

## **Правила посещения бассейна спортивного комплекса «Сибиряк»**

Настоящие правила определяют норму поведения клиента при посещении плавательного бассейна МАУ «ШОР «Сибиряк» (далее по тексту «спорткомплекса») и являются обязательными к исполнению.

### ***Общие характеристики бассейна***

1. Максимальная вместимость чаши бассейна 32 человека (не более 8 человек на одну дорожку)
2. Длина бассейна составляет 25 метров.
3. Максимальная глубина бассейна – 1,8 м.; минимальная – 1,2 м.
4. Температура воды 26-28 °С.
5. Продолжительность одного занятия – 45 мин.

### ***Приобретение абонементного посещения бассейна:***

Для посещения бассейна необходимо пройти процедуру регистрации: фотографирование, приобретение бесконтактной пластиковой карты (далее «карта»), к которой приложен бланк («абонемент») с выпиской из правил посещения, датами и временем посещения бассейна, обязательной подписью посетителя об ознакомлении с настоящими правилами. В случае утери карты, выданной при регистрации, клиент приобретает дубликат по стоимости, установленной в Прейскуранте.

Карта служит пропуском в зону бассейна, является именной и не подлежит передаче другому лицу. **При балансе карты равно нулю и/или по истечении срока действия абонемента карта изымается. В случае утери первично выданной карты дубликат карты приобретается клиентом согласно стоимости, указанной в Прейскуранте.**

Приобретая абонемент, клиент подтверждает, что ни он, ни его несовершеннолетние дети не имеют медицинских противопоказаний для занятий в бассейне и полностью принимает на себя ответственность за состояние своего здоровья и состояние здоровья своих несовершеннолетних детей, посещающих бассейн вместе с ним.

В целях обеспечения безопасности и безвредности посещения бассейна клиентам необходимо один раз в три месяца проходить медицинский осмотр у медицинских работников учреждения или в других медицинских организациях на предмет выявления заболеваний из Перечня являющихся противопоказаниями к занятиям оздоровительным плаванием (Приложение №1 к настоящим Правилам) и обнаружения заболеваний, не упомянутых в СанПиН. В случае подозрения на заболевание клиентом предоставляется справка от специалиста по профилю заболевания.

Согласно Перечню заболеваний, являющихся противопоказаниями к занятиям оздоровительным плаванием (Приложение №1 к настоящим Правилам), медицинский персонал спорткомплекса *обязан не допустить* до занятий, при условии наличия абсолютных противопоказаний, и *может не допустить*, при условии наличия относительных противопоказаний, к занятиям на воде. При наличии относительных противопоказаний каждый случай решается индивидуально.

Лицам старше 70 лет, лицам с инвалидностью необходимо представить справки об отсутствии противопоказаний к посещению бассейна и о возможности посещения бассейна без сопровождающих.

Администрация оставляет за собой право определять плавательные дорожки, по которым Клиент должен плавать, в том числе возможна ситуация при которой одна и более дорожек изымаются из свободного плавания, о чем Клиентам сообщается посредством вывески «Дорожка занята».

Администрация оставляет за собой право объявлять в течение года нерабочие праздничные и санитарные дни. Информация о прекращении работы бассейна, об изменении в расписании заблаговременно размещается на информационном стенде и на сайте спорткомплекса [www.sport-sk.ru](http://www.sport-sk.ru). **Оплата услуг является свидетельством безоговорочного согласия с настоящими правилами.**

Для посещения бассейна действуют **следующие виды абонементов:**

Абонемент "**Свободный график посещения**"- включает в себя приобретение не менее 8 посещений по выбранному тарифу на фиксированный период времени - 30 календарных дней. Визит возможен в часы "Абонементного посещения" при наличии свободных мест. При окончании срока действия абонемента, неиспользованные посещения не продлеваются и не возмещаются. Возможно "замораживание" срока действия абонемента в случае предварительного уведомления администратора об отсутствии по уважительной причине (заболевание или командировка с предоставлением в будущем подтверждающих документов) на согласованный период времени.

Абонемент "**Фиксированное день/время посещения бассейна**"- приобретается сроком на один, два или три календарных месяца и должен включать не менее 4-х посещений в месяц в определенный час и день недели, в иное время посещение невозможно.

Абонемент "**Индивидуальное занятие плаванием с инструктором**"- это обучение плаванию, отработка полученных навыков у детей с 5 лет и взрослых. При посещении бассейна ребенком в возрасте с 4 до 8 лет обязательно его сопровождение до чаши бассейна взрослым одного пола с ребёнком. Сопровождающий родитель в сменной обуви провожает ребенка до душа, помогает переодеться, принять душ и передает ребенка инструктору. Сопровождающий покидает зону контроля до времени встречи ребенка в душе. После занятия инструктор передает ребенка сопровождающему. Сопровождающим запрещено находиться на чаше бассейна и в душевых во время занятия клиентов.

При невозможности сопровождения ребенка взрослым одного пола, родитель обязан ознакомить ребенка с правилами посещения бассейна, его служебных помещений (раздевалка, душ, лестница), с возможными рисками при несоблюдении этих правил. Родитель обязан подтвердить письменно свое согласие на посещение ребенком душа перед бассейном без сопровождающего, гарантируя соблюдение ребенком правил посещения.

При отмене занятия обязательно предварительное уведомление как администратора спорт-комплекса, так и инструктора.

Абонемент "**Групповое занятие плаванием взрослых**"- обучение плаванию с 14 лет до 55 лет, лицам старше 55 лет необходима первичная консультация с инструктором по физической культуре. Абонемент должен быть приобретен не менее чем на 1 месяц. Группа считается сформированной при количестве не менее трех и не более 10 человек. В месяц возможно отменить занятие без предоставления документов, подтверждающих заболевание, не более 2-х раз. Перенос занятия или возврат денежных средств осуществляется по общим правилам переноса занятий.

При приобретении услуги "**Плавание (дорожка)**" перенос или отмена посещения невозможны.

*Услуга разового посещения возможна при наличии свободных мест на сеансе и действительна только в день приобретения.*

### **Правила переноса занятий**

*Если клиент пропустил занятие без предварительного уведомления администраторов спорткомплекса не менее, чем за 1 час до занятия, то такое занятие ему не компенсируется и не переносится на другой день.*

Клиент ОБЯЗАН предупредить администратора спорткомплекса о своем отсутствии по телефону или на сайте учреждения [www.sport-sk.ru](http://www.sport-sk.ru) на странице "Уведомление об отмене занятия" или лично администраторам СК. Только при предварительном уведомлении не менее, чем за час до начала сеанса, занятие переносится.

Отмененные занятия можно «отработать» в течение срока действия абонемента, в другие дни от основного времени, при наличии свободных мест в группе при обязательном согласовании с администратором. При переносе занятия в последние дни месяца - отработка в первую неделю следующего месяца.

По абонементу «Занятие плаванием детей в группе» возврат или перенос занятий на следующий период возможен только по болезни ребенка не более чем за две недели отсутствия за период действия абонемента. Предварительное уведомление и справка из медицинского учреждения обязательны.

Возврат денежных средств осуществляется только в течение месяца после окончания срока действия абонемента за фактически пропущенные занятия, при условии: предварительного уведомления об отсутствии на занятиях; предоставлении документа, подтверждающего уважительную причину отсутствия на занятиях и при возврате первично выданной пластиковой карты. При невозврате пластиковой карты сумма к возврату уменьшается на стоимость карты по прейскуранту.

### ***Правила подготовки к занятиям на воде***

1. Перед посещением бассейна клиент обязан переобуться в сменную обувь и сдать верхнюю одежду в гардероб спорткомплекса. Опоздавшие более чем на 15 минут на сеанс не допускаются, стоимость занятия не компенсируется.

2. **Клиент обязан получать допуск к занятиям в бассейне у врача 1 раз в три месяца.** В случае отсутствия допуска занятия не состоятся. Возможно получение допуска при наличии санитарной книжки с отметкой дерматолога и сроком давности не более трех месяцев.

3. При посещении бассейна клиент должен иметь: купальный костюм, плавательную шапочку, мочалку, моющее средство, полотенце и резиновые шлепанцы.

4. Перед каждым посещением бассейна клиент предъявляет пластиковую карту на зоне контроля, где определяется информация о времени и дате посещения, наличии допуска врача. Контролер, проведя идентификацию клиента с фотографией, находящийся в клиентской базе, выдает ключ с номером, соответствующим номеру кабинки в раздевалке. По просьбе клиента выдаётся ключ от сейфовой ячейки.

5. **Клиент ОБЯЗАН до занятий в бассейне тщательно вымыться под душем не менее 5 минут с мочалкой и мылом, без купального костюма.** Необходимо смывать с себя любые косметические средства

Перед посещением бассейна недопустимо наносить на кожу косметические средства, в том числе содержащие различные масла, пользоваться бритвенными принадлежностями. Рекомендуется перед занятием в бассейне снять с себя любые ювелирные и иные украшения.

6. **После посещения чаши бассейна душ необходимо принимать не более 10 минут.** Процедуры: контрастный душ, пилинг, депиляция недопустимы.

### ***Правила занятий на воде***

1. Перед плаванием необходимо принять душ без купальных принадлежностей с мочалкой и мылом, смыть с себя любые косметические средства, надеть купальный костюм, шапочку. Сменная обувь для бассейна снимается перед входом в чашу бассейна. Обувь должна быть чистой и с нескользящей подошвой.

2. Входить в воду нужно по лестнице (трапу) с разрешения инструктора. Все передвижения в помещениях бассейна выполнять шагом, придерживаясь в случае необходимости поручней.

3. В воде заниматься на дорожках, обозначенных инструктором.

4. При плавании держаться правой стороны, обгонять слева, отдыхать следует в углах дорожки. Не разрешается плавать поперек дорожек.

5. Недопустимо жевать жевательную резинку во время занятий на воде, так как это может быть опасно для вашего здоровья.

6. *При ознобе или другом недомогании необходимо выйти из воды и обратиться к медицинскому персоналу спорткомплекса.*

Не рекомендуется приходить на занятия натощак или сразу после приема пищи, во избежание плохого самочувствия.

7. Спортивный инвентарь используется с разрешения инструктора, и по окончании занятия должен быть убран на место посетителем.

8. Посетители бассейна обязаны подчиняться распоряжениям инструктора, администратора, медицинских работников, а также соблюдать настоящие правила.

### ***Запрещено:***

- использовать стеклянную тару, в том числе с мыломоющими средствами; стойкие парфюмы;
- использовать одежду, не предназначенную для посещения бассейна (нижнее белье, шорты и т.д.);
- висеть на дорожках;
- прыгать с бортиков бассейна в воду;
- бегать на территории бассейна;
- создавать шум, вести громкие, продолжительные разговоры; подавать ложные крики о помощи;
- пользоваться ластами и своим крупным инвентарем (надувными мячами и пр.) в чаше бассейна;
- посещать бассейн в состоянии алкогольного и любого иного опьянения;
- отправлять естественные надобности в чашу бассейна;
- занимать дорожку, на которой находится вывеска «Дорожка занята».

Нарушители обязаны покинуть чашу. Дальнейшее посещение бассейна невозможно. Стоимость оплаченных занятий не компенсируется.

### ***Правила посещения бассейна для детей***

1. Дети до трех лет в чашу бассейна не допускаются (глубина чаши бассейна и температура воды и воздуха не соответствуют требованиям, предъявляемым СанПиН к занятиям с данным возрастом).

2. Дети с трех лет могут посещать бассейн в сопровождении родителя или иного совершеннолетнего законного представителя. Ответственность за жизнь и здоровье ребенка всецело лежит на сопровождающем его лице. При приобретении посещения на ребенка, необходимо представить документ, подтверждающий возраст ребенка.

В случае неадекватного поведения со стороны ребенка (агрессия, истерические состояния, намеренная порча имущества), которое создает дискомфорт окружающим людям, сотрудник спорткомплекса вправе требовать от сопровождающего лица покинуть территорию бассейна вместе с ребенком.

3. Запрещается переодевать мальчиков старше 4 лет в женской раздевалке, а девочек аналогичного возраста в мужской.

4. Подростки с 14 лет допускаются в чашу бассейна при умении держаться на воде без сопровождения взрослого.

5. Дети в возрасте 7 - 13 лет также могут посещать бассейн в составе группы по обучению плаванию. Ответственность за жизнь и здоровье детей во время занятий несет инструктор по физической культуре, распоряжениям которого дети обязаны подчиняться.

В случае неоднократного недисциплинированного поведения ребенка инструктор имеет право отстранить его от посещения без компенсации стоимости занятий.

Присутствие родителей или сопровождающих лиц на занятиях по абонементу «Занятие плаванием детей в группе» допускается только на открытых уроках по предварительному приглашению при наличии сменной обуви.

6. Для посещения бассейна детьми в плавательных группах каждые 3 месяца необходимы следующие медицинские документы: - справка лечебно-профилактического учреждения о результатах паразитологического обследования на энтеробиоз (для детей до 12 лет включительно); - действующая справка врача-педиатра о допуске к занятиям плаванием. При разовых посещениях - перед каждым посещением, если разрыв между ними более двух месяцев. (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 30.01.2003 №4 «О введении в действие СанПиН 2.1.2.1188-03»).

*Уважаемые посетители, от соблюдения настоящих правил зависит безопасность жизни и здоровья Вас и Ваших детей, качество воды в чаше бассейна, Ваш хороший отдых и прекрасное настроение.*

ПЕРЕЧЕНЬ ЗАБОЛЕВАНИЙ, ЯВЛЯЮЩИХСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯМИ  
К ЗАНЯТИЯМ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫМ ПЛАВАНИЕМ \*

1. - эпилепсия;
2. - туберкулез;
3. - хронические нагноительные заболевания кожи;
4. - пороки сердечных клапанов, врожденные или приобретенные вне стадии стойкой компенсации;
5. - ишемическая болезнь сердца с частыми приступами стенокардии;
6. - гипертоническая болезнь III стадии;
7. - общий выраженный атеросклероз;
8. - тиреотоксический синдром (диффузный токсический зоб, тиреотоксическая аденома);
9. - трофические язвы;
10. - хронический нефрит вне стадии стойкой ремиссии;
11. - хронические заболевания женских половых органов с частыми обострениями;
12. - беременность свыше 6 месяцев;
13. - хронический гнойный отит;
14. - хронические заболевания придаточных полостей носа с частыми обострениями;
15. - часто обостряющийся конъюнктивит;
16. - глаукома III-2 - IV ст.;
17. - венерические болезни;
18. - пиодермия, заразные кожные заболевания;
19. - ихтиоз в выраженной форме;
20. - чешуйчатый лишай при значительном распространении;
21. - гельминтозы;
22. - пароксизмальные формы аритмий, сопровождающиеся выраженными нарушениями гемодинамики;
23. - артериальная гипертензия, протекающая с частыми кризами;
24. - наличие застойной сердечной недостаточности (II А-Б стадии).

\*Перечень составлен на основании Приказа Министерства здравоохранения Российской Федерации в соответствии с частью 2 статьи 37 Федерального закона от 21 ноября 2011 г. N323-ФЗ "Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации"