

ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ ФИТНЕС-КЛУБА «DAVINCI GYM»

РАЗДЕЛ I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ О ФИТНЕС-КЛУБЕ

- Полное наименование юридического лица – Общество с ограниченной ответственностью «Давинчи Джим», сокращенное наименование – ООО «Давинчи Джим», ОГРН 1197746125389, ИНН 7733336558.

- Юридический и почтовый адрес: 125373, г. Москва, бульвар Яна Райниса, д. 43, к. 1, эт. 2, пом. II, комн. 4, офис 1/6Д, телефон / факс +7 (495) 233 54 54, сайт в информационно-телекоммуникационной сети Интернет <http://davincigym.com/>, адрес электронной почты: info@davincigym.com.

- Основные термины, применяемые в тексте настоящих Правил, и их значения:

- Член клуба (Член Фитнес-клуба, Заказчик) – физическое или юридическое лицо, с которым Фитнес-клуб заключил Контракт;

- Фитнес-клуб (Клуб, Общество, Исполнитель) – Общество с ограниченной ответственностью «Давинчи Джим» в лице генерального директора Богдановой Дарьи Андреевны, действующей на основании Устава Общества;

- Администрация – руководство Фитнес-клуба, в том числе генеральный директор Общества Богданова Дарья Андреевна, а также управляющий Фитнес-клуба Сидоров Сергей Александрович.

- Настоящие правила посещения Фитнес-клуба DAVINCI GYM (далее по тексту – Правила) являются обязательными для всех посетителей, вне зависимости от возраста и состояния здоровья. Правила посещения Клуба размещены на информационном стенде около стойки Ресепшн, а также на официальном сайте Фитнес-клуба в информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Приобретение в Фитнес-клубе разового посещения, абонеента, клубной карты считается заключением договора на приобретение услуг на условиях, определенных настоящими Правилами, если иное не предусмотрено условиями заключенного с Членом клуба контракта. Посетитель обязан ознакомиться с настоящими Правилами и соблюдать их во время пребывания в Клубе и пользования его услугами.

- Приобретение услуг Клуба является подтверждением факта ознакомления посетителя с настоящими Правилами и принятия на себя обязательства по их соблюдению.

- Все виды абонементов, клубных карт и подарочных сертификатов имеют временное ограничение и действуют в пределах указанного в них срока оплаченной услуги, и действуют в пределах указанного в них срока.

- По истечении срока действия абонеента услуги не предоставляются, их стоимость не возвращается. В случае полного

прекращения предоставления оплаченной услуги, вызванного необходимостью устранения технических неполадок, препятствующих посетителю пользоваться приобретенной услугой, проведением массовых мероприятий, соревнований Администрация Клуба вправе продлить действие абонементов.

- Клуб открыт для посещения ежедневно, кроме 1 января, с 6:00 до 24:00 по будням и с 8:00 до 23:00 по выходным и нерабочим праздничным дням. Администрация вправе в необходимых случаях и с соблюдением требований, установленных настоящими Правилами, изменять вышеуказанные часы работы Клуба. Доступ Членам клуба для занятий возможен не менее чем за тридцать минут до окончания времени посещения, предусмотренного условиями соответствующего Контракта. Тренировочные зоны заканчивают работу за пятнадцать минут до закрытия Клуба. Администрация вправе устанавливать и применять к лицам, нарушающим сроки пользования услугами Клуба, штрафные санкции в соответствии с прейскурантом Клуба.

- Любые претензии, отзывы, замечания и предложения по работе Клуба должны подаваться Администрации в письменной форме путем направления почтовым отправлением или передачей дежурному администратору на стойке ресепшн. Для максимально эффективной обработки обращений Членам клуба рекомендуется использовать специальные формы, имеющиеся у дежурного администратора на стойке ресепшн.

- Условием допуска Членов клуба к занятиям является строгое соблюдение ими требований настоящих Правил, а также утвержденных Администрацией Правил техники безопасности при занятиях в Клубе, правил техники безопасности для отдельных тренажеров, другого оборудования и отдельных тренировочных зон, общепринятых правил гигиены и других норм и правил поведения.

- Приложение № 1 – Перечень медицинских противопоказаний к занятиям в Клубе (далее по тексту – Перечень противопоказаний) является неотъемлемой частью настоящих Правил.

РАЗДЕЛ II. УСЛУГИ КЛУБА

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ. ОСНОВНЫЕ И ВСПОМОГАТЕЛЬНЫЕ УСЛУГИ

- Порядок оказания Клубом услуг Членам клуба определяется настоящими Правилами, принятыми в соответствии с ними иными документами Клуба (включая (но не ограничиваясь) правила техники безопасности, прейскурант Клуба и т.п.) и распоряжениями Администрации, а также условиями заключенных Контрактов.

- Услуги Клуба считаются оказанными надлежащим образом при условии непоступления в адрес Администрации замечаний по ним от Члена клуба или уполномоченного им лица до окончания работы Клуба в день их оказания.

- Основные и вспомогательные услуги:
- Основные услуги (фитнес-услуги) Клуба включают в себя: услуги тренажерного зала, кардиостудии, групповые занятия по расписанию Клуба. Конкретный набор и объем услуг, предоставляемых данному Члену клуба, определяется соответствующим Контрактом. С полным актуальным перечнем услуг Клуба можно ознакомиться у дежурного администратора на стойке ресепшн.
- Помимо основных услуг в комплексы услуг по соответствующим Контрактам входят вспомогательные услуги: Клуб предоставляет каждому Члену клуба индивидуальное полотенце на период занятия, а также право пользования банями, душевыми и детской комнатой (не более 2-х часов). Перечень предоставляемых вспомогательных услуг может различаться в зависимости от вида (типа) Контракта и (или) клубного членства.
- Условиями заключённого Контракта может быть предусмотрено ограничение для Члена Клуба количества посещений им Клуба с целью получения Услуг в течение срока действия его Карты / клубного браслета. При этом в общем случае при досрочном расторжении (прекращении) Контракта расчет возвращаемой суммы производится следующим образом: из стоимости услуг по Контракту вычитается стоимость Услуг, фактически оказанных Фитнес-клубом Члену Клуба до даты расторжения Контракта. При этом стоимость фактически оказанных услуг определяется путем деления цены Контракта на количество календарных дней срока действия Контракта (из расчета 1 месяц равен 30 календарным дням, вне зависимости от фактического количества календарных дней в соответствующем месяце) и умножения полученного результата на количество календарных дней, приходящееся на дату расторжения Контракта начиная с даты его заключения.

2. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ УСЛУГИ

- Услуги Клуба, не входящие в комплекс основных и вспомогательных услуг по соответствующему Контракту, являются дополнительными. Дополнительные услуги оказываются Членам клуба при условии их предварительной оплаты по ценам (тарифам) в соответствии с действующим прейскурантом Клуба. Основанием для оказания дополнительных услуг Члену клуба является выданный ему кассовый чек с перечнем подлежащих оказанию дополнительных услуг.
- Клуб вправе утверждать перечень дополнительных услуг, которые могут быть оказаны только в рамках отдельных типов Контрактов.
- Отдельные виды дополнительных услуг могут оказываться Клубом не ежедневно и (или) только в определенный период времени в течение дня – согласно установленному Клубом расписанию на соответствующий день, с которым Члены клуба могут ознакомиться у дежурного администратора у стойки ресепшн.

3. СТОИМОСТЬ И ПОРЯДОК ОПЛАТЫ УСЛУГ КЛУБА

- Стоимость основных и вспомогательных, а также дополнительных услуг Фитнес-клуба определяется преискурантом Клуба, утверждаемым Администрацией.

- Описание утвержденных Клубом и открытых к заключению (продаже) типов Контрактов (видов Карт), включая комплекс услуг и срок действия каждого типа Контракта (вида Карты), а также преискурант Клуба доводится до сведения Членов клуба посредством размещения на стойке ресепшн, на официальном сайте Клуба в информационно-телекоммуникационной сети Интернет либо в ином порядке, предусмотренном в настоящих Правилах.

- Оплата услуг Клуба может производиться в кассу Клуба наличными денежными средствами или с помощью платежной банковской карты либо на расчетный счет Клуба безналичными денежными средствами.

- Во всех случаях расчетов через кассу Клуба плательщику выдается кассовый чек.

- В случае безналичных расчетов банковские реквизиты Клуба могут быть получены на стойке ресепшн. Оплата услуг Клуба, произведенная в безналичном порядке, должна быть подтверждена копией платежного документа с отметкой банка «исполнено» либо «проведено» (представляется дежурному администратору ресепшн).

- В случае невозможности оказания услуг по вине Члена клуба (включая (но не ограничиваясь) прекращение посещений Клуба без письменного заявления о приостановке действия Контракта («заморозке» – в случае, если такая опция предусмотрена соответствующим Контрактом) либо без письменного заявления об одностороннем отказе от исполнения Контракта), соответствующие услуги подлежат оплате в полном объеме в соответствии с пунктом 2 статьи 781 Гражданского кодекса РФ. Стоимость услуг Клуба по Контракту (стоимость Карты) за период времени, в течение которого оказание услуг было невозможным по вине Члена Клуба, возврату не подлежит.

РАЗДЕЛ III. КОНТРАКТЫ. КЛУБНАЯ КАРТА

1. КОНТРАКТЫ

- Контракты на пользование услугами Клуба могут быть заключены:
- Совершеннолетними физическими лицами от своего имени и в своих интересах либо в пользу другого совершеннолетнего физического лица;

- Несовершеннолетними физическими лицами в возрасте от 14 до 18 лет от своего имени и в своих интересах с письменного согласия их родителей или законных представителей;

- Родителями или другими законными представителями несовершеннолетнего физического лица в возрасте до 14 лет включительно от его имени и в его интересах;

- Юридическим лицом или индивидуальным предпринимателем в интересах своих работников (корпоративный контракт).

- Контракт заключается в письменной форме в двух экземплярах, один из которых выдается на руки Члену Клуба, а второй хранится в Клубе, и дает право Члену Клуба на получение указанного в нем комплекса услуг в течение всего срока его действия.

- Начало течения срока оказания Фитнес-клубом услуг совпадает с датой заключения соответствующего Контракта, если иное специально не оговорено в Контракте. Вне зависимости от фактической даты активации клубного браслета, датой активации признается дата заключения Контракта, если иное также специально не оговорено в заключаемом с Членом клуба Контракте. Исключение составляют случаи заключения Контракта ранее дня официального первичного открытия Клуба для занятий (дня открытия Клуба), когда вне зависимости от условий, указанных в тексте Контракта, он вступает в силу в день открытия Клуба. В случае указания Членом Клуба при заключении Контракта своего номера мобильного телефона и/или адреса электронной почты и изъявления им желания получать от Клуба информацию, он должен быть заблаговременно извещён о дне открытия Клуба соответствующим способом. Администрация обязана в любом случае заблаговременно разместить информацию о дне открытия Клуба на официальном веб-сайте Клуба или в аккаунтах Клуба в социальных сетях. Член Клуба единолично несёт риск неознакомления с данной информацией и, соответственно, непосещения Клуба по этой причине после вступления Контракта в силу.

- Заключенный Контракт в течение срока его действия может быть переоформлен на другое лицо на тех же условиях при условии подачи Членом клуба в адрес Администрации соответствующего письменного заявления и оплаты расходов Клуба в соответствии с прейскурантом Фитнес-клуба и пунктом 34 настоящих Правил.

2. КЛУБНАЯ КАРТА

- При оформлении Контракта Клуб бесплатно производит фотографирование Члена Клуба для целей его визуальной идентификации при проходе в Клуб без необходимости предъявления документа, удостоверяющего личность.

- Вход в Клуб осуществляется только по предъявлению Клубного браслета (при его отсутствии – контракта).

- Выпущенный браслет является собственностью Клуба и предоставляется Члену Клуба в пользование на период срока действия заключенного с ним Контракта. Член Клуба обязан обеспечить сохранность браслета. По истечении срока действия Контракта или с даты его досрочного расторжения (прекращения) браслет блокируется Клубом.

- При утрате или повреждении браслета Членом клуба, Администрация по его заявлению предоставляет дубликат браслета после

возмещения Членом клуба ущерба, причиненного имуществу Клуба, а равно компенсации Членом клуба полной стоимости браслета (вне зависимости от того, был браслет поврежден либо утрачен) в соответствии с действующим на момент выдачи дубликата браслета преysкурантом Клуба. Запасной браслет (дубликат браслета) выдается Члену клуба по предъявлении им паспорта либо иного документа, удостоверяющего личность.

- В связи с персональным характером членства в Клубе запрещается передавать браслет третьим лицам. При нарушении данного запрета третьему лицу отказывается в доступе в Клуб, а браслет изымается. Возврат браслета Члену клуба возможен только после выплаты им штрафа за неправомерное распоряжение имуществом Клуба. Повторное нарушение Членом клуба запрета на передачу браслета третьим лицам рассматривается как грубое нарушение настоящих Правил и является основанием для одностороннего отказа Клуба от соответствующего Контракта.

- В случае подачи Членом клуба заявления о переоформлении его Контракта на другое лицо в соответствии с пунктом 28 настоящих Правил, его браслет прекращает свое действие и изымается, а браслет на имя нового Члена клуба по тому же Контракту начинает действовать с момента оплаты расходов Клуба по его выпуску и (если применимо) иных расходов, предусмотренных пунктом 28 Правил. Такая оплата подтверждается кассовым чеком с указанием на перевыпуск браслета в связи с заменой стороны Контракта.

- В случае, если Член клуба не имеет при себе браслета, его проход в Клуб возможен по паспорту или иному документу, удостоверяющему личность. Такой документ должен быть предъявлен дежурному администратору на стойке ресепшн. При этом время начала и окончания занятий в Клубе, факт выдачи и возврата временного ключа от шкафчика дежурный администратор фиксирует в электронной базе Клуба вручную. Аналогичным образом осуществляется проход в Клуб после заключения Контракта до момента получения браслета – с одновременным предъявлением Контракта.

РАЗДЕЛ IV. ПРАВА И ОБЯЗАННОСТИ КЛУБА И ПОСЕТИТЕЛЕЙ

1. ПРАВА И ОБЯЗАННОСТИ КЛУБА

- Администрация вправе без предоставления Члену клуба каких-либо компенсаций изменить график работы Клуба либо отдельных зон Клуба, расписание групповых занятий, заменить тренера групповых занятий тренером той же квалификационной категории, временно приостановить работу Клуба или отдельных тренировочных зон для проведения санитарных, ремонтных, профилактических и иных мероприятий при условии предварительного размещения информации о предстоящих изменениях на стойке Ресепшн, на официальном сайте либо в аккаунтах Фитнес-клуба в социальных сетях.

- Администрация вправе в любое время по своему усмотрению

изменять условия открытых к заключению Контрактов (включая срок их действия, время оказания и объем оказываемых услуг), а также преискурант Клуба. Такие изменения не распространяются на действующие Контракты, за исключением изменений преискуранта Клуба в части, не связанной со стоимостью Контрактов. Об изменениях преискуранта Клуб обязан извещать Членов клуба в порядке, предусмотренном пунктом 40 (5) настоящих Правил.

- Клуб вправе оказывать услуги Членам клуба лично либо с привлечением третьих лиц. Все расчеты с третьими лицами за оказание ими Членам клуба фитнес-услуг, вспомогательных и дополнительных услуг Клуб осуществляет самостоятельно. Данное правило не распространяется на услуги третьих лиц, которые они оказывают от своего имени Членам клуба на территории Клуба.

- Клуб не несет ответственности за возникающие технические неудобства в процессе прохода на территорию Клуба и пользования услугами Клуба в связи с проведением эксплуатирующими организациями сезонных профилактических и ремонтно-строительных работ.

- Клуб обязан доводить до сведения Членов клуба информацию об оказываемых услугах и иную информацию, предусмотренную настоящими Правилами, нижеследующими способами:

- Информация о пропускном режиме размещается при входе в Клуб;
- Настоящие Правила в полном объеме доступны для ознакомления на стойке ресепшн у дежурного администратора, а также на официальном веб-сайте Клуба, адрес которого указан в пункте 2 настоящих Правил;

- Выдержки из настоящих Правил, включая Перечень противопоказаний и Правила техники безопасности при занятиях в Клубе, доступны для ознакомления на Информационном стенде у стойки ресепшн;

- Правила техники безопасности для отдельных тренажеров и другого оборудования, а также для отдельных тренировочных зон (групповые программы, скалодром) размещены в соответствующей тренировочной зоне;

- Преискурант Клуба и утвержденные Администрацией меры ответственности за нарушение настоящих Правил доступны для ознакомления на Информационном стенде у стойки ресепшн;

- Описание существенных условий открытых к заключению (продаже) Контрактов доступно для ознакомления у менеджера отдела по работе с клиентами;

- Другая информация об услугах Клуба доступна для ознакомления на Информационном стенде либо у дежурного администратора ресепшн;

- Сведения об услугах Клуба могут также доводиться до сведения Членов клуба при помощи смс-сообщений, по электронной почте, путем размещения на официальном сайте Фитнес-клуба или в его аккаунтах в социальных сетях;

- В соответствующих пунктах настоящих Правил могут быть приведены и иные случаи и способы предоставления Клубом информации.

2. ПРАВА И ОБЯЗАННОСТИ ЧЛЕНА КЛУБА

- В процессе оказания услуг в соответствии с настоящими Правилами, иными внутренними документами Клуба, условиями заключенных Контрактов и правилами проведения соответствующих мероприятий Членам клуба предоставляются следующие права: на пользование тренировочными зонами, раздевалками, иными помещениями (кроме служебных), оборудованием и инвентарем Клуба; на обращение за консультациями и помощью к инструктору в зале (тренировочной зоне); на посещение групповых программ по расписанию (кроме платных мини групп); на посещение специальных мероприятий Клуба.

- Член Клуба, заключивший с Клубом Контракт, при условии соблюдения настоящих Правил, вправе ежедневно в течение срока, предусмотренного его Контрактом, на протяжении всего дня или части дня работы Клуба (в зависимости от условий его контракта) пользоваться фитнес услугами и вспомогательными услугами Клуба в объеме, определенном данным Контрактом, а также дополнительными услугами.

- До начала оформления Контракта Администрация предоставляет будущему Члену клуба возможность ознакомиться с настоящими Правилами и Правилами техники безопасности при занятиях в Клубе. Своей подписью в Контракте Член Клуба удостоверяет факт своего ознакомления с Правилами, подтверждает свое обязательство их соблюдать и отсутствие у него медицинских противопоказаний для занятий в Клубе на момент подписания им контракта.

- Член Клуба приобретает право пользования услугами Клуба с момента вступления его Контракта в силу.

- При возникновении обстоятельств, временно препятствующих занятиям в Клубе, Член Клуба имеет право без дополнительной оплаты приостановить действие Контракта на срок, предусмотренный Контрактом, подав дежурному администратору ресепшн письменное заявление с указанием периода приостановки, который не может превышать срок, в течение которого действовали обстоятельства, препятствующие занятиям в Клубе. Такое заявление может быть подано не позднее двух дней с даты возникновения вышеуказанных обстоятельств. При этом в качестве даты начала периода приостановки будет считаться дата подачи заявления, при этом датой окончания периода приостановки будет считаться соответствующая дата, указанная в заявлении. Указанное в настоящем пункте право Члена клуба на приостановление действия Контракта не распространяется на случаи, прямо предусмотренные настоящими Правилами, в том числе (но не ограничиваясь) если такая невозможность занятий возникла не по вине Клуба либо в связи с проведением сезонных профилактических и (или) ремонтно-строительных работ.

- При получении указанного заявления Администрация приостанавливает действие соответствующего Контракта (за исключением

случаев, предусмотренных настоящими Правилами); после даты окончания периода приостановки, указанной в заявлении, либо после устранения обстоятельств, препятствовавших занятиям в Клубе (если срок приостановки, указанный в заявлении, оказался дольше срока действия названных обстоятельств), Контракт автоматически возобновляет свое действие, дополнительного заявления Члена клуба не требуется.

- Если у Члена Клуба имеется необходимость приостановки членства в Клубе на срок, больший по сравнению с предусмотренным его Контрактом, либо если предусмотренные Контрактом возможности по приостановке членства исчерпаны, Член Клуба вправе воспользоваться дополнительной услугой по платной приостановке членства в Клубе, оплатив ее по расценкам, установленным преискурантом Клуба.

- По заявлению Члена Клуба с приложением медицинской справки о беременности Администрация приостанавливает действие соответствующего Контракта на срок до 3 (трех) месяцев (конкретные даты согласовываются с Членом Клуба). Такая приостановка не является приостановкой членства в Клубе в смысле пункта 45 настоящих Правил и производится независимо от срока приостановки, предусмотренной соответствующим Контрактом.

- В отсутствие заявления Члена клуба о приостановке действия его Контракта невозможность для него пользоваться услугами Клуба считается возникшей по вине Члена клуба, и в этом случае стоимость услуг по Контракту за время непосещения Фитнес-клуба возврату не подлежит в соответствии с пунктом 2 статьи 781 Гражданского Кодекса РФ.

- Отказ Члена клуба от исполнения Контракта с Клубом должен быть оформлен письменным заявлением на имя Администрации, подаваемым дежурному администратору ресепшн не позднее дня, с которого Член клуба намерен прекратить пользование услугами Клуба (отказаться от исполнения Контракта). Порядок расчетов в случае такого одностороннего отказа с учетом требований действующего законодательства и положений настоящих Правил устанавливается Администрацией.

- Совершеннолетний Член Клуба имеет право приглашать для пользования услугами Клуба гостей: без оплаты – в количестве и с периодичностью, предусмотренных условиями его Контракта, за плату – в порядке, предусмотренном настоящими Правилами для дополнительных услуг. Гостем Члена Клуба может быть как совершеннолетнее, так и несовершеннолетнее лицо. Одним гостевым визитом для целей регламентации их количества в рамках заключённых Контрактов является один визит одного лица.

- При входе в Клуб гость Члена Клуба обязан предъявить паспорт или иной документ, удостоверяющий личность. В случае если гостем Члена Клуба является несовершеннолетнее лицо, оно допускается в Клуб при предъявлении документа, удостоверяющего личность, родителем либо законным представителем такого несовершеннолетнего лица.

- Гость Члена Клуба имеет право воспользоваться услугами Клуба в

том же объеме, что и пригласивший его Член Клуба по условиям своего Контракта. При этом право пользования услугой персонального тренинга определяется согласно Контракту Члена Клуба, пригласившего такого гостя, а возможность посещения групповых программ, соответствующих возрасту несовершеннолетнего лица, может быть предоставлена только при условии наличия свободных мест в соответствующей группе.

- Гостевой визит может продолжаться в течение одного дня или части одного дня работы Клуба – в зависимости от условий Контракта Члена Клуба и ограничивается временем нахождения Члена Клуба в Клубе. Время и продолжительность гостевого визита ребенка дополнительно ограничены временем работы Детского Клуба.

- При намерении гостя Члена Клуба воспользоваться дополнительными услугами Клуба таковые предоставляются ему за плату по прейскуранту Клуба на тех же условиях, что и Члену Клуба, гостем которого он является.

- Во время нахождения в Клубе гость Члена Клуба обязан неукоснительно соблюдать настоящие Правила.

- Член Клуба несет солидарную ответственность за соблюдение его гостями настоящих Правил, а также за вред, причиненный Клубу и/или иным лицам на территории Клуба – требование о возмещении вреда может быть предъявлено как к гостю Члена Клуба, так и к самому Члену Клуба в полном объеме.

- В течение периода, начинающегося за 30 (тридцать) дней до окончания срока действия соответствующего Контракта и заканчивающегося через 30 (тридцать) дней после окончания срока его действия, Клуб предоставляет Члену Клуба, являющемуся стороной данного Контракта, право на заключение Контракта на новый срок со скидкой по оплате услуг Клуба, размер которой устанавливается Администрацией и может изменяться по ее единоличному усмотрению.

РАЗДЕЛ V. ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ В КЛУБЕ

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

- Проход Посетителей на территорию Клуба возможен при условии наличия браслета или (при отсутствии браслета) предъявления дежурному администратору на стойке ресепшн паспорта либо иного документа, удостоверяющего личность, и Контракта. При отсутствии браслета посетитель также по требованию дежурного администратора обязан предъявить документ, подтверждающий оплату по заключенному Контракту.

- Запрещается проносить и употреблять на территории Клуба спиртные напитки, наркотические средства и иные препараты, запрещенные к свободному обороту на территории Российской Федерации, находиться на территории Клуба в состоянии алкогольного, наркотического

или иного токсического опьянения. Член клуба может быть не допущен в Клуб, а находящемуся в Клубе Члену клуба может быть предложено его покинуть, если у дежурного администратора ресепшн или иного уполномоченного должностного лица Клуба будут разумные основания полагать, что он находится в состоянии алкогольного, наркотического или иного токсического опьянения. В случае отрицания Членом клуба факта алкогольного, наркотического или иного токсического опьянения и (или) отказа Члена клуба покинуть Клуб, дежурный администратор или иное уполномоченное лицо Клуба вправе обратиться в правоохранительные органы относительно нахождения Члена клуба в состоянии опьянения для принятия соответствующих мер реагирования.

- Запрещается проносить на территорию Клуба огнестрельное и холодное оружие. При возникновении подозрений в нарушении Членом клуба этого правила Администрация вправе предложить Члену клуба провести совместный осмотр личных вещей для удостоверения факта отсутствия оружия. В случае отказа дежурный администратор либо иное уполномоченное лицо вправе отказать такому Члену клуба в доступе на территорию Клуба, а также обратиться в правоохранительные органы относительно попытки проноса в Клуб оружия для принятия соответствующих мер реагирования.

- Член клуба не должен причинять беспокойство другим Членам клуба или нарушать общественный порядок.

- В тренировочные зоны Клуба не допускаются лица в верхней одежде и уличной обуви. Проход посетителей в тренировочные или иные внутренние зоны Клуба в целях его презентации допускается исключительно в сопровождении работника Клуба. Такие посетители обязаны сдать в гардеробе Клуба верхнюю одежду и надеть бахилы поверх уличной обуви.

- Членам клуба запрещается без специального в каждом случае разрешения Администрации осуществлять видео- и фотосъемку на территории Клуба, размещать на территории Клуба любые рекламные материалы, проводить любые рекламные, PR-акции и заниматься иной коммерческой деятельностью. Указанные действия рассматриваются как грубое нарушение настоящих Правил и является основанием для одностороннего отказа Клуба от соответствующего Контракта.

- Членам клуба запрещается самостоятельно настраивать музыкальную и другую аппаратуру Клуба.

- Члены клуба обязаны соблюдать общепринятые правила гигиены, а также предписания и ограничения, установленные лечащим врачом.

- Курение в любых помещениях Клуба запрещается.

- Для тренировок в Клубе необходимо переодеться в спортивную одежду и спортивную обувь. Указанная одежда и обувь не должна стеснять движения и обеспечивать максимально комфортный тренировочный процесс.

- При входе в любую тренировочную зону Членам клуба следует ознакомиться с выдержками из настоящих Правил, правилами техники

безопасности и перечнем медицинских противопоказаний к занятиям в Клубе, размещенными в соответствующих тренировочных зонах. Членам клуба необходимо соблюдать правила техники безопасности и общепринятые правила личной гигиены и воздерживаться от занятий при наличии медицинских противопоказаний.

- При обнаружении неисправности спортивного и другого оборудования или инвентаря Члену клуба следует незамедлительно прекратить пользоваться им и сообщить об этом инструктору в зале или Администрации.

- Во время проведения клубных мероприятий и по иным уважительным причинам доступ в зону, предназначенную для тренировок, может быть ограничен.

- Члены Клуба и их гости при персональном тренинге вправе пользоваться только услугами инструкторов Клуба; проведение персональных тренировок Членами Клуба и их гостями либо тренировок с личным инструктором не из числа инструкторов Клуба не допускается.

- Членам клуба запрещается принимать пищу в тренировочных зонах и в раздевалках Клуба. Исключение составляют напитки в закрывающихся, небьющихся емкостях и прочее спортивное питание.

- За исключением случаев, когда Фитнес-клуб предоставляет Члену клуба услугу по хранению ценных вещей в специальной сейфовой ячейке, Клуб не отвечает за сохранность данных вещей, находящихся вне таких сейфов. Условия предоставления данной услуги устанавливаются Администрацией и (если применимо) соответствующим Контрактом. Ознакомиться с указанными условиями и узнать о возможности предоставления услуги можно на стойке ресепшн.

- Членам клуба запрещено оставлять свою одежду и принесённые в Клуб личные вещи без присмотра. Для их краткосрочного хранения в период нахождения в Клубе предназначены запирающиеся шкафчики в раздевалках. Выдаваемый Члену клуба клубный браслет одновременно является браслетом от запирающегося шкафчика. Члену клуба также запрещено оставлять без присмотра клубный браслет. Администрация не несёт ответственности за сохранность вещей Члена клуба, оставленных без присмотра, а также в случае утери браслета от шкафчика.

- После занятий Члены клуба обязаны освобождать шкафчики от личных вещей (за исключением арендованных (забронированных) шкафчиков).

- Для длительного хранения вещей в Клубе предназначены сдаваемые в аренду шкафы личного пользования сроком от 1 (одного) месяца. Услуга по аренде шкафов является платной, об условиях ее предоставления можно ознакомиться на стойке ресепшн.

- Во время занятий Член клуба вправе обращаться за консультацией к дежурным инструкторам в тренировочных зонах по вопросам выполнения упражнений, использования оборудования, инвентаря Клуба, а также по другим вопросам, относящимся к занятиям в соответствующей

тренировочной зоне.

- По административным вопросам, связанным с занятиями, Член клуба вправе обращаться к персональному менеджеру (только для Членов Клуба) или дежурному администратору на стойке ресепшн.

- При наличии у Члена клуба медицинских противопоказаний к занятиям в Клубе, указанных в прилагаемом Перечне противопоказаний, ему необходимо воздержаться от занятий и тренировок.

- В случае плохого самочувствия Администрация настоятельно рекомендует воздержаться от занятий и тренировок, обратившись за консультацией к лечащему врачу.

2. ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ ОТДЕЛЬНЫХ ВИДОВ ЗАНЯТИЙ И ЗОН В КЛУБЕ

- Правила посещения тренажерного зала и кардиостудии:

- При входе в зал Членам клуба следует ознакомиться с выдержками из настоящих Правил, правилами техники безопасности и Перечнем противопоказаний, размещенных в соответствующей тренировочной зоне. Членам клуба необходимо соблюдать правила техники безопасности и общепринятые правила личной гигиены и воздерживаться от занятий при наличии медицинских противопоказаний.

- Для отдельных тренажеров, других видов оборудования и инвентаря устанавливаются специальные правила техники безопасности – они размещаются на тренажере, другом оборудовании или месте хранения инвентаря либо в непосредственной близости от него. Необходимо строго соблюдать такие специальные правила техники безопасности.

- Необходимо соблюдать ограничения, предписанные врачом.

- Упражнения с максимальными весами для собственной безопасности следует выполнять только с инструктором или страхующим партнером.

- Запрещается заниматься в тренажерном зале в открытой обуви и босиком, а также с открытым торсом. В целях соблюдения гигиены во время занятий на тренажерах следует пользоваться полотенцем, кладя его на контактную поверхность тренажера перед выполнением упражнений.

- Любой тренажер в зале может быть временно ограничен для использования по техническим причинам (ремонт, профилактические работы). Администрация извещает об этом объявлением, размещенным на видном месте в непосредственной близости от тренажера либо на самом тренажере.

- В случае использования Членом клуба оборудования более одного подхода, ему следует быть внимательным и предусмотрительным к другим посетителям и позволять им тренироваться на этом оборудовании между его подходами.

- После окончания тренировки со свободными весами диски (блины) и гантели должны быть возвращены на специально отведенные для них места.

- Несовершеннолетние лица до 14 лет для самостоятельных занятий в тренажерном зале и кардиостудии вне детских групповых программ не допускаются.

- Правила посещения групповых занятий:

- Групповые занятия в Клубе проводятся по расписанию, утвержденному Администрацией. Администрация оставляет за собой право вносить изменения в расписание, заменять тренеров на условиях и в порядке, установленных настоящими Правилами.

- Опоздание на групповое занятие более чем на десять минут может быть опасным для здоровья Члена клуба; во избежание травмоопасных ситуаций тренер вправе в данном случае не допустить опоздавшего посетителя к занятиям.

- Тренер вправе не допустить Члена клуба на занятие, не соответствующее его уровню подготовленности.

- До начала занятий Членам клуба следует ознакомиться с выдержками из настоящих Правил, правилами техники безопасности и Перечнем противопоказаний, размещенных в соответствующей тренировочной зоне. Членам клуба необходимо соблюдать правила техники безопасности и общепринятые правила личной гигиены и воздерживаться от занятий при наличии медицинских противопоказаний.

- Членам клуба необходимо соблюдать ограничения по посещению групповых занятий, предписанные врачом.

- Членам клуба не разрешается резервировать места в зале аэробики, использовать свою собственную хореографию и свободные веса, громко разговаривать, пользоваться мобильными телефонами, использовать парфюмерию с резким запахом.

- После окончания занятий спортивный инвентарь и оборудование должны быть возвращены на специально отведенные для этого места.

- Членам клуба в целях соблюдения чистоты помещений, спортивного оборудования и инвентаря запрещено использовать порошковую магнезию. Допускается использование только жидкой магнезии.

РАЗДЕЛ VI. ДЕТСКИЙ КЛУБ

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

- Детский Клуб открыт для посещения ежедневно, кроме 1 января, с 9:00 до 21:00.

- Администрация вправе в необходимых случаях и с соблюдением требований, установленных настоящими Правилами, изменять указанные часы работы Детского Клуба.
- Доступ в Детский Клуб для занятий возможен не менее чем за 30 минут до окончания времени посещения, предусмотренного условиями соответствующего Контракта. Тренировочные зоны заканчивают работу за 15 минут до закрытия Детского Клуба.
- Информация об услугах Детского Клуба Клуб доводится до сведения Членов клуба в соответствии с пунктом 40 настоящих Правил. Дополнительно такая информация может быть размещена на информационном стенде Детского Клуба и на официальном веб-сайте и в аккаунтах Клуба в социальных сетях.
- Положения настоящего раздела применяются при оказании услуг несовершеннолетним лицам в части, не урегулированной положениями иных разделов настоящих Правил. В случае противоречия между отдельными положениями настоящего раздела и положениями иных разделов Правил, преимущественную силу для регулирования отношений при оказании Клубом услуг несовершеннолетним лицам имеют положения настоящего раздела.

2. УСЛУГИ ДЕТСКОГО КЛУБА

- Основные услуги (фитнес-услуги) Детского Клуба включают в себя проведение по расписанию Детского Клуба групповых программ, соответствующих возрасту ребенка.
- Вспомогательные услуги Детского Клуба включают в числе прочего: услуги игровой комнаты на территории Детского Клуба, право на участие в специальных мероприятиях Клуба.
- В состав дополнительных услуг Детского Клуба входят: персональный тренинг, мини-группы, проведение Дней Рождения.
- С полным актуальным перечнем услуг Детского Клуба можно ознакомиться на стойке ресепшн Клуба.
- Объем услуг Детского Клуба, а также порядок и сроки оказания таких услуг определяются условиями соответствующих Контрактов, заключенных в интересах детей, а также применимыми положениями настоящих Правил.

3. ОСОБЕННОСТИ ЗАКЛЮЧЕНИЯ И ИСПОЛНЕНИЯ КОНТРАКТОВ НА ОКАЗАНИЕ УСЛУГ, ЗАКЛЮЧЕННЫХ В ИНТЕРЕСАХ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ ЧЛЕНОВ КЛУБА

- Клуб оказывает детям и юниорам услуги на основании заключенных Контрактов. Условия таких Контрактов, порядок их оформления и исполнения определяются настоящим разделом, а в части, им не урегулированной, – применимыми положениями иных разделов настоящих Правил.

- Контракты с Клубом в интересах несовершеннолетних лиц заключают их родители либо иные законные представители с предъявлением удостоверений личности и документов, подтверждающих возраст ребенка и право действовать от его имени.

- Расписываясь об ознакомлении с вышеуказанными документами и согласии их соблюдать, родитель либо законный представитель несовершеннолетнего лица тем самым подтверждает отсутствие у ребенка медицинских противопоказаний к занятиям в Клубе на момент подписания соответственно Членского контракта либо расписки при гостевом посещении.

- При исполнении Контракта родителем либо законным представителем несовершеннолетнего лица в отношениях с Клубом выступает либо такой родитель / законный представитель либо иное лицо, назначенное родителем / законным представителем ребенка и поименованное в качестве такового в тексте Контракта.

- Уполномоченным лицом может быть родитель, иной законный представитель или другое совершеннолетнее дееспособное лицо. Родитель или иной законный представитель ребенка рассматривается в качестве его уполномоченного лица независимо от того, указан ли он в тексте Контракта. В Контракте может быть указано несколько уполномоченных лиц.

- В случае замены уполномоченного лица родитель или иной законный представитель несовершеннолетнего лица, заключивший Контракт с Клубом, обязан заблаговременно письменно известить об этом Администрацию с указанием сведений о новом уполномоченном лице (Ф.И.О., данные паспорта или иного удостоверяющего личность документа), а также даты или периода времени, с которой (в течение которого) такое лицо становится уполномоченным лицом для ребенка (юниора) в отношениях с Клубом. Данное правило не применяется в случае замены одного родителя или законного представителя другим родителем или законным представителем ребенка.

- Если иное прямо не предусмотрено настоящими Правилами, на уполномоченное лицо возлагается обязанность по надзору за несовершеннолетним лицом в течение всего времени его нахождения в Клубе. Уполномоченное лицо несет полную ответственность за соблюдение ребенком применимых положений настоящих Правил, а также Правил техники безопасности при занятиях в Клубе, правил техники безопасности для отдельных тренажеров, другого оборудования и отдельных тренировочных зон, общепринятых правил гигиены.

- Контракт, заключенный в интересах ребенка (Детская карта), предоставляет ему право в течение срока действия и на условиях данного Контракта в часы работы Детского Клуба:

- Посещать групповые занятия своей возрастной группы по расписанию Детского Клуба;

- Посещать игровую комнату Детского Клуба не более 2 (двух) часов подряд, не считая времени участия в групповых занятиях на территории

Детского Клуба;

- Пользоваться услугой персонального тренинга (если такая услуга входит в объем услуг по контракту либо приобретена как дополнительная услуга);
- Пользоваться вспомогательными услугами по Контракту, а также дополнительными услугами, которые Клуб оказывает детям.
- Контракт, заключенный в интересах несовершеннолетнего лица (Карта юниора), предоставляет ему право в течение срока действия и на условиях данного Контракта в часы работы Детского Клуба:
- Посещать групповые занятия своей возрастной группы по расписанию Детского Клуба;
- По расписанию Клуба строго в сопровождении и под ответственность уполномоченного лица посещать групповые программы, рассчитанные на соответствующий возраст и физическую подготовку.
- Пользоваться услугой персонального тренинга (если такая услуга входит в объем услуг по Контракту либо приобретена как дополнительная услуга);
- Пользоваться другими фитнес-услугами и вспомогательными услугами по Контракту, а также дополнительными услугами, которые Клуб оказывает юниорам.
- Переоформление Контракта, заключенного в интересах ребенка или юниора, допускается только на другого ребенка или юниора соответственно.

4. ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ КЛУБА И ДЕТСКОГО КЛУБА НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИМИ

- При посещении Клуба и Детского Клуба несовершеннолетние лица, уполномоченные лица обязаны соблюдать настоящие Правила, не должны причинять беспокойство другим посетителям Клуба, Детского Клуба или нарушать общественный порядок.
- На территорию Детского Клуба запрещается приносить продукты питания, а также напитки в стеклянной таре.
- Несовершеннолетним лицам и уполномоченным лицам категорически не рекомендуется приносить в Детский Клуб собственные игрушки. За негативные последствия для ребенка и других Членов клуба и посетителей вследствие использования принесенных в Клуб игрушек с опасными свойствами несет ответственность уполномоченное лицо.
- Для посещения Детского Клуба, других занятий на территории Клуба несовершеннолетний должен быть переодет в удобную спортивную форму и спортивную обувь, соответствующие требованиям предоставляемой услуги.
- Во время проведения групповых занятий в Детском Клубе, персонального тренинга, присутствия ребенка в игровой комнате, присутствия несовершеннолетних на взрослых групповых программах и

занятий в тренировочных зонах Клуба несовершеннолетним не разрешается жевать жевательную резинку.

- Во время проведения групповых занятий в Детском Клубе, персонального тренинга, присутствия ребенка в игровой комнате несовершеннолетние обязаны строго выполнять указания инструктора групповых занятий, персонального тренера, инструктора Детского Клуба.

- Несовершеннолетние вправе посещать Клуб, заниматься в Клубе и передвигаться по территории Клуба, включая территорию Детского Клуба, только в сопровождении и под присмотром уполномоченного лица. Уполномоченное лицо должно находиться на территории клуба в течение всего времени пребывания ребенка в Детском Клубе. Ребенок может находиться в Клубе в отсутствие уполномоченного лица только в момент проведения персональной тренировки или занятий детских секций (услуга платная).

- Клуб не обязан осуществлять надзор за несовершеннолетним, за исключением времени нахождения ребенка в игровой комнате Детского Клуба, проведения персонального тренинга, присутствия ребенка на групповых занятиях по расписанию Детского Клуба. В указанных случаях уполномоченное лицо обязано к началу занятий привести переодетого в спортивную форму и обувь ребенка в место проведения занятий (Детский Клуб, указанная в расписании групповых занятий тренировочная зона Клуба либо место проведения персонального тренинга) и незамедлительно по окончании занятий забрать его.

- За несовершеннолетних, находящихся на территории Клуба без присмотра уполномоченного лица, кроме случаев, прямо предусмотренных настоящими Правилами, Клуб ответственности не несет.

- Уполномоченное лицо обязано строго соблюдать настоящие Правила.

- Уполномоченное лицо обязано обеспечить соблюдение несовершеннолетним лицом настоящих Правил во время нахождения в Клубе, передвижения по его территории и занятий, кроме случаев, прямо предусмотренных настоящими Правилами, когда ребенок находится под надзором Клуба.

- Приводя несовершеннолетнего на занятия, уполномоченное лицо обязано лично ознакомиться с выдержками из настоящих Правил, правилами техники безопасности и перечнем медицинских противопоказаний, размещенными на видном месте у входа в Клуб, Детский Клуб либо другом месте проведения занятий ребенка.

- В случае, если уполномоченное лицо не забирает ребенка после групповых занятий или персонального тренинга, а равно при обнаружении ребенка, находящегося без присмотра уполномоченного лица в момент закрытия Детского Клуба для посещения, Администрация помещает такого ребенка под присмотр дежурного инструктора Детского Клуба или иного должностного лица Клуба до прихода уполномоченного лица и оставляет за собой право на применение к уполномоченному лицу (а если оно не

является Членом Клуба – к соответствующему Члену Клуба) штрафных санкций в размере стоимости соответственно персональной тренировки согласно прейскуранту Клуба.

- Медицинские противопоказания и ограничения к занятиям несовершеннолетних:

- Во время занятий в Клубе необходимо соблюдать ограничения, установленные для ребенка лечащим врачом. Ответственность за соблюдение таких ограничений несет уполномоченное лицо.

- При передаче несовершеннолетнего в Детский Клуб для участия в групповых занятиях или персональному тренеру уполномоченное лицо обязано сообщить инструктору Детского Клуба, персональному тренеру об имеющихся медицинских ограничениях.

- При наличии у ребенка медицинских противопоказаний к занятиям в Клубе из действующего Перечня противопоказаний уполномоченное лицо не вправе приводить ребенка в Клуб и допускать его на занятия. Помимо этого, в целях безопасности ребенка и других посетителей Клуба уполномоченное лицо не вправе приводить ребенка в Клуб, если у него или самого уполномоченного лица насморк, кашель, болит горло, расстройство желудка, тошнота, сыпь, незаживающие раны.

- Администрация настоятельно рекомендует наблюдать детей в течение всего срока действия Контракта у лечащего врача для регулярного контроля за состоянием здоровья и корректировки (при необходимости) допустимых физических нагрузок.

- Для пользования услугами Клуба и прохода несовершеннолетнего на территорию Детского Клуба уполномоченное лицо обязано зарегистрировать его на стойке ресепшн Клуба с соблюдением условий, предусмотренных настоящими Правилами.

- При регистрации гостя Детского Клуба уполномоченное лицо предоставляет свое удостоверение личности, а при регистрации Члена Детского Клуба – свое удостоверение личности и детский браслет (договор на Детскую карту).

- Клуб вправе установить дополнительные требования по регистрации на стойке ресепшн и регистрации прихода несовершеннолетних лиц в Детский Клуб и ухода из него, включая требования о заполнении уполномоченным лицом специальных бланков отчетности.

- Родители или уполномоченные лица могут переодевать ребенка до 5 лет включительно в мужской или женской раздевалке (в зависимости от пола родителя или уполномоченного лица). По усмотрению и под ответственность уполномоченного лица дети в возрасте старше шести лет и юниоры могут быть допущены в раздевалки для взрослых и переодеваться в них самостоятельно.

- Юниоры вправе использовать сауны в раздевалках строго под присмотром и под персональную ответственность уполномоченного лица. Детям использование саун не рекомендуется, однако в случае принятия

уполномоченным лицом решения о посещении ребенком сауны, такое посещение возможно строго под присмотром и под персональную ответственность уполномоченного лица. Аналогичные правила действуют в отношении посещения несовершеннолетними лицами любых банных процедур в Клубе.

- Клуб не несет ответственность за несовершеннолетнее лицо в раздевалке.

РАЗДЕЛ VII. ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА НАРУШЕНИЕ ПРАВИЛ

- Члены клуба самостоятельно и в объеме, предусмотренном законом, несут ответственность за вред, причиненный их действиями имуществу Клуба, здоровью и имуществу других Членов клуба. Клуб не несет ответственности за вред здоровью и/или имуществу Членов клуба, причиненный действиями третьих лиц, за исключением случаев, установленных законом.

- Об утере или порче Клубного браслета или полотенца Члены клуба обязаны незамедлительно сообщать дежурному администратору.

- В случае утери или порчи Клубного браслета, полотенца, другого инвентаря, выдаваемого на время занятий, Член или гость Члена Клуба обязан в течение 3 (трех) дней возместить ущерб в размере стоимости утраченного (поврежденного) имущества Клуба в соответствии с действующим прейскурантом Клуба.

- При неправомерном распоряжении Клубным браслетом (пункт 33 настоящих Правил) Член Клуба обязан в течение 3 (трех) дней с момента предъявления ему соответствующего требования уплатить штраф за неправомерное распоряжение имуществом Клуба в соответствии с прейскурантом Клуба.

- В случае несвоевременного исполнения Членом Клуба обязательств по пунктам 126 или 127 настоящих Правил, Администрация имеет право удержать сумму соответственно ущерба и (или) штрафа из стоимости услуг по его Контракту, соразмерно уменьшив срок действия Контракта. В случае исполнения Членом Клуба указанных обязательств в пределах уменьшенного срока действия Контракта тот продолжает действовать в пределах первоначального срока.

- Администрация не несет ответственности за недостатки оказанных Клубом услуг, включая вред, причиненный вследствие таких недостатков имуществу и/или здоровью Члена клуба, в случае, если такие недостатки и/или вред возникли вследствие обстоятельств непреодолимой силы или нарушения потерпевшим Членом клуба настоящих Правил, медицинских предписаний и ограничений, индивидуальных инструкций (если Член Клуба воспользовался услугой по проведению индивидуального инструктажа), рекомендаций инструкторов, тренеров Клуба, Администрации, правил техники безопасности или правил личной гигиены.

- Грубым нарушением признается любое нарушение настоящих

Правил, а равно иных документов, предусмотренных пунктом 10 настоящих Правил, любых распоряжений Администрации, изданных на основании настоящих Правил, а равно нарушение общепринятых правил личной гигиены, если такое нарушение создает или может создать угрозу безопасности услуг, оказываемых Членам клуба, угрозу причинения вреда здоровью и/или имуществу Членов клуба, имуществу Клуба, а также снижает качество и уровень безопасности услуг, оказываемых Клубом нарушителю и/или другим Членам клуба.

- В случае однократного грубого нарушения настоящих Правил Администрация предупреждает нарушителя о недопустимости его действий. При этом Член клуба, допустивший такое грубое нарушение, не освобождается от обязанности компенсировать сумму причиненного ущерба.

- Если Член Клуба, несмотря на своевременное и обоснованное предупреждение, в разумный срок не прекратит нарушение либо в период действия Контракта повторно допустит такое же или другое грубое нарушение настоящих Правил, Клуб вправе отказаться от исполнения Контракта с прекращением действия соответствующей Карты и доступа в Клуб указанного в ней Члена Клуба и потребовать от нарушителя полного возмещения убытков, уведомив его об этом в письменной форме.

- В случае однократного грубого нарушения настоящих Правил несовершеннолетним лицом или его уполномоченным лицом Клуб обязан незамедлительно прекратить и приостановить на текущий день оказание услуг данному ребенку и вынести уполномоченному лицу письменное предупреждение о недопустимости нарушения, за исключением случаев, когда в соответствии с настоящими Правилами несовершеннолетний в момент совершения им грубого нарушения находился под надзором Клуба.

- В случае, когда ребенок в соответствии с настоящими Правилами находится под надзором Клуба и неоднократно (два и более раз) в течение одного занятия грубо нарушает настоящие Правила, Клуб обязан удалить данного ребенка с занятий в игровую комнату Детского Клуба до прихода уполномоченного лица и вынести уполномоченному лицу письменное предупреждение о недопустимости нарушения.

- Повторное грубое нарушение настоящих Правил несовершеннолетним лицом или его уполномоченным лицом после вынесения уполномоченному лицу письменного предупреждения о недопустимости нарушения является основанием для одностороннего отказа Клуба от исполнения соответствующего Контракта.

- Перечень грубых нарушений может быть утвержден Администрацией и доведен до сведения Членов клуба предусмотренными настоящими Правилами способами. Грубыми также считаются нарушения, прямо указанные в качестве таковых в тексте настоящих Правил.

- Администрация вправе определять конкретные формы и размер ответственности Членов Клуба и гостей Членов Клуба за нарушение настоящих Правил в той части, в которой это не установлено Правилами и

обязательными нормами закона (включая размер ущерба, подлежащего возмещению при утрате либо повреждении карты, клубного браслета, ключа от шкафчика, полотенца и другого имущества Клуба).

- За нарушение несовершеннолетним лицом настоящих Правил, утвержденных Администрацией Правил техники безопасности при занятиях в Клубе, правил техники безопасности для отдельных тренажеров, другого оборудования и отдельных тренировочных зон, общепринятых правил гигиены, а равно за вред, причиненный вследствие указанных нарушений здоровью и/или имуществу ребенка, имуществу Клуба, здоровью и/или имуществу третьих лиц, ответственность несет уполномоченное лицо за исключением случаев, предусмотренных пунктом 139 настоящих Правил.

- За нарушение несовершеннолетним лицом настоящих Правил, утвержденных Администрацией Правил техники безопасности при занятиях в Клубе, правил техники безопасности для отдельных тренажеров, другого оборудования и отдельных тренировочных зон, общепринятых правил гигиены, а равно за вред, причиненный вследствие указанных нарушений здоровью и/или имуществу ребенка, имуществу Клуба, здоровью и/или имуществу третьих лиц, в период пребывания ребенка в игровой комнате Детского Клуба, посещения ребенком групповых занятий Детского Клуба, индивидуального тренинга ответственность несет Клуб.

ПЕРЕЧЕНЬ МЕДИЦИНСКИХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ К ЗАНЯТИЯМ В КЛУБЕ

- Острые инфекционные болезни.
- Все болезни в острой (активной) фазе.
- Хронические заболевания в период обострения (декомпенсации).
- Психические заболевания.
- Органические заболевания центральной нервной системы.
- Злокачественные новообразования.
- Болезни опорно-двигательного аппарата: деформирующие полиартриты (артриты), спондилоартриты (разной этиологии с прогрессирующим течением и резким нарушением функции суставов и наличием болевого синдрома).
 - Коллагеновые болезни.
 - Болезни органов дыхания:
 - болезни, протекающие с дыхательной или легочно-сердечной недостаточностью свыше I степени;
 - бронхиальная астма с частыми, затяжными, трудно купируемыми приступами;
 - хронический бронхит с склонностью к частым обострениям и наличием резко выраженного бронхоспастического компонента;
 - бронхоэктатическая болезнь до полного клинического излечения;
 - пневмония интерстициальная с рецидивирующим течением;
 - Болезни сердечно-сосудистой системы:
 - аневризма аорты сердца;
 - аритмии (сложные нарушения ритма и проводимости, монотонная экстрасистолия, мерцательная аритмия, пароксизмальная тахикардия);
 - блокада левой ножки пучка Гиса или ее разветвлений;
 - заболевания, протекающие с недостаточностью кровообращения выше I степени (по Василенко-Стражеско);
 - стенокардия напряжения с частыми приступами;
 - постинфарктный кардиосклероз (решается в каждом конкретном случае);
 - наличие на ЭКГ рубцовых изменений миокарда (при отсутствии в анамнезе инфаркта миокарда и жалоб на момент обследования) с отчетливыми ЭКГ-признаками выраженной недостаточности кровообращения сердечной мышцы;
 - гипертоническая болезнь с частыми кризами, а также при цифрах систолического артериального давления выше 200 мм рт. ст. или диастолического выше 110 мм рт. ст.;
 - гипертоническая болезнь (первичного или вторичного характера) или цифрах систолического артериального давления ниже 90 мм рт. ст.;
 - больные, оперированные по поводу врожденных, приобретенных

пороков сердца, коронарной недостаточности, – ранее 3 месяцев после операции (в дальнейшем индивидуальный подход в зависимости от исхода операции, имевшихся осложнений, состояний кардио- и общей гемодинамики, а также предшествовавшей двигательной активности);

- синдром Морганьи-Эдемса-Стокса.
- Болезни органов пищеварения:
 - желудок, оперированный при декомпенсации функции органов пищеварения;
 - хронический панкреатит с рецидивирующим течением при наличии ферментативной недостаточности;
 - язвенная болезнь желудка (двенадцатиперстной кишки) с склонностью к частым рецидивам или при значительном нарушении функции органов пищеварения и нарушении питания или выраженном болевом синдроме.
- Заболевания печени и желчных путей:
 - цирроз печени (любой этиологии), рецидивирующий с прогрессирующим течением или признаками печеночной недостаточности;
 - хронический гепатит (гепатодистрофия-«гепатозы»), рецидивирующий с выраженными функциональными расстройствами;
 - хронические холециститы калькулезной этиологии, сопровождающиеся приступами печеночной колики или рецидивирующей желтухой;
 - хронический антихолит с приступами печеночной колики и нарушением желчевыделения;
 - вторичный хронический панкреатит, обусловленный нарушением внешне секреторной функции поджелудочной железы.
- Заболевания почек в мочевыводящих путях:
 - хронический диффузный гломерулонефрит рецидивирующего течения или при наличии признаков почечной недостаточности;
 - хронический интерстициальный нефрит различного генеза при наличии признаков почечной недостаточности;
 - хронический пиелонефрит с рецидивирующим течением, наличие выраженных функциональных нарушений или осложнений (гидропионефриз, гипертоническая перебрапатия);
 - липидно-амилоидный нефроз.
- Болезни эндокринных желез:
 - гипогликемическая болезнь;
 - гипотериоз, микседема (первичная или вторичная форма) тяжелого течения;
 - диабет несахарный;
 - диабет сахарный (первичный или вторичный) среднего и тяжелого течения или при наличии осложнений (кетоацидоз, сосудистые поражения, полиневриты и др.);
 - зоб диффузный токсический (тиреотоксикоз базедова болезнь) –

тяжелая форма; эндемический зоб с выраженной гипер- или гипofункцией железы;

- хронический тиреоидит.
- Болезни обмена:
- ожирение вторичного генеза (дианцефальное, гипотиреодальное, гипогенитальное, при синдроме Иценко-Купшига);
- подагра с прогрессирующим течением или выраженным болевым синдромом.
- Патологический климакс.

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ К ИСПОЛЬЗОВАНИЮ НАГРУЗОЧНЫХ ТЕСТОВ

АБСОЛЮТНЫЕ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ:

- Недостаточность кровообращения выше 11-л.
- Инфаркт миокарда (раньше, чем через 3 месяца с начала болезни).
- Быстро прогрессирующая или нестабильная грудная жаба.
- Гипертоническая болезнь II-III степени при систолическом АД выше 200 мм рт. ст., диастолическом выше 120 мм рт. ст.
- Желудочковая тахикардия.
- Выраженный аортальный стеноз.
- Активный или недавно перенесенный тромбофлебит.
- Острые и хронические болезни в стадии обострения.

ОТНОСИТЕЛЬНЫЕ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ:

- Частые суправентрикулярные экстрасистолы (4:40), мерцательная аритмия.
- Повторяющаяся или частая желудочковая; эктопическая активность.
- Легочная гипертензия.
- Аневризма желудочковая сердца.
- Умеренный аортальный стеноз.
- Неконтролируемые метаболические заболевания (сахарный диабет, тиреотоксикоз, микседема).
- Значительные увеличения сердца.

СОСТОЯНИЯ, ТРЕБУЮЩИЕ СПЕЦИАЛЬНОГО ВНИМАНИЯ И ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ:

- Нарушение проводимости:
 - полная атриовентрикулярная блокада;
 - блокада левой ножки пучка Гиса;
 - синдром Вольфа-Паркинсона-Уайта.
- Наличие имплантированного водителя ритма сердца с фиксированной частотой.
- Контролируемые дизаритмии.

- Нарушение электролитного баланса.
- Применение некоторых лекарств: препаратов наперстянки, блокаторов адренергических бетарецепторов и препаратов подобного действия.
- Тяжелая гипертония, ретинопатия III степени.
- Грудная жаба и др. проявления коронарной недостаточности.
- Тяжелая анемия.
- Выраженное ожирение.
- Почечная, печеночная и др. виды метаболической недостаточности.
- Явные психоневротические расстройства.
- Нервно-мышечные, мышечно-скелетные и суставные расстройства, которые будут мешать проведению теста.

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ К ЗАНЯТИЯМ ФИТНЕСА:

- сколиоз, осложненный нижним вялым парапарезом, требующий ношение специального корсета для разгрузки позвоночника;
- плоскостопие III степени;
- нарушение связочного аппарата суставов;
- некоторые доброкачественные опухоли костной системы;
- некомпенсированное повреждение позвоночника;
- различные виды переломов и посттравматические состояния;
- психические расстройства и пограничные состояния психики;
- нарушение связочного аппарата коленного сустава (нестабильный сустав);
- болезнь Бехтерева;
- осложненный перелом позвоночника с повреждением спинного мозга;
- эпилепсия с судорожными припадками, сопровождающаяся потерей сознания;
- выраженные и частые головокружения;
- психические заболевания различной степени выраженности;
- тяжелые заболевания внутренних органов, препятствующие назначению физической нагрузки танцевального типа (сахарный диабет, артериальная гипертония, опухоли и т.п.);
- наличие онкологических заболеваний;
- туберкулез костей и суставов;
- ряд доброкачественных опухолей костной системы (например, фиброзная дисплазия), которые способствуют развитию патологических переломов костей;
- после перенесенных черепно-мозговых травм и инфаркта только с разрешения лечащего врача.

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ К ЗАНЯТИЯМ АЭРОБИКОЙ:

- заболевания сердечно-сосудистой системы;
- высокое артериальное давление (при повышении нагрузки происходит значительное повышение цифр АД);
- запущенный остеохондроз (дегенеративные изменения позвоночника, в том числе протрузии и грыжи межпозвонкового диска);
- варикозное расширение вен – этот диагноз означает категорическое «нет» для прыжковой и степовой аэробики.

УРОКИ ТАНЦА ЗАПРЕЩЕНЫ:

- при обострении язвы желудка и двенадцатиперстной кишки;
- при любых заболеваниях печени и поджелудочной железы;
- при некомпенсированных заболеваниях почек;
- при грыже межпозвонкового диска.

СИЛОВЫЕ КЛАССЫ:

- варикозное расширение вен (упражнения в положении сидя-лежа можно выполнять при начальной стадии заболевания);
- нейроциркуляторная (вегето-сосудистая) дистония (с таким диагнозом человеку нельзя долго находиться в состоянии наклона – может начаться головокружение);
- тяжелые формы бронхита и астмы;
- высокая степень близорукости (требуется консультация врача-окулиста).

В ПЕРИОД БЕРЕМЕННОСТИ:

Полностью исключаются все травмоопасные элементы – прыжки, бег, махи (в том числе в плавании), глубокие и резкие приседания, наклоны, активные растяжки и прогибы спины, различные скручивания и наклоны, которые могут привести матку в состояние гипертонуса.

Во втором триместре беременности запрещены упражнения в положении лежа на спине.

Рекомендуется выполнять все упражнения в положении стойки на коленях с упором на руки. В третьем триместре нужно учитывать слабость связочного аппарата и очень осторожно выполнять растяжку в связи с выработкой гормона релаксина.

В течение всего периода беременности все упражнения желательно выполнять сидя, с дополнительной опорой спины, или в положении стоя на коленях с упором на руки. Всегда следите за своим дыханием во время выполнения упражнений, не задерживайте его; избегайте выполнения упражнений в положении лежа и стоя, следите за температурой тела и частотой пульса, ограничьте длительность тренировок максимум 30 минутами, во втором и третьем триместре – 15 минутами, не допускайте обезвоживания и пейте во время тренировок.

Желаем Вам спортивных успехов и отличного настроения!

