запретить ему посещать тренажерный зал без финансовой компенсации при двухкратном грубом нарушении настоящих Правил.
- 2.14. Предоставляя услуги тренажерного зала Учреждение руководствуется тем, что Клиент не имеет противопоказаний для занятий физической культурой.
- 2.15. Клиент несет персональную ответственность за своё здоровье и медицинского обеспечение.

3. Правила техники безопасности при занятиях в тренажерном зале.

- 3.1. Приступать к занятиям в тренажерном зале можно только после ознакомления с настоящими правилами техники безопасности.

- 3.2. К самостоятельным занятиям в тренажерном зале допускаются лица, достигшие 14-летнего возраста.
- 3.3. Дети с 10 до 14 лет могут посещать тренажерный зал только в сопровождении родителей или доверенных лиц семьи не моложе 18 лет, с оплатой билета \ абонеента на каждого посетителя.
- 3.4. Дети, не достигшие 10-лет, не допускаются в тренажерный зал, даже в сопровождении родителей.
- 3.5. Занятия в тренажерном зале разрешены только в чистой спортивной обуви, рекомендуется использовать удобную закрытую обувь с резиновой и нескользящей подошвой. Запрещается использовать обувь на высоких каблуках, с кожаной подошвой, с шипами, тренироваться босиком или в открытой обуви.
- 3.6. Рекомендуется снять с себя предметы, представляющие опасность при занятиях в тренажерном зале (часы, висячие серьги и т.п.), убрать из карманов колпачки и другие посторонние предметы.
- 3.7. Перед началом занятий на тренажере под руководством дежурного по тренажерному залу проверить исправность и надежность установки и крепления тренажера.
- 3.8. В отсутствие дежурного по тренажерному залу посетители в зал не допускаются.
- 3.9. При выполнении упражнений со штангой необходимо использовать замки безопасности. Выполнение базовых упражнений (жим лежа, приседания со штангой) необходимо производить при страховке со стороны партнера либо дежурного по тренажерному залу.
- 3.10. Выполнение упражнений с отягощением или весами, близкими к максимальным для данного занимающегося, разрешается только при непосредственной страховке опытным партнером или дежурным по тренажерному залу.
- 3.11. С отягощениями, штангами, гантелями следует обращаться предельно аккуратно. Все упражнения должны выполняться плавно, без рывков.
- 3.12. Запрещается брать блины, гантели, грифы штанги влажными или потными руками. Это может привести к выскальзыванию отягощения из рук и его падению.
- 3.13. Не допускается перегрузка тренажерных устройств сверх нормы дополнительным навешиванием грузов.
- 3.14. Передвигаться по залу необходимо не торопясь, не заходя в рабочую зону других занимающихся. Запрещается бегать, прыгать, либо отвлекать внимание занимающихся иными способами.
- 3.15. Запрещается работа на неисправных тренажерах. В случае обнаружения неисправностей (надрыв троса, механические повреждения) необходимо сообщить об этом дежурному по тренажерному залу.
- 3.16. При выполнении базовых упражнений (становая тяга, приседания и т.д.) необходимо пользоваться атлетическим поясом.
- 3.17. После выполнения упражнений занимающийся обязан убрать используемое им спортивное оборудование (блины, гантели, штанги, инвентарь и т.д.) на специально отведенные места.
- 3.18. 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 дежурному по тренажерному залу.
- 3.19. Запрещается прикасаться к движущимся частям блочных устройств.
- 3.20. Упражнения со свободными весами необходимо выполнять на расстоянии не менее 1,5-2 метров от стекла и зеркал.
- 3.21. Запрещается ставить бутылки с водой на тренажеры, подключенные к электросети.
- 3.22. Необходимо следить, чтобы длинные и свободные детали одежды, шнурки, полотенца не попадали на движущиеся части тренажеров.
- 3.23. 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.

- 3.24. В тренажерном зале не разрешается заниматься с обнаженным торсом.
- 3.25. Во время тренировок необходимо обязательно использовать полотенца.
- 3.26. Прием и хранение пищи в зонах, предназначенных для тренировок, запрещен.
- 3.27. Запрещается самостоятельно регулировать систему кондиционирования и вентиляции зала, громкость трансляции и подбор музыкального сопровождения.
- 3.28. При поломке или порче спортивного инвентаря необходимо прекратить занятия и сообщить об этом дежурному по тренажерному залу. Занятия продолжать только после устранения неисправностей или замены спортивного оборудования (инвентаря).

4. Правила поведения на территории дворца спорта «Надежда».

- 4.1. Посетители должны покидать Учреждение не позднее установленного времени закрытия.
- 4.2. Дирекция Учреждения не несет ответственности за оставленные в раздевалках, гардеробе и на тренировочных территориях вещи.
- 4.3. В случае порчи инвентаря и имущества Учреждения, посетитель обязан возместить причиненный ущерб в соответствии с нормами ГК РФ.
- 4.4. На территории Учреждения категорически запрещается курение, ношение и хранение любого оружия, употребление спиртных напитков и наркотиков.
- 4.5. На территории Учреждения запрещается распространение и продажа наркотиков, неразрешенных к применению медикаментов, спиртных напитков.
- 4.6. Запрещается входить в служебные и технические помещения, самостоятельно регулировать любое инженерно-техническое оборудование.
- 4.7. На территории дворца спорта следует соблюдать правила поведения. Запрещается громко и агрессивно разговаривать, использовать ненормативную лексику. Любые публичные акции, несогласованные с администрацией Учреждения, запрещены.
- 4.8. При возникновении пожара необходимо немедленно прервать занятия и покинуть помещения, следуя к эвакуационному выходу в соответствии с планом эвакуации.
- 4.9. В целях безопасности на территории Учреждения ведется видеонаблюдение.