

# *ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ БАССЕЙНА ОмГУ*

## Посетитель бассейна ОБЯЗАН:

- знать и строго соблюдать правила занятий в бассейне;
- приходить за 15 минут до начала сеанса, только в дни и часы, указанные в расписании, пропуске или абонементе;
- опоздавшие более чем на 5 минут после начала сеанса, к занятию не допускаются;
- Желательно иметь мед. справку от терапевта (педиатра) или первичный осмотр мед. работника спорткомплекса для дальнейшего оформления абонемента или пропуска у инструктора (администратора);
- посещать бассейн по разовому билету только при осмотре мед. работника спорткомплекса;
- выполнять указания инструкторов и работников бассейна;
- до начала занятий тщательно мыться под душем с мылом и мочалкой, сняв купальный костюм, после пользования душем закрыть воду;
- выходить в бассейн только с разрешения инструктора, тренера-преподавателя;
- плавать в бассейне в плавках, купальных костюмах и плавательных шапочках;
- проходить в помещение бассейна и выходить из помещения бассейна только в сменной обуви и без верхней одежды;
- после окончания занятий покинуть бассейн в течении 20 минут, получив пропуск или абонемент у инструктора или администратора;

***Дети до 12 лет посещают бассейн в сопровождении взрослых или в специальных группах.***

***Лица, сопровождающие детей, ожидают окончания занятий групп в бассейне - в холле спорткомплекса.***

## Посетители бассейна имеют право:

- посещать бассейн в дни и часы, указанные в расписании занятий или абонементе;
- под наблюдением инструктора использовать для занятий инвентарь и оборудование, имеющиеся в бассейне;
- ознакомиться с программой учебно-тренировочных групп;
- получать консультации инструктора или сотрудника бассейна (по профилю);
- для помощи в переодевании детей дошкольного возраста или людей с ограниченными физическими возможностями, родители могут пройти в раздевалки бассейна в сменной обуви и без верхней одежды;
- возмещать занятия в бассейне, пропущенные по техническим причинам.

## Посетителю бассейна запрещено:

- проходить в помещения бассейна в уличной обуви и в верхней одежде;
- передавать абонемент или пропуск другому лицу;
- приносить и употреблять любого вида продукты (исключение вода в пластиковой таре);
- прыгать на мелкой и глубокой части бассейна вниз головой;  
(в бассейн необходимо спускаться только по установленным лестницам);
- сидеть на дорожках;
- шуметь, кричать и бегать на территории бассейна;
- использовать инвентарь не по назначению и оставлять его в чаше бассейна;
- плавать в маске и с дыхательной трубкой;
- проходить в бассейн и находиться в воде в состоянии алкогольного опьянения;
- курить во всех помещениях бассейна, а также спорткомплекса;
- запрещено жевать жевательную резинку на занятиях, т.к. это опасно для вашего здоровья;
- входить в воду без разрешения инструктора или в его отсутствие.

## Для посещения бассейна необходимо:

- мед. справку от терапевта - допуск к занятиям в бассейне (педиатра);
- плавки (купальный костюм);
- шапочку для плавания;
- сменную обувь (шлепанцы);
- полотенце;
- принадлежности для мытья;
- за ценные вещи посетителей – администрация, инструктор ответственности не несет;

## Заключительные положения:

*Во-избежании конфликтных и чрезвычайных ситуаций и прочее убедительная просьба подчиняться всем требованиям инструктора и администрации спорткомплекса.*

*Каждый клиент несет личную ответственность за состояние своего здоровья во время посещения бассейна.*

*При нарушении Правил посещения бассейна администрация оставляет за собой право не допускать вас к занятиям.*

*Мы надеемся, что указанные Правила помогут нам цивилизованно решать все возникающие проблемы.*

*Напоминаем Вам, что посещение бассейна по разовому билету или абонементу является свидетельством безоговорочного принятия данных правил.*

## **Правила посещения сауны**

Убедительная просьба соблюдать правила личной гигиены. Перед и после посещением сауны обязательно принятие душа.

При посещении сауны ЗАПРЕЩАЕТСЯ пользоваться кремами, сильными парфюмерными ароматами, масками, скрабами, продуктами пчеловодства, краской для волос.

Прием пищи и употребление напитков на территории раздевалок, сауны и бассейна ЗАПРЕЩЕНЫ.

Посещение сауны и бассейна в состоянии алкогольного, наркотического опьянения, а также с наличием остаточного состояния алкогольного опьянения ЗАПРЕЩЕНО.

Действия интимного характера в помещениях ЗАПРЕЩЕНЫ.

Сауна находится в рабочем состоянии с начала работы бассейна и до 22.00ч. Максимальная температура в сауне составляет 90-105С°.

ЗАПРЕЩАЕТСЯ плескать в отсек для камней воду и ароматизаторы в сауне. ЗАПРЕЩАЕТСЯ заносить пластиковые стаканчики в сауну и душевые.

Используйте полотенца и стелите их на скамью. Во время нахождения в сауне следует избегать соприкосновения с поверхностью каменки - это может вызвать сильные ожоги.

**ЗАПРЕЩАЕТСЯ** накрывать каменку посторонними предметами - это может привести к пожару.

Не оставляйте детей в сауне без присмотра родителей. Посещение детьми сауны в возрасте до 14 лет разрешено только в сопровождении взрослых.

**ВНИМАНИЕ!** Слишком долгое пребывание в горячей сауне вызывает повышение температуры тела, что может оказаться опасным для Вашего здоровья.

*Благодарим Вас за соблюдение Правил!*