ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО

ПО ТЕХНИЧЕСКОМУ РЕГУЛИРОВАНИЮ И МЕТРОЛОГИИ

НАЦИОНАЛЬНЫЙ СТАНДАРТ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ГОСТ Р 57116— 2016

Фитнес-услуги

ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ФИТНЕС-ОБЪЕКТАМ

Издание официальное

Москва
Стандартинформ
2020

gost.e-ecolog.ru

Предисловие

1 РАЗРАБОТАН Открытым акционерным обществом «Всероссийский научно-исследовательский институт сертификации» (ОАО «ВНИИС»), ООО «Международное агентство сертификации», НОУ «Национальный университет фитнеса», Кадетским корпусом (спортивной школой) Военного института физической культуры, ООО «МАСТЕРА ФИТНЕСА», ООО «АКАДЕМИЯ БОКСА», ООО «Компания А&А», ООО «Фитнес дивижин», АНО ОЦ «Академия фитнеса», ФГБОУ ВО «Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)», ФГКВОУ ВО «Военный институт физической культуры», ООО «Эко-студия»

2 ВНЕСЕН Техническим комитетом по стандартизации ТК 342 «Услуги населению»

3 УТВЕРЖДЕН И ВВЕДЕН В ДЕЙСТВИЕ Приказом Федерального агентства по техническому регулированию и метрологии от 4 октября 2016 г. № 1304-ст

4 ВВЕДЕН ВПЕРВЫЕ

5 ПЕРЕИЗДАНИЕ. Февраль 2020 г.

*Правила применения настоящего стандарта установлены в статье 26 Федерального закона от 29 июня 2015 г. № 162-ФЗ «О стандартизации в Российской Федерации». Информация об изменениях к настоящему стандарту публикуется в ежегодном (по состоянию на 1 января текущего года) информационном указателе «Национальные стандарты», а официальный текст изменений и поправок — в ежемесячном информационном указателе «Национальные стандарты». В случае пересмотра (замены) или отмены настоящего стандарта соответствующее уведомление будет опубликовано в ближайшем выпуске ежемесячного информационного указателя «Национальные стандарты». Соответствующая информация, уведомление и тексты размещаются также в информационной системе общего пользования — на официальном сайте Федерального агентства по техническому регулированию и метрологии в сети Интернет (*gost.e-ecolog.ru

© Стандартинформ, оформление, 2016, 2020

Настоящий стандарт не может быть полностью или частично воспроизведен, тиражирован и распространен в качестве официального издания без разрешения Федерального агентства по техническому регулированию и метрологии

Содержание

1 Область применения . . . 1
2 Нормативные ссылки . . . 1
3 Термины и определения . . . 2
4 Виды фитнес-объектов . . . 2
5 Общие требования . . . 2
6 Требования безопасности . . . 5
7 Контроль качества услуг, оказываемых фитнес-объектами . . . 5
Приложение А (рекомендуемое) Примерные правила посещения и поведения посетителей в фитнес-объектах . . . 6
Библиография . . . 18

НАЦИОНАЛЬНЫЙ СТАНДАРТ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Фитнес-услуги

ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ФИТНЕС-ОБЪЕКТАМ

Services of the fitnes. General requirements to fitnes facilities

Дата введения — 2017—06—01

1 Область применения

Настоящий стандарт устанавливает общие требования к фитнес-объектам.

Настоящий стандарт предназначен для применения юридическими лицами и индивидуальными предпринимателями, предоставляющими фитнес-услуги в фитнес-объектах различных организационно-правовых форм.

2 Нормативные ссылки

В настоящем стандарте использованы нормативные ссылки на следующие стандарты:

ГОСТ 30389 Услуги общественного питания. Предприятия общественного питания. Классификация и общие требования

ГОСТ 32670 Услуги бытовые. Услуги бань и душевых. Общие технические условия

ГОСТ Р 50646 Услуги населению. Термины и определения

ГОСТ Р 51142 Услуги бытовые. Услуги парикмахерских и салонов красоты. Общие технические условия

ГОСТ Р 51304 Услуги торговли. Общие требования

ГОСТ Р 52024 Услуги физкультурно-оздоровительные и спортивные. Общие требования

ГОСТ Р 52025 Услуги физкультурно-оздоровительные и спортивные. Требования безопасности потребителей

ГОСТ Р 52058 Услуги бытовые. Услуги прачечных. Общие технические условия

ГОСТ Р 55321 Услуги населению. СПА-услуги. Общие требования

ГОСТ Р 56445 Тренажеры стационарные. Общие требования безопасности и методы испытаний

ГОСТ Р 56644 Услуги населению. Фитнес-услуги. Общие требования

Примечание — При пользовании настоящим стандартом целесообразно проверить действие ссылочных стандартов в информационной системе общего пользования — на официальном сайте Федерального агентства по техническому регулированию и метрологии в сети Интернет или по ежегодному информационному указателю «Национальные стандарты», который опубликован по состоянию на 1 января текущего года, и по выпускам ежемесячного информационного указателя «Национальные стандарты» за текущий год. Если заменен ссылочный стандарт, на который дана недатированная ссылка, то рекомендуется использовать действующую версию этого стандарта с учетом всех внесенных в данную версию изменений. Если заменен ссылочный стандарт, на который дана датированная ссылка, то рекомендуется использовать версию этого стандарта с указанным выше годом утверждения (принятия). Если после утверждения настоящего стандарта в ссылочный стандарт, на который дана датированная ссылка, внесено изменение, затрагивающее положение, на которое дана ссылка, то это положение рекомендуется применять без учета данного изменения. Если ссылочный стандарт отменен без замены, то положение, в котором дана ссылка на него, рекомендуется применять в части, не затрагивающей эту ссылку.

Издание официальное

3 Термины и определения

В настоящем стандарте применены термины по ГОСТ Р 50646, ГОСТ Р 56644, а также следующий термин с соответствующим определением:

3.1 **фитнес-объект:** Многофункциональный или специализированный физкультурно-оздоровительный объект, оказывающий фитнес-услуги.

Примечание — К фитнес-объектам относят фитнес-клубы, фитнес-центры, фитнес-студии и т. п. Уровень сервиса и комфорта в фитнес-объектах, как правило, превышает уровень сервиса в физкультурно-спортивных комплексах в связи с организацией в фитнес-объектах дополнительных помещений и фитнес-зон для отдыха, консультаций и восстановительных процедур посетителей.

4 Виды фитнес-объектов

4.1 Фитнес-объекты принято подразделять по следующим признакам:

- объему предоставляемых основных фитнес-услуг;
- объему предоставляемых дополнительных, сопутствующих фитнес-услуг;
- местонахождению/расположению;
- площадям, размерам фитнес-зон, пропускной способности объекта.

4.2 По объему предоставляемых фитнес-услуг различают многофункциональные и специализированные фитнес-объекты.

4.2.1 Многофункциональные фитнес-объекты предоставляют полный перечень основных и дополнительных фитнес-услуг в соответствии с ГОСТ Р 56644.

4.2.2 К специализированным фитнес-объектам относят объекты, предоставляющие отдельные виды фитнес-услуг из перечня по ГОСТ Р 56644.

4.3 Фитнес-объекты могут быть сетевыми и самостоятельными (несетевые, монопроекты).

4.3.1 К сетевым фитнес-объектам относят объекты, входящие в сеть, функционирующие по единым стандартам и имеющие единый бренд.

Фитнес-объекты, функционирующие под брендом российских или сетевых операторов, должны соблюдать требования стандартов этих организаций, не противоречащие законодательству Российской Федерации.

4.3.2 К самостоятельным фитнес-объектам относят объекты, функционирующие под собственной торговой маркой или брендом.

4.4 Фитнес-объекты могут функционировать по системе франчайзинга в рамках договоров коммерческой концессии, используя единую бизнес-модель и товарный знак и/или бренд, предоставленные франчайзером.

4.5 Фитнес-объект может устанавливать правила поведения для посетителей, не противоречащие нормативным правовым актам Российской Федерации. Примерные правила посещения и поведения посетителей в фитнес-объектах представлены в приложении А.

5 Общие требования

5.1 Фитнес-объекты должны соответствовать требованиям нормативных правовых актов Российской Федерации и нормативных документов федеральных органов исполнительной власти, требованиям ГОСТ Р 52024, ГОСТ Р 52025, ГОСТ Р 56644 и настоящего стандарта.

5.2 Требования к зданиям и прилегающей территории

5.2.1 Фитнес-объекты могут быть расположены:

- в жилых домах;
- в общественных зданиях и сооружениях, в т. ч. в отдельно стоящих зданиях, зданиях гостиниц и иных средств временного размещения, зданиях торгово-развлекательных, культурно-развлекательных, образовательных и медицинских организаций, в офисных зданиях;
- на территории санаторно-курортных и оздоровительных организаций, охраняемых природных территориях.

5.2.2 Фитнес-объекты любого вида должны иметь удобные подъездные пути и пешеходные доступы к входу, а также необходимые справочно-информационные указатели. Территория, прилегающая

к объекту, должна быть благоустроена и освещена в темное время суток. На территории, прилегающей к фитнес-объектам, может быть оборудована автостоянка для посетителей, в т. ч. для инвалидов — не менее 5 % от общего числа машино-мест (подземная или надземная).

5.2.3 Фитнес-объект на входе должен иметь вывеску и информационную табличку с указанием своего наименования и режима работы.

5.2.4 Рекомендуется наличие отдельных входов для посетителей и служащих (персонала) фитнес-объекта.

5.2.5 В здании объекта, имеющего более трех этажей, должен быть предусмотрен пассажирский лифт для посетителей.

5.2.6 На строящихся и реконструируемых фитнес-объектах для обслуживания посетителей с ограниченными физическими возможностями должны быть предусмотрены наклонные пандусы у входных дверей для проезда инвалидных колясок, лифты, площадки для разворота инвалидных колясок, специально оборудованные туалетные комнаты согласно международным рекомендациям и в соответствии с требованиями законодательства Российской Федерации.

5.2.7 В фитнес-объектах, функционирующих на охраняемых природных территориях (памятниках природы, ботанических садах и пр.), необходимо соблюдать соответствующее законодательство Российской Федерации.

5.2.8 В фитнес-объектах, функционирующих в курортных зонах, рекомендуется использовать в оздоровительных целях природные воды, термальные источники или грязи при их наличии, а также иные возможности естественной физической реабилитации.

5.3 Требования к составу различных зон и помещений фитнес-объекта

5.3.1 В фитнес-объектах выделяют следующие зоны и помещения:

- основные функциональные фитнес-зоны и зоны обслуживания посетителей;
- дополнительные фитнес-зоны;
- общественные зоны и помещения для посетителей;
- вспомогательные помещения и зоны обслуживания;
- служебную зону.

Кроме того, в фитнес-объекте может быть выделена зона коммерческой торговли.

5.3.2 К основным функциональным фитнес-зонам относят зоны, в которых оказываются физкультурно-оздоровительные услуги (фитнес-программы): тренажерные залы (включая кардиозоны), залы групповых и персональных занятий, залы со специальным оборудованием (для велопрограмм, единоборств, пилатес и др.), помещения для детского фитнеса, плавательные бассейны (в т. ч. с релакс-зонами). К основным функциональным помещениям относят бани различных видов (русская, турецкая, финская, римская, фитосауна, купель и пр.), галокамеру или соляную комнату, криокамеру (ледяной грот, снежную комнату для криопроцедур), зоны фитнес-тестирования и медицинские кабинеты.

Функциональные фитнес-зоны должны соответствовать строительным и санитарным нормам и правилам [1].

Оборудование фитнес-зон (тренажеры стационарные) должно соответствовать общим требованиям ГОСТ Р 56445 и дополнительным специальным требованиям стандартов для тренажеров различных видов. На всех тренажерах должны быть предусмотрены предупреждающие надписи о потенциальной травмоопасности спортивного оборудования и ответственности посетителей при занятиях и тренировках.

Плавательные бассейны должны соответствовать строительным и санитарным нормам и правилам [2], [3]. Бани всех видов должны соответствовать строительным и санитарным нормам и правилам и требованиям ГОСТ 32670.

5.3.3 К дополнительным фитнес-зонам относят специально оборудованные помещения для предоставления дополнительных фитнес-услуг в соответствии с ГОСТ Р 56644, в т. ч.: фитнес-бар и/или предприятия питания других типов, СПА-зону (СПА-салон), салон красоты, солярии, детскую игровую комнату, помещения для реабилитации и комнаты отдыха для посетителей.

Объекты (предприятия) питания различных типов должны соответствовать правилам оказания услуг общественного питания [4] и требованиям ГОСТ 30389.

СПА-салоны (СПА-зоны) должны соответствовать требованиям ГОСТ Р 55321. Салоны красоты, солярии должны соответствовать правилам бытового обслуживания населения [5], санитарным нормам и правилам [6] и требованиям ГОСТ Р 51142.

5.3.4 К общественным зонам и помещениям для потребителей относят входную зону, холлы, коридоры, зону рецепции и т. п.

В зоне рецепции потребитель должен получить информацию об исполнителе фитнес-услуг и оказываемых услугах любым доступным и наглядным способом. В зоне рецепции должна быть оборудована зона ожидания с мягкой мебелью, а также могут быть расположены фитнес-бар, гардероб и индивидуальные сейфы для хранения ценностей посетителей.

В общественных помещениях, в зоне рецепции рекомендуется устанавливать телефоны коллективного пользования (городская, междугородная связь) и предоставлять беспроводной доступ в информационно-телекоммуникационную сеть Интернет (Wi-Fi).

5.3.5 Зона коммерческой торговли (включая торговые объекты) должна функционировать в соответствии с правилами продажи отдельных видов товаров [7] и требованиями ГОСТ Р 51304.

5.3.6 Вспомогательные помещения и зоны обслуживания включают: гардероб, раздевалки, душевые и санузлы для посетителей, помещения для хранения инвентаря, методические кабинеты, пункты проката, прачечную самообслуживания для посетителей, парковку автотранспорта посетителей.

Во вспомогательных помещениях должны соблюдаться санитарно-гигиенические нормы. Прачечная самообслуживания должна соответствовать требованиям ГОСТ Р 52058.

5.3.7 К служебным зонам фитнес-объектов относят административные, технические помещения, мастерские, комнаты отдыха персонала, бытовые помещения для персонала, хозяйственные помещения, недоступные для посетителей.

Доступные и недоступные для посетителей помещения фитнес-объектов должны быть четко разграничены.

5.3.8 Архитектурно-планировочные решения и конструктивные элементы помещений и зон фитнес-объекта должны соответствовать нормативным требованиям [1], [8] и обеспечивать комфортные и безопасные условия для посетителей и персонала.

5.3.9 Композиционные решения фитнес-объекта и его отдельных зон должны быть функциональными. Площади основных функциональных фитнес-зон должны быть рассчитаны с учетом комфортного пребывания и тренировок посетителей для обеспечения оптимальной пропускной способности объекта.

5.3.10 Размещение и планировка зон, помещений, оборудования в фитнес-объектах должны обеспечивать последовательность (поточность) технологических фитнес-процессов.

5.4 Требования к техническому оснащению и инженерному обеспечению фитнес-объектов

5.4.1 Требования к вентиляции и отоплению

Здания фитнес-объектов всех видов должны быть оснащены инженерными системами и оборудованием, обеспечивающими оптимальный уровень комфорта посетителей по [9].

Системы вентиляции и отопления должны соответствовать строительным нормам и правилам [10].

Предусматривается оборудование приточно-вытяжной вентиляции с механическим и естественным побуждением. Раздельные системы приточно-вытяжной вентиляции предусматривают для следующих групп помещений: тренажерные залы и другие функциональные зоны, административные и бытовые помещения, предприятия общественного питания, бани и душевые.

Основные функциональные фитнес-зоны рекомендуется оснащать системами кондиционирования воздуха с автоматическим поддержанием оптимальных параметров температуры и влажности.

При размещении фитнес-объектов в жилых зданиях уровень шума и вибрации не должен превышать нормы, установленные законодательством Российской Федерации [11].

Объекты, занимающие часть жилого здания, должны быть оборудованы изолированными входами (выходами).

5.4.2 Требования к водоснабжению и канализации

Здания фитнес-объектов рекомендуется оборудовать системами хозяйственно-питьевого противопожарного водопровода, горячего и циркуляционного водоснабжения, бытовой канализации и водостоком, отвечающими строительным нормам и правилам согласно [12].

5.4.3 Требования к автоматизации

Автоматизация технологических фитнес-процессов в фитнес-объектах предусматривает оснащение основного спортивного оборудования средствами контроля, регулирования и сигнализации, позволяющими обеспечивать безопасность и комфортность для клиентов, способствует снижению затрат и интеграции в автоматизацию всего здания фитнес-объекта до уровня диспетчеризации.

5.5 Требования к мебели и отделке помещений

Мебель, установленная во всех помещениях фитнес-объектов, должна соответствовать функциональному назначению.

Материалы, используемые для внутренней отделки помещений, покрытия полов, мягкой мебели из синтетических материалов, не должны являться источниками выделения вредных веществ и создавать неблагоприятные условия для посетителей.

Покрытия и поверхности стен, оборудования и мебели должны быть нетравмоопасными (без острых углов и кромок). Все поверхности должны быть гладкими, легко очищаемыми, допускать уборку влажным способом и быть устойчивыми к воздействию моющих и дезинфицирующих средств. Полы во всех помещениях должны быть ровными, без щелей и дефектов и иметь плинтусы, плотно прилегающие к стенам и полу.

Интерьеры помещений и отдельных зон должны обеспечивать стилевое единство или отражать специализацию фитнес-объекта.

5.6 Требования к оборудованию и инвентарю

Профессиональное спортивное оборудование и инвентарь фитнес-объектов должны быть исправными, соответствовать функциональному назначению и обеспечивать безопасность оказания фитнес-услуг для посетителей.

5.7 Требования к санитарным объектам общего пользования

Санузлы в фитнес-объектах рекомендуется располагать в зоне рецепции (или в непосредственной близости от нее), в зоне тренажерных залов, детской игровой комнаты и в раздевалках для посетителей. Все санузлы должны быть оборудованы туалетными кабинами, умывальниками с зеркалами, диспенсером для мыла, туалетной бумагой, корзинами для мусора. Стены и полы санузлов, бассейнов и душевых комнат рекомендуется облицовывать влагостойкими материалами, устойчивыми к обработке дезинфицирующими средствами.

6 Требования безопасности

6.1 Требования безопасности к фитнес-объектам должны соответствовать разделу 7 ГОСТ Р 56644.

6.2 Фитнес-объекты должны соответствовать требованиям пожарной безопасности [13] и быть оборудованными системами противопожарной защиты, оповещения и средствами защиты от пожара.

6.3 В зданиях фитнес-объектов должны быть предусмотрены эвакуационные пути и выходы, лестницы, хорошо заметные информационные указатели для обеспечения свободной ориентации как в обычной, так и в чрезвычайной ситуациях [14].

6.4 В фитнес-объектах должны быть размещены в доступном для обозрения месте планы эвакуации во время пожара, инструкции о действиях посетителей и персонала в чрезвычайных ситуациях (стихийных бедствиях, пожарах и др.).

6.5 В фитнес-объектах должны соблюдаться санитарно-гигиенические, противоэпидемиологические правила и нормы, в т. ч..

- содержание прилегающей территории и мест общего пользования;
- уборка основных функциональных и других помещений;
- уборка и обработка санузлов;
- обработка полотенец и халатов (стирка и глажение при наличии прачечной);
- содержание и обработка уборочного инвентаря;
- удаление твердых бытовых отходов;
- дезинсекционные и дератизационные мероприятия.

7 Контроль качества услуг, оказываемых фитнес-объектами

7.1 Для оценки качества и безопасности фитнес-услуг, оказываемых фитнес-объектами, используют методы контроля: визуальный, экспертный, социологический, инструментальный (измерительный) согласно ГОСТ Р 56644.

7.2 Контролю подлежат фитнес-объекты, физкультурно-оздоровительные программы (фитнес-программы), персонал, оказывающий фитнес-услуги и реализующий фитнес-программы.

Приложение А
(рекомендуемое)

Примерные правила посещения и поведения посетителей в фитнес-объектах

Введение

Правила посещения фитнес-объекта обязательны для соблюдения всеми посетителями, в т. ч. владельцами именных клубных (членских) карт, потенциальными членами и гостями фитнес-объекта.

Правила не являются исчерпывающими, поскольку администрация фитнес-объекта вправе самостоятельно их дополнять, изменять и корректировать при необходимости.

Правила являются неотъемлемым приложением к договору (контракту) предоставления фитнес-услуг (далее — договор/контракт), заключаемым с физическими и юридическими лицами, а также группами лиц (далее — посетители фитнес-объекта). Лица, посещающие фитнес-объект в качестве гостей — членов фитнес-объекта, обязаны соблюдать настоящие правила в период пребывания в фитнес-объекте. Ответственность за соблюдение правил гостями несет владелец клубной (членской) карты, пригласивший гостя. Участники корпоративного договора (договор с юридическим лицом) имеют статус посетителей фитнес-объекта.

1 Правила посещения фитнес-объекта

Посетитель фитнес-объекта обязан внимательно изучить и соблюдать настоящие правила, положения договора/контракта, заключенного между владельцем контракта и юридическим лицом, обеспечивающим оказание фитнес-услуг.

В случае нарушения правил, в т. ч. отказ от оплаты штрафов/компенсаций, предусмотренных правилами, администрация фитнес-объекта оставляет за собой право на принятие необходимых мер оперативного воздействия, включая право в одностороннем порядке приостановить или прекратить действие договора/контракта.

1.1 Членство в фитнес-объекте

Членство в фитнес-объекте — это право пользоваться предоставляемыми фитнес-услугами в соответствии с видом и категорией членства, а также право участвовать в мероприятиях фитнес-объекта, организуемых для его посетителей. Членство в фитнес-объекте является персональным (именным).

Некоторые виды членских карт могут предусматривать ограничения по времени и дням посещений, когда посетителю фитнес-объекта предоставляется возможность пользоваться фитнес-услугами, в т. ч. возможность находиться в фитнес-объекте. В случае несоблюдения членом фитнес-объекта таких ограничений он обязан дополнительно оплатить установленную прейскурантом стоимость гостевого визита (при несоблюдении ограничений по дням) или половину стоимости гостевого визита (при несоблюдении ограничений по времени).

Администрация фитнес-объекта оставляет за собой право в одностороннем порядке прекратить предоставление услуг посетителю фитнес-объекта при невыполнении им требований, установленных настоящими правилами, при невыполнении рекомендаций персонала фитнес-объекта, а также в случае поступления неоднократных жалоб (не менее двух) от других посетителей фитнес-объекта на поведение посетителя фитнес-объекта, причиняющего им дискомфорт.

1.2 Оформление членства

Членство в фитнес-объекте оформляют сотрудники фитнес-объекта, которые знакомят посетителей с фитнес-объектом, консультируют по видам и категориям членств и с условиями их приобретения.

Оформление членства в фитнес-объекте, а также изменение, прекращение или продление членства осуществляют при предъявлении документа, удостоверяющего личность.

1.3 Оплата членства

Оплата членства осуществляется в порядке и в сроки, определенные договором/контрактом.

1.4 Членская карта

После заключения договора/контракта и оплаты членства для посетителя фитнес-объекта оформляется именная клубная/членская карта (далее — членская карта), которая является подтверждением членства в фитнес-объекте и права пользования фитнес-услугами, включенными в стоимость членской карты, и дополнительными услугами, не включенными в стоимость членской карты и оказываемыми на территории фитнес-объекта за отдельную плату в соответствии с действующим прейскурантом.

При каждом посещении фитнес-объекта посетитель фитнес-объекта обязан предъявлять именную членскую карту или средство электронной идентификации на посту охраны и на рецепции фитнес-объекта. До момента изготовления исполнителем членской карты/средства электронной идентификации при каждом посещении посетитель фитнес-объекта обязан предъявлять на посту охраны и на рецепции оригинал договора/контракта и документ, удостоверяющий личность.

Для изготовления членской карты и пользования фитнес-услугами посетитель фитнес-объекта обязан предоставить администрации следующие персональные данные: фамилию, имя, отчество, адрес, реквизиты документа, удостоверяющего личность, биометрические данные в виде фотографии.

В случае использования в фитнес-объекте многоуровневой системы идентификации посетителей и/или доступа посетителей для пользования услугами для изготовления средств электронной идентификации посетитель фитнес-объекта обязан предоставить исполнителю следующие персональные данные: фамилию, имя, отчество, адрес, реквизиты документа, удостоверяющего личность, биометрические данные (фотографию, изображения папиллярных узоров, которые сканируются специальным устройством в целях преобразования в цифровую форму без возможности обратного отображения узоров на каком-либо носителе).

В случае если посетитель фитнес-объекта не имеет при себе членской карты/электронного средства идентификации, ему на основании предъявления документа, удостоверяющего личность, выдается во временное пользование временное средство идентификации, которое является имуществом администрации и которое действует в течение дня его выдачи. Посетитель фитнес-объекта обязан вернуть исполнителю временное средство идентификации в день его использования.

Пользоваться услугами, в т. ч. дополнительными услугами, членской картой, средствами электронной идентификации, вправе только посетитель фитнес-объекта, на чье имя оформлена членская карта/средство электронной идентификации или с кем заключен договор/контракт.

В случае утери членская карта может быть восстановлена по письменному заявлению посетителя фитнес-объекта. За изготовление новой карты может взиматься оплата согласно прейскуранту.

Посетитель фитнес-объекта не имеет права передавать свою членскую карту другому лицу, за исключением случаев, предусмотренных условиями договора/контракта. В случае нарушения данного правила администрация имеет право оштрафовать посетителя фитнес-объекта согласно прейскуранту.

1.5 Переоформление (переуступка) членских карт

Посетитель фитнес-объекта имеет право переоформить свою членскую карту на другое лицо (если это прямо предусмотрено условиями приобретенного членства) в установленном порядке. За переоформление членской карты взимается оплата согласно прейскуранту. Переоформленная членская карта в последующем не может быть переоформлена на другое лицо.

1.6 Приостановление (заморозка) членских карт

В случаях, предусмотренных договором/контрактом, посетитель фитнес-объекта вправе на основании письменного заявления осуществить приостановку периода оказания фитнес-услуг (далее — заморозка).

Заявление на использование заморозки должно быть подано исполнителю до начала ее исчисления лично посетителем фитнес-объекта на рецепцию, либо отправлено факсимильным/электронным сообщением в фитнес-объект, либо при наличии технической возможности оформлено через веб-сайт фитнес-объекта. Только владелец контракта или посетитель фитнес-объекта, являющийся родителем, вправе подать заявление об использовании заморозки для посетителя фитнес-объекта, который не достиг 18-летнего возраста.

Общее количество дней заморозки и минимальное количество дней единовременно используемой заморозки по одной членской карте устанавливается администрацией и отражается в договоре/контракте.

Если иное не предусмотрено правилами, администрация осуществляет приостановление периода оказания фитнес-услуг посетителю фитнес-объекта на указанное в заявлении количество дней заморозки с даты, указанной в заявлении, но не ранее дня получения соответствующего заявления.

Посетитель фитнес-объекта лишается права использовать неиспользованное количество дней заморозки, если такое количество дней меньше минимального количества дней единовременно используемой заморозки, установленного в договоре/контракте, а также в случае истечения/окончания периода оказания фитнес-услуг.

При использовании посетителем фитнес-объекта права на заморозку период оказания услуг сдвигается пропорционально количеству фактически использованных дней заморозки. Исключение составляют случаи, когда посетитель фитнес-объекта в период действия заморозки начал пользоваться фитнес-услугами ранее истечения минимального количества дней единовременно используемой заморозки, предусмотренного договором/контрактом. В таких случаях заявление на заморозку автоматически отменяется, а перенос периода оказания услуг по членской карте не проводится. В таких случаях фактически использованными днями заморозки считаются дни с начала действия заморозки до дня, предшествующего дате начала пользования посетителем фитнес-объекта фитнес-услугами.

Дополнительная услуга «платная заморозка» может предоставляться посетителю в случаях и на условиях, установленных администрацией. Если администрацией не будет установлено иное, платная заморозка может быть использована посетителем фитнес-объекта только после использования всех дней заморозки, предусмотренных договором/контрактом, и только в течение периода оказания услуг, а также в соответствии с правилами использования заморозки.

Право посетителя фитнес-объекта использования платной заморозки прекращается по истечении периода оказания услуг.

Минимальный срок заморозки членства определяется администрацией. Заявляемый членом фитнес-объекта срок заморозки не должен превышать оставшийся срок до окончания срока действия членства.

В случае беременности, подтвержденной справкой из женской консультации, члену фитнес-объекта по его заявлению может быть предоставлено дополнительное (к предусмотренному членством) приостановление (заморозка) членства, при этом общий срок заморозки, включая неиспользованный до наступления беременности срок заморозки, определяется администрацией.

2 Пребывание в фитнес-объекте

Администрация фитнес-объекта рекомендует посетителям фитнес-объекта:

- до начала посещения фитнес-объекта, пользования фитнес-услугами пройти первичную консультацию специалиста/фитнес-тестирование для получения рекомендаций по допустимому для него уровню физических нагрузок и рекомендованным видам занятий, так как член фитнес-объекта несет персональную ответственность за свое здоровье; при получении первичной консультации член фитнес-объекта должен предоставить полную и точную информацию о состоянии своего здоровья;
- по требованию администрации посетитель фитнес-объекта обязан представить медицинскую справку установленного образца о допуске к участию в физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятиях, проводимых в бассейне;
- для составления программы мероприятий в тренажерном зале пройти первоначальный инструктаж с целью адаптации посетителя фитнес-объекта к фитнес-программам и спортивному оборудованию, ознакомления с техникой безопасности при использовании оборудования, с правильной техникой выполнения упражнений, получения необходимых начальных знаний и навыков для последующих занятий;
- до посещения физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятий в форме групповых занятий с персоналом фитнес-объекта получить специальный инструктаж.

Примечание — Групповые занятия представляют собой занятия, проводимые персоналом фитнес-объекта, продолжительностью от 30 до 90 мин в зависимости от формата занятия, регламентируемые расписанием;

- для составления программы мероприятий в бассейне пройти первоначальный инструктаж с целью адаптации посетителя фитнес-объекта к программам и оборудованию, с целью ознакомления с техникой безопасности во время пребывания в бассейне, получения необходимых начальных знаний и навыков для последующих занятий;
- внимательно и ответственно относиться к состоянию своего здоровья и незамедлительно сообщать персоналу фитнес-объекта о любых случаях ухудшения самочувствия во время пребывания в фитнес-объекте, а также о любых ограничениях к занятиям в фитнес-объекте;
- при наличии ограничений к занятиям в фитнес-объекте, подтвержденных медицинской справкой, по просьбе посетителя фитнес-объекта разработать для него индивидуальную программу занятий с учетом полученных рекомендаций.

Примечание — В случае непредоставления посетителем фитнес-объекта медицинской справки или выписки из медицинской документации медицинского учреждения, оказывающего медицинскую помощь посетителю фитнес-объекта на постоянной основе, содержащую рекомендации врача по возможным и допустимым физическим нагрузкам при занятии им физической культурой и спортом, администрация фитнес-объекта вправе считать, что у клиента отсутствуют соответствующие противопоказания;

- при ухудшении (даже незначительном) самочувствия во время занятий посетителю фитнес-объекта необходимо сообщить об этом инструктору/тренеру, который проводит физкультурные и спортивно-оздоровительные мероприятия, или иному сотруднику фитнес-объекта для обеспечения оказания первой помощи нуждающемуся;
- при ухудшении самочувствия посетителя фитнес-объекта в тот момент, когда в прямом доступе нет сотрудника фитнес-объекта, необходимо обратиться к любому находящемуся рядом лицу с просьбой оказать помощь и/или пригласить сотрудника фитнес-объекта;
- при наступлении беременности не позднее первого посещения фитнес-объекта после того, как посетителю фитнес-объекта станет известно об этом, сообщить об этом сотруднику фитнес-объекта, а также представить справку из женской консультации (от врача акушера-гинеколога) с разрешением посещения занятий в фитнес-объекте; на основании разрешения от врача акушера-гинеколога посетителю фитнес-объекта будут рекомендованы специальные программы для беременных.

Фитнес объект не несет ответственности за вред, причиненный жизни и/или здоровью посетителя фитнес-объекта, наступивший в результате:

- предоставления посетителем фитнес-объекта неполных/недостоверных сведений о состоянии своего здоровья;
- острого или хронического заболевания посетителя фитнес-объекта;
- неосторожности посетителя фитнес-объекта;
- занятия посетителя фитнес-объекта по собственной программе, несогласованной со специалистом фитнес-объекта;
- нарушения посетителем фитнес-объекта правил фитнес-объекта, правил техники безопасности, рекомендаций специалистов фитнес-объекта, а также размещенных на информационных и/или предупредительных, запретительных табличках в фитнес-объекте или на оборудовании;
- действий третьих лиц;
- в иных случаях, предусмотренных договором/контрактом и/или законодательством Российской Федерации.

Этикет в фитнес-объекте

При входе в фитнес-объект следует надевать бахилы.

На территории фитнес-объекта необходимо вежливо и уважительно относиться к другим посетителям и сотрудникам фитнес-объекта, третьим лицам, бережно относиться к имуществу фитнес-объекта и третьих лиц.

Форма одежды

Для занятий в фитнес-объекте необходимо иметь предназначенную для этого чистую сменную обувь и одежду (верхняя часть тела должна быть закрыта): футболки, спортивные брюки, шорты, кроссовки, для аквазоны — купальный костюм, резиновая шапочка и специальная (устойчивая и нескользящая) обувь для бассейна.

Запрещается находиться на физкультурном и спортивно-оздоровительном мероприятии без специальной защиты, если такая защита предусмотрена для применения во время участия в соответствующем мероприятии.

Запрещается плавать в бассейне в нижнем белье и другой, не предназначенной для спортивного плавания одежде, а также без нее.

При наличии на теле посетителей фитнес-объектов татуировок или иных рисунков, запрещенных в России (например, содержащих свастику, ненормативную лексику, в т. ч. на иностранном языке), такие рисунки должны быть закрыты одеждой в течение всего времени пребывания в фитнес-объекте, включая душевые и бассейн.

В целях безопасности запрещается заниматься босиком, в носках, пляжных или домашних тапочках и т. п., исключение составляют специальные занятия (например, йога, пилатес, стретчинг и др.).

Перед занятиями не рекомендуется использовать парфюмерию с резким запахом. Одежда должна быть чистой и опрятной.

Личная гигиена

Необходимо соблюдать общие нормы гигиены: перед посещением аквазоны (бассейна, сауны, бани, джакузи и др.) следует в обязательном порядке принять душ.

На территории фитнес-объекта запрещается:

- курить (в т. ч. электронные сигареты или вапорайзеры);
- находиться в фитнес-объекте в состоянии алкогольного, наркотического или токсического опьянения;
- употреблять спиртные напитки, наркотические вещества, стимуляторы, допинговые вещества, неразрешенные медикаменты;
- принимать сильнодействующие и запрещенные препараты без письменного разрешения врача, приносить и хранить на территории фитнес-объекта опасные вещества и предметы: взрывчатые вещества, средства взрывания и предметы, ими начиненные, сжатые и сжиженные газы, легковоспламеняющиеся жидкости, воспламеняющиеся твердые вещества, окисляющие вещества и органические перекиси, токсичные вещества, радиоактивные материалы, едкие и коррозирующие вещества, ядовитые и отравляющие вещества, оружие;
- приносить и использовать собственное спортивное оборудование или инвентарь, за исключением случаев отсутствия данного оборудования в фитнес-объекте и по согласованию с администрацией;
- самостоятельно использовать аппаратуру фитнес-объекта, в т. ч. системы вентиляции, кондиционирования, телевизионные панели и пр.; изменять температурный режим, уровень освещения, направленность телевизионных панелей и громкость звукового сопровождения;
- самостоятельно пользоваться музыкальной и другой аппаратурой фитнес-объекта, в т. ч. включать и/или демонстрировать аудио-, видео- и иные произведения с применением любых носителей и/или оборудования в помещениях фитнес-объекта.

Примечание — Администрация оставляет за собой исключительное право на выбор произведений, транслируемых в фитнес-объекте, а также порядок их трансляции. Если музыкальное сопровождение в фитнес-объекте мешает, рекомендуется при себе иметь портативный проигрыватель с наушниками и пользоваться им по мере необходимости и при условии, что его использование не создаст угрозу и/или не причинит вред здоровью;

- входить на территорию и в помещения, предназначенные для служебного пользования, за исключением случаев, когда имеется специальное приглашение;
- осуществлять иные действия в ущерб правам и интересам других посетителей фитнес-объекта;
- пользоваться фитнес-услугами при плохом самочувствии, в острый период заболевания, в т. ч. являющихся носителями передающихся инфекционных заболеваний и/или в период обострения хронического заболевания;
- в период беременности посещать физкультурные, физкультурно-оздоровительные и иные мероприятия, не предусмотренные для беременных;
- проводить на территории фитнес-объекта физкультурные, спортивные, оздоровительные и иные мероприятия, в т. ч. составлять тренировочные программы, оказывать помощь посетителям фитнес-объекта во время тренировочного процесса и/или контролировать тренировочный процесс посетителей фитнес-объекта, а также оказывать иные услуги посетителям фитнес-объекта или пользоваться такими услугами (посетители фитнес-объекта могут пользоваться только услугами администрации и сотрудников фитнес-объекта);
- оставлять без присмотра детей в возрасте до 13 лет на территории фитнес-объекта, в т. ч. в раздевалках, бассейне, сауне, банях;
- детям и подросткам, не достигшим возраста 16 лет, посещать тренировочные зоны и занятия для взрослых, а также находиться в бассейне после 21 ч вечера;
- продолжать занятия, тренировки или участие в физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятиях с использованием неисправного, поврежденного или сломанного оборудования, инвентаря;
- оставлять собственный инвентарь на хранение в фитнес-объекте без предварительной договоренности и согласия исполнителя;

- передвигать тренажеры, выносить штанги и гантели из зоны свободных весов, выносить из зон/студий/залов оборудование, предназначенное для физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятий, а также предметы мебели;

- во избежание несчастных случаев, самостоятельно использовать тренажеры, предназначенные только для физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятий в форме индивидуальных занятий со специалистом фитнес-объекта (например, Pilates Allegro, Reformer, Cadillac, Chair, Gyrotonic, RPM и др.);

- резервировать или использовать не по назначению тренажеры, оборудование и инвентарь, места в зонах/залах для физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятий, а также лежаки/кресла в зоне бассейна (на время продолжительного отсутствия членов фитнес-объекта в этих зонах);

- самостоятельно заниматься в зонах/студиях/залах, предназначенных для организации физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятий, во время технического перерыва, используемого работниками фитнес-объекта для уборки или установки, демонтажа оборудования, инвентаря;

- заниматься в помещениях фитнес-объекта, не предназначенных для организации и проведения физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятий;

- приносить пищу в тренировочные зоны, принимать пищу в местах, предназначенных для физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятий, в зонах отдыха и раздевалках фитнес-объекта;

- использовать стеклянную или иную бьющуюся посуду для напитков или приема пищи во всех зонах фитнес-объекта, за исключением помещений бара (рекомендуется использовать только пластиковые стаканы и/или иные небьющиеся емкости);

- ставить стаканы и другие емкости с напитками на тренажеры, музыкальную аппаратуру, оборудование или не предназначенные для этого предметы мебели;

- использовать жевательную резинку во время самостоятельных занятий или участия в физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятиях;

- использовать ненормативную лексику, как при общении, так и в разговорах по телефону на территории фитнес-объекта, громко, неуважительно и/или агрессивно разговаривать, делать все, что может помешать окружающим;

- пользоваться мобильным телефоном во время участия в физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятиях в форме групповых занятий со специалистом фитнес-объекта и во время самостоятельных занятий в фитнес-объекте;

- использовать парфюмерию, мази, гели и другие косметические изделия с резким запахом, а также средства, портящие или загрязняющие оборудование, помещения и интерьер фитнес-объекта (мед, грязевые маски, масла и т. п.);

- передавать членскую карту, средства идентификации, ключи или иные запирающие/открывающие устройства от шкафчиков, сейфов и т. д. третьим лицам;

- самостоятельно размещать на территории фитнес-объекта надписи, объявления, рекламные материалы, проводить опросы или осуществлять рекламную, маркетинговую, консультационную и иную деятельность, в т. ч. предпринимательскую;

- собирать и/или распространять любыми способами персональные данные, информацию о личной жизни посетителей и сотрудников фитнес-объекта;

- приносить и пользоваться электробытовыми приборами.

3 Общие правила участия в физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятиях

Посетитель фитнес-объекта, начиная пользоваться фитнес-услугами, должен письменно продекларировать то, что не имеет медицинских противопоказаний для посещения фитнес-объекта и пользования фитнес-услугами.

Каждый посетитель фитнес-объекта при посещении физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятий должен строго следовать рекомендациям персонала фитнес-объекта, в т. ч. сотрудник фитнес-объекта имеет право запретить посетителю фитнес-объекта посещение того или иного мероприятия или выполнение конкретного упражнения, если это может негативно отразиться на состоянии его здоровья.

В случае расхождения между английским и русским текстами правил определяющим является текст правил, составленный на русском языке.

Перед началом физкультурных, физкультурно-оздоровительных и спортивно-оздоровительных мероприятий, а также перед началом самостоятельных занятий необходимо убедиться, что используемое оборудование, инвентарь находятся в исходном безопасном и/или выключенном состоянии, отсутствуют посторонние предметы, которые могут повлиять на его безопасное использование. Запрещается использовать неисправное, поврежденное или сломанное оборудование, инвентарь.

По окончании самостоятельных занятий или участия в физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятиях необходимо вернуть использованный инвентарь, оборудование фитнес-объекта на специально отведенное место, зафиксировав и/или приведя его в безопасное нерабочее положение.

Во время участия в физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятиях, а также в самостоятельных занятиях запрещается бросать на пол или иным образом неаккуратно использовать оборудование (гантели, штанги, блины и пр.), так как это приводит к повреждению оборудования, мебели, отделки помещений фитнес-объекта, повышенному шуму, а также к риску причинения вреда здоровью.

Во избежание несчастных случаев посетителям фитнес-объекта запрещается самостоятельно (в отсутствие инструктора) пользоваться тренажерами, предназначенными только для физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятий в форме индивидуальных занятий с инструктором фитнес-объекта.

На занятиях рекомендуется употреблять воду для поддержания в организме водно-солевого баланса, а также иметь при себе полотенце.

Во время физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятий, а также при самостоятельных занятиях запрещается использовать жевательную резинку.

Некоторые физкультурные и спортивно-оздоровительные мероприятия имеют ограничение по количеству занимающихся, что связано с использованием дополнительного оборудования. Предварительная запись на эти мероприятия проводится на рецепции фитнес-объекта. При отсутствии посетителя фитнес-объекта, записавшегося на такое мероприятие, в момент его начала запись этого посетителя фитнес-объекта аннулируется, и на свободное место может быть допущен любой посетитель, желающий участвовать в мероприятии.

Использование некоторых зон/студий/залов фитнес-объекта возможно только в рамках проведения физкультурных и спортивных мероприятий в форме персональных занятий с инструктором/тренером. Самостоятельные занятия в этих зонах/студиях/залах для проведения физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятий разрешаются только после записи на рецепции фитнес-объекта в листе резервирования (далее — резервирование) и оплаты их использования. Приоритет в резервировании зон/студий/залов имеют посетители фитнес-объекта, оплатившие также дополнительную услугу — физкультурное и спортивно-оздоровительное мероприятие в форме персонального занятия с инструктором/тренером.

Самостоятельные занятия посетителей фитнес-объекта в зонах/студиях/залах для проведения физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятий без предварительного резервирования возможны, только если они свободны и их использование оплачено. Подробную информацию об условиях использования, резервирования зон/студий/залов для проведения физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятий можно получить на рецепции фитнес-объекта.

Во время проведения физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятий в форме групповых или персональных занятий с тренерами фитнес-объекта зоны, предназначенные для этих мероприятий, могут быть ограничены исполнителем для использования членами фитнес-объекта.

В случае дождя, сильного ветра, температуры воздуха выше 25 °С или ниже минус 15 °С и/или других неблагоприятных погодных явлений физкультурные и спортивно-оздоровительные мероприятия на открытом воздухе могут быть отменены исполнителем, о чем посетители фитнес-объекта должны быть предупреждены на рецепции.

Если посетитель фитнес-объекта при получении имущества фитнес-объекта не предъявил претензий, данное имущество считается выданным ему в исправном состоянии.

В случае выявления фактов использования третьими лицами членских карт/средств идентификации, оформленных на посетителей фитнес-объекта, администрация вправе изъять, а также в одностороннем порядке отказать в предоставлении фитнес-услуг посетителю фитнес-объекта, а также лицам, которые ими воспользовались.

Какая-либо информация (в т. ч. фамилия, имя, отчество, дата рождения, адреса, телефоны, информация о работе, порядке посещения, пользования фитнес-услугами и пр.) о посетителях фитнес-объекта, потенциальных или возможных посетителях фитнес-объекта, а также о сотрудниках фитнес-объекта является конфиденциальной и разглашению не подлежит, за исключением случаев, предусмотренных действующим законодательством Российской Федерации.

Порядок посещения фитнес-объекта посетителями, не достигшими возраста 16 лет, регламентируется правилами посещения детского клуба.

Порядок посещения отдельных зон фитнес-объекта: тренажерного зала, бассейна, студий групповых программ, боевых искусств, физкультурно-оздоровительных и спортивно-оздоровительных мероприятий в форме индивидуальных занятий с инструктором/тренером фитнес-объекта и т. д. может быть регламентирован дополнительными правилами, а также информационными, предупредительными и иными табличками, инструкциями, регламентами и т. д., которые размещаются в помещениях фитнес-объекта.

В случае аварийных ситуаций и/или обстоятельств непреодолимой силы, произошедших не по вине администрации, она может в одностороннем порядке ограничивать объем и порядок предоставляемых фитнес-услуг без выплаты и/или предоставления владельцу контракта/члену фитнес-объекта какой-либо компенсации.

Администрация фитнес-объекта вправе в одностороннем порядке изменить условия договора/контракта и обеспечить предоставление посетителю фитнес-объекта аналогичных услуг в другом фитнес-объекте в случае реконструкции, ремонта здания или помещений фитнес-объекта, а также закрытия фитнес-объекта по независящим от него обстоятельствам.

4 Групповые занятия в фитнес-объекте

Групповые занятия проводятся по расписанию, которое может быть изменено фитнес-объектом. В расписание включаются физкультурные и спортивно-оздоровительные мероприятия нескольких уровней сложности и уровней подготовленности посетителей фитнес-объекта.

Администрация фитнес-объекта оставляет за собой право на внесение изменений в расписание с учетом сезонности, рейтинга мероприятий и пожеланий посетителей фитнес-объекта.

С информацией об изменениях в расписании можно ознакомиться на информационных стендах, на сайте фитнес-объекта или в мобильном приложении.

Во избежание создания травмоопасных ситуаций необходимо приходить на групповые занятия без опозданий.

Инструктор/тренер имеет право не допустить посетителя фитнес-объекта на занятие в случае его опоздания при отсутствии свободных мест в зале и в других случаях, когда это может создать неблагоприятные условия для занятий.

Во время групповых занятий необходимо строго следовать рекомендациям инструктора/тренера и использовать оборудование, указанное инструктором/тренером.

Рекомендуется посещать занятия, соответствующие уровню подготовленности. Описание занятий (с указанием требуемого уровня подготовки) возможно получить на рецепции фитнес-объекта, официальном сайте, в мобильном приложении.

Запрещается резервировать места в зале групповых занятий. Также запрещается входить в зал с большими спортивными сумками.

После окончания занятия необходимо вернуть спортивный инвентарь в специально отведенные места.

Некоторые групповые занятия (например, групповые занятия по велопрограммам) имеют ограничение по количеству занимающихся, что связано с использованием дополнительного оборудования. Для посещения таких занятий рекомендуется предварительная запись на рецепции фитнес-объекта.

Посещение специальных (коммерческих) занятий возможно только после их предварительной оплаты.

Во время участия в физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятиях в форме групповых занятий с инструктором/тренером фитнес-объекта запрещается использовать собственную хореографию и оборудование, не предусмотренное программой мероприятий.

5 Занятия в воде (бассейн)

Для посещения бассейна администрация фитнес-объекта вправе запросить соответствующую справку (заключение об отсутствии противопоказаний для посещения бассейна) и оставляет за собой право не допускать в бассейн лиц, не предоставивших справку для посещения бассейна или не прошедших соответствующий осмотр у медицинского сотрудника фитнес-объекта (при его наличии).

Посещение бассейна разрешается только при наличии купального костюма, шапочки для плавания, специальной резиновой обуви, принадлежностей для душа, полотенца. Каждый посетитель бассейна обязан перед посещением бассейна принять душ. Рекомендуется входить в воду, спускаясь по специально предусмотренному для этого трапу/лестнице, повернувшись спиной к воде. Во время плавания необходимо ориентироваться на разметку бассейна. Плавание внутри каждой отдельно взятой дорожки осуществляется против часовой стрелки (по правой стороне). Не допускается плавание посередине дорожки или по ее левой стороне, чтобы не столкнуться с другими посетителями бассейна.

Не допускается плавать на дорожке бассейна, на которой проводится физкультурное и спортивно-оздоровительное мероприятие в форме группового занятия с инструктором/тренером, или на дорожке, на которой инструктор установил ограничение по нахождению для других посетителей в связи с проведением этих мероприятий в форме индивидуального занятия с посетителем бассейна.

Не рекомендуется занимать дорожку, выделенную для скоростного плавания, в случае отсутствия навыков плавания или их недостаточном развитии. При отсутствии или при недостаточном развитии навыков плавания обязательно использование поддерживающих на воде средств (доски для плавания и пр.).

Во время плавания разрешено пользоваться плавательными досками. Использование прочего оборудования (ласты, колобашки, оборудование для аквааэробики) возможно только с разрешения дежурного инструктора, который в целях соблюдения мер безопасности вправе отказать в его выдаче и использовании.

Если посетитель делает перерыв в ходе тренировки, он должен расположиться в углу дорожки с правой ее стороны, чтобы другие посетители бассейна могли спокойно выполнить разворот. Необходимо повернуться лицом в сторону дорожки для того, чтобы следить за действиями других посетителей бассейна и избежать столкновения и, как следствие, травм.

Нельзя останавливаться посередине дорожки, так как это может помешать движению других занимающихся.

При пересечении бассейна поперек (при смене дорожки или при движении к лестнице) необходимо подныривать под располагающимися в бассейне разделительными дорожками, а не преодолевать их сверху.

Занятия в бассейне могут быть приостановлены на время проведения профилактических и иных работ.

При выходе из плавательного бассейна необходимо сдать дежурному инструктору плавательный инвентарь.

При посещении бассейна с детьми ответственность за жизнь и здоровье ребенка несет сопровождающий ребенка взрослый.

Запрещается бегать по бортикам бассейна, прыгать с бортиков и со стартовых тумб способами, угрожающими здоровью, за исключением, когда прыжки проводятся с разрешения и под контролем сотрудника фитнес-объекта.

Запрещается плавать поперек бассейна, висеть на разделительных дорожках бассейна, играть, прыгать, нырять и иным образом активно вести себя в бассейне, раздевалке, душевой, джакузи, бане, сауне, на лестницах

и иных помещениях фитнес-объекта, не предназначенных для организации физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятий.

Запрещается использовать маску для подводного плавания с конструктивным применением стекла, подавать ложные сигналы бедствия.

Персонал бассейна имеет право контролировать соблюдение посетителями настоящих правил, делать замечания, удалять посетителей, нарушающих настоящие правила.

6 Тренажерные залы

При использовании на занятиях свободных весов (гантелей, штанг, гирь) необходимо подбирать их вес, исходя из своего уровня подготовленности.

Перед началом занятий на тренажерах необходимо ознакомиться и строго соблюдать положения инструкции, которой оснащен тренажер, а также предупреждающие надписи.

Пользование тренажерами может быть ограничено при проведении профилактических и иных работ.

В случае выхода из строя (поломки) тренажера необходимо сообщить об этом дежурному тренеру/инструктору, самостоятельное устранение поломок запрещается.

Посещать тренажерный зал необходимо в специальной спортивной одежде (верхняя часть тела должна быть закрыта) и обуви, предназначенной для тренировки в спортивном зале.

При использовании оборудования тренажерного зала более одного подхода необходимо быть внимательным к тем посетителям фитнес-объекта, которые хотели бы воспользоваться тем же оборудованием.

Во избежание получения травм необходимо соблюдать основные принципы построения тренировки, информацию о которых посетитель фитнес-объекта получает при прохождении первоначального инструктажа.

Упражнение «жим груди» и иные подобные упражнения со свободными весами рекомендуется выполнять в обязательном присутствии инструктора/тренера, поскольку требуется страховка.

По окончании самостоятельных занятий с использованием тренажера необходимо привести его в безопасное нерабочее положение.

После работы со свободными весами необходимо убирать блины со штанг, ставить гантели на специально предусмотренную гантельную стойку.

Во время занятий запрещается бросать на пол или иным образом неаккуратно использовать оборудование (гантели, штанги, блины и пр.), так как это приводит к повреждению оборудования, мебели, отделки помещений фитнес-объекта, повышенному шуму, а также к риску причинения вреда здоровью.

При возникновении вопросов об использовании того или иного тренажера необходимо обращаться к дежурному инструктору/тренеру.

7 Индивидуальные (персональные) занятия

Индивидуальное занятие может проводиться только лицом, специально уполномоченным на это администрацией фитнес-объекта.

Запись на индивидуальное занятие проводится заранее по согласованию с инструктором/тренером.

Если иное не предусмотрено договором/контрактом, посетителю фитнес-объекта за отдельную плату, предусмотренную прейскурантом, могут быть предложены следующие дополнительные услуги: физкультурные и спортивно-оздоровительные мероприятия в форме персональных занятий с инструктором/тренером, аренда зон/студий/залов, оборудования и инвентаря, массаж, солярий, фитнес-тестирование, консультации специалистов, услуги СПА-салона, услуги бара, аренда шкафчиков длительного пользования, въезд на транспортном средстве на прилегающую к фитнес-объекту территорию и т. д.

Запись на дополнительные услуги производится на рецепции фитнес-объекта при условии предварительной 100%-ной оплаты.

Посещение мероприятий, проводимых в рамках одной секции фитнес-объекта, возможно только при условии оплаты фитнес-объекту в полном объеме стоимости абонемента до начала срока его действия. Посетитель фитнес-объекта вправе по своему выбору посещать все или часть мероприятий, предусмотренных расписанием работы соответствующей секции.

Отсутствие посетителя фитнес-объекта в мероприятиях, проводимых в соответствии с расписанием работы секции, не является основанием для пересмотра срока действия абонемента или для пересчета его стоимости. Приостановление (заморозка) периода оказания услуг по членской карте посетителя фитнес-объекта или окончание срока действия членской карты автоматически приостанавливает срок действия абонемента, при этом срок действия абонемента автоматически начинает продолжать исчисляться (действовать) со дня, следующего за последним днем действия заморозки, а в случаях окончания периода оказания услуг по членской карте члена фитнес-объекта — с первого дня следующего периода оказания услуг для такого члена фитнес-объекта, оформленного на новый срок.

Посетитель фитнес-объекта вправе перенести время оказания дополнительной услуги или отказаться от забронированной дополнительной услуги не позднее чем за (период определяет фитнес-объект) до зарезервированного времени начала ее оказания, в противном случае возврат оплаченной суммы за такую услугу не проводится. Приостановление (заморозка) посетителем фитнес-объекта периода оказания услуг/срока действия членской карты не предусматривает автоматическую отмену предварительной записи на дополнительную услугу.

В случае опоздания на индивидуальное занятие время проведения занятия сокращается на время опоздания.

Для оплаты отдельных дополнительных услуг исполнитель вправе устанавливать специальные цены и ограничивать период пользования такими услугами (далее — клип-карта). Если иной срок не предусмотрен прейскурантом, срок действия клип-карт устанавливает администрация, и он исчисляется от даты оплаты. При использовании заморозки срок действия клип-карт автоматически переносится на срок соответствующей заморозки. В случае поступления от посетителя фитнес-объекта заявления о возврате денежных средств за неиспользованные дополнительные услуги, оплаченные на основании клип-карты, специальная цена на такие услуги отменяется. При этом стоимость каждой оказанной дополнительной услуги будет определяться на основании прейскуранта, а остаток денежных средств после пересчета стоимости оказанных услуг возвращается посетителю фитнес-объекта.

В случае невнесения оплаты за полученные дополнительные услуги администрация вправе ограничить посетителя фитнес-объекта в получении этих услуг до момента погашения возникшей задолженности.

8 Пользование саунами, банями

При пользовании сауной/баней необходимо соблюдать правила техники безопасности.

Использование сауны/бани может быть ограничено (для проведения профилактических и иных работ).

В сауне/бане запрещается сушить одежду и полотенца, читать газеты, журналы и другую литературу, выливать жидкости на камни, а также оставлять после себя какие-либо вещи и предметы.

В сауне/бане запрещается использование эфирных масел, настоек, в т. ч. специально предназначенных для этого, так как данные вещества легко воспламеняются и их использование требует строгого соблюдения повышенных мер предосторожности.

Не допускается использование любых косметических средств или манипуляций (масло, мед, кофе, скраб, пилинг и другие ароматические препараты) в раздевалках/душевых/бане/сауне во избежание приступов астмы и различных случаев аллергической реакции у других посетителей, а также в связи с тем, что это может привести к засорению канализационных сливов и к порче оборудования.

Перед посещением бани/сауны/бассейна не допускается втирать в кожу различные кремы и мази по причине возможного нанесения вреда своему здоровью (перегрев, повышение артериального давления, аллергические реакции и пр.).

Во избежание несчастного случая рекомендуется посещать сауны и паровую баню (при их наличии) в присутствии хотя бы одного посетителя фитнес-объекта.

9 Использование полотенец, халатов

Предоставленные фитнес-объектом во временное пользование полотенца следует использовать исключительно для гигиены тела, не бросать их на пол, не вытирать ими обувь и/или иные личные предметы, в т. ч. не оставлять их в банных комплексах.

По окончании использования полотенце/халат следует сдавать в специально отведенные места.

За утерю/порчу полотенца или халата взимается компенсация согласно прейскуранту.

10 Детское членство в фитнес-объекте

Детский фитнес — это сбалансированная спортивно-оздоровительная программа для детей и подростков с учетом их возрастных особенностей, физической подготовленности и интересов.

В фитнес-объекте могут быть установлены возрастные границы — минимальная и максимальная в зависимости от наличия специально оборудованных площадей для проведения физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятий с детьми и подростками. Дети и подростки могут посещать клуб исключительно на условиях договора/контракта. Родители или уполномоченные лица несут персональную ответственность за детей на территории фитнес-объекта и не должны оставлять детей на территории без присмотра, за исключением нахождения ребенка в детской комнате фитнес-объекта, на групповых занятиях согласно фитнес-расписанию и на персональных занятиях с инструктором/тренером.

За детей и подростков, находящихся на территории фитнес-объекта без присмотра родителей и сопровождающих лиц, администрация фитнес-объекта ответственности не несет.

Дети и подростки, находясь на территории фитнес-объекта, должны соблюдать общие установленные правила посещения фитнес-объекта. Родители или уполномоченные лица должны своевременно привести ребенка на занятие, а также вовремя забрать его по окончании занятия.

Детские групповые занятия проводятся по расписанию, которое может быть изменено администрацией фитнес-объекта. В расписание включаются физкультурные и спортивно-оздоровительные мероприятия с учетом возрастных особенностей детей и подростков.

Администрация фитнес-объекта оставляет за собой право на внесение изменений в расписание с учетом сезонности, рейтинга мероприятий и пожеланий посетителей фитнес-объекта. С информацией об изменениях в расписании можно ознакомиться на информационных стендах, на сайте фитнес-объекта или в мобильном приложении.

Занятия для детей и подростков могут проводиться в детской игровой комнате, в залах, предназначенных для групповых занятий, в бассейне, в тренажерном зале (с учетом ограничений по возрасту).

Дети младше 13 лет могут посещать фитнес-объект только в сопровождении родителей или доверенных лиц семьи не младше 18 лет, которые также должны быть посетителями данного фитнес-объекта. Имя и фамилию доверенного лица семьи необходимо указывать при оформлении членской карты. В случае замены доверенного лица семьи (для совместного с ребенком посещения фитнес-объекта) необходимо заблаговременно письменно предупредить об этом администрацию и сообщить имя и фамилию нового доверенного лица.

Подростки от 13 лет могут посещать фитнес-объект самостоятельно (групповые занятия по расписанию и бассейн) при наличии письменного заявления от родителей, имеющих членскую карту.

Подросткам от 13 до 17 лет разрешается посещать тренажерный зал только при проведении индивидуального занятия или при проведении специального группового занятия для данной возрастной категории или в сопровождении родителей.

Детям от 10 до 13 лет разрешается посещать тренажерный зал только при проведении индивидуального занятия или при проведении специального группового занятия для данной возрастной категории.

Детям от 5 до 9 лет разрешается посещение тренажерного зала только при наличии специализированного зала, оборудованного детскими тренажерами.

При наличии в фитнес-объекте детского бассейна в него допускаются дети от 3 до 7 лет. В детском бассейне дети должны находиться под присмотром инструктора. Родителям вход в воду может быть запрещен. Детям от 3 до 7 лет разрешается посещать бассейн для взрослых только при проведении индивидуального занятия.

Детям от 7 до 13 лет разрешается посещать бассейн для взрослых при проведении индивидуального занятия или специального группового занятия для данной возрастной категории или в сопровождении родителей. Родителям запрещается оставлять без присмотра детей, допущенных к совместному плаванию с родителями.

Посещение джакузи, паровой бани, сауны детьми до 13 лет разрешается только в сопровождении родителей.

Для посещения бассейна детьми дошкольного и младшего школьного возраста в обязательном порядке требуется справка о результатах паразитологического обследования на энтеробиоз с периодичностью не менее одного раза в три месяца.

Детскую игровую комнату посещают дети от 3 до 7 лет.

Родителям и доверенным лицам не рекомендуется находиться в детской игровой комнате и оставлять там ребенка более чем на 3 ч. Нахождение ребенка более 3 ч может оплачиваться дополнительно согласно прейскуранту фитнес-объекта.

В соответствии с санитарными требованиями не разрешается приносить в детскую игровую комнату личные игрушки из дома. При проведении в фитнес-объекте праздничных, творческих и спортивных мероприятий для детей и подростков информация о мероприятиях фитнес-объекта (даты, условия участия, иное) должна находиться на информационных стендах и на сайте фитнес-объекта, в мобильном приложении и на странице в социальных сетях.

Дети, находясь на территории бассейна для взрослых, должны соблюдать следующие правила:

- не находиться на бортике без специальной обуви;
- не бегать по бортику;
- не прыгать с бортика в воду;
- не использовать джакузи для плавания и игр;
- не подавать ложные сигналы бедствия, не кричать;
- не совершать действия, которые могут помешать окружающим.

Не рекомендуется посещение фитнес-объекта детьми в случаях, когда у ребенка:

- насморк, кашель, болит горло, повышенная температура;
- имеются признаки диареи (тошнота, кишечная дискинезия);
- признаки инфекционного заболевания, сыпь;
- имеются повреждения кожных покровов и слизистых.

11 Разное

11.1 Гардероб, шкафчики, сейфы

Верхнюю одежду (в осенне-зимний сезон) необходимо сдавать в гардероб.

Для вещей рекомендуется использовать шкафчик в раздевалке. Ключ от шкафчика выдается на рецепции фитнес-объекта.

Не разрешается оставлять свои вещи в шкафчиках после окончания занятий в фитнес-объекте. Перед уходом из фитнес-объекта шкафчик необходимо оставить открытым, а ключ от шкафчика необходимо сдать на рецепцию.

Для ценных вещей предлагается использовать сейфовые ячейки. Не следует оставлять без присмотра личные ценные вещи, а также выданные номерки от гардероба, ключи от шкафчика и сейфовой ячейки.

За утерю членской карты, ключей или иных запирающих/открывающих устройств от шкафа, сейфовой ячейки и т. д., электронных средств идентификации, номерка от гардероба, взятого в аренду халата и/или инвентаря посетитель фитнес-объекта по требованию администрации обязан произвести соответствующую плату в размере, предусмотренном прейскурантом.

За утерянные вещи посетителя администрация ответственности не несет. По вопросам о забытых вещах необходимо обращаться на рецепцию фитнес-объекта. Срок хранения забытых вещей, в т. ч. ценных (часы, ювелирные изделия, документы и подобное), устанавливается фитнес-объектом.

Администрация фитнес-объекта не несет ответственности за вред имуществу посетителя фитнес-объекта, причиненный действиями третьих лиц.

11.2 Запрет проведения занятий посетителями фитнес-объекта

Посетители фитнес-объекта не имеют право проводить индивидуальные занятия (тренировки) для других посетителей фитнес-объекта.

11.3 Фото- и видеосъемка на территории фитнес-объекта

На территории фитнес-объекта запрещается проводить фото- и видеосъемку без предварительного согласования с администрацией фитнес-объекта.

12 Клубные мероприятия для посетителей фитнес-объекта

Администрация фитнес-объекта регулярно организует и проводит клубные мероприятия для посетителей фитнес-объекта.

Информацию о клубных мероприятиях (даты, условия участия, иное) размещают на информационных стендах фитнес-объектов, на сайте и в мобильном приложении.

13 Гостевые визиты

После оформления на гостя фитнес-объекта временной членской карты/средства электронной идентификации и иных документов, установленных администрацией, гость фитнес-объекта вправе воспользоваться фитнес-услугами, если иной порядок не установлен в фитнес-объекте. На гостя распространяются правила, предусмотренные для посетителей фитнес-объекта, которым он обязан следовать.

14 Ответственность

Посетители фитнес-объекта и их гости несут ответственность за вред, причиненный фитнес-объекту (за уничтожение, утерю, повреждение материальных ценностей и пр.).

Администрация фитнес-объекта не несет ответственности за любые технические неудобства, связанные с временным прекращением подачи коммунальных услуг городскими службами и проведением иных работ, ход которых не зависит от фитнес-объекта, в т. ч. реконструкцию, ремонт фитнес-объекта или отдельной зоны, а также иные подобные обстоятельства, при которых предоставление услуг становится невозможным.

В случае если предоставление услуг фитнес-объекта временно невозможно, то это не является основанием прекращения срока действия членской карты и предъявления претензий к фитнес-объекту.

Посетитель фитнес-объекта несет ответственности за достоверность и полноту информации о состоянии своего здоровья, перенесенных заболеваниях, принимаемых препаратах, за точное выполнение рекомендаций фитнес-объекта.

Посетитель фитнес-объекта несет ответственность за состояние своего здоровья и здоровья своих детей во время пребывания в фитнес-объекте.

Администрация фитнес-объекта не несет ответственности за ненаступление результата, ожидаемого клиентом от занятий в фитнес-объекте.

В случае если посетитель фитнес-объекта отказывается производить выплаты сумм компенсаций и штрафов, предусмотренных настоящими правилами, администрация вправе в одностороннем порядке вычесть такие суммы из стоимости услуг, оплаченных посетителем фитнес-объекта, с пропорциональным уменьшением периода членской карты в фитнес-объекте.

15 Часы работы фитнес-объектов

Информация о часах работы фитнес-объекта, а также часах пользования фитнес-услугами по видам доступа в фитнес-объект размещается на рецепции фитнес-объекта, информационных стендах, и/или иных носителях, и/или веб-сайте фитнес-объекта, и/или иным, предусмотренным договором/контрактом способом, доводится до владельца членской карты.

Администрация фитнес-объекта оставляет за собой право в одностороннем порядке изменять часы работы фитнес-объекта, часы пользования фитнес-услугами по видам доступа в фитнес-объект, и/или порядок, и/или часы пользования отдельными зонами/студиями/залами и т. д.

Посетитель фитнес-объекта может пользоваться услугами, помещениями и оборудованием фитнес-объекта, предназначенными для организации и проведения физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятий, только в часы работы фитнес-объекта, если иное не предусмотрено видом доступа в фитнес-объект и/или договором/контрактом.

Посетитель фитнес-объекта обязан покинуть помещения фитнес-объекта до наступления времени окончания его работы. Если договором/контрактом предусмотрено право посетителя фитнес-объекта пользоваться услугами в соответствии с ограниченным видом доступа в фитнес-объект (например, только в определенные дни и/или часы), то посетитель фитнес-объекта не вправе находиться в фитнес-объекте, пользоваться фитнес-услугами в дни и часы, не предусмотренные видом доступа в фитнес-объект.

Посетитель фитнес-объекта не вправе пользоваться перечнем услуг, которые не включены в соответствующий вид доступа в фитнес-объекте. Посетитель фитнес-объекта не вправе находиться в помещениях фитнес-объекта, в которых предоставляются услуги, не включенные в соответствующий вид доступа в фитнес-объект.

Администрация фитнес-объекта оставляет за собой право взимать с посетителя фитнес-объекта дополнительную плату за нахождение посетителя фитнес-объекта в помещениях фитнес-объекта, в которых предоставляются услуги, не включенные в соответствующий вид доступа, а также за нахождение посетителя в фитнес-объекте за пределами времени работы фитнес-объекта, и/или в дни, и/или часы, не установленные соответствующим видом доступа в фитнес-объект, а посетитель фитнес-объекта обязан по требованию администрации оплатить дополнительную плату в размере, предусмотренном прейскурантом.

Библиография

[1] СП 31-112—2004 «Физкультурно-спортивные залы». Части 1 и 2

[2] СП 31-113—2004 «Бассейны для плавания»

[3] СанПиН 2.1.2.1188-03 «Плавательные бассейны. Гигиенические требования к устройству, эксплуатации и качеству воды. Контроль качества»

[4] Правила оказания услуг общественного питания, утвержденные Постановлением Правительства РФ от 15 августа 1997 г. № 1036

[5] Правила бытового обслуживания населения в Российской Федерации, утвержденные Постановлением Правительства Российской Федерации от 15 августа 1997 г. № 1025

[6] СанПиН 2.1.2.2631-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к размещению, устройству, оборудованию, содержанию и режиму работы организаций коммунально-бытового назначения, оказывающих парикмахерские и косметические услуги»

[7] Правила продажи отдельных видов товаров, утвержденные Постановлением Правительства РФ от 19 января 1998 г. № 55

[8] Федеральный закон от 30 декабря 2009 г. № 384-ФЗ «Технический регламент о безопасности зданий и сооружений»

[9] СП 118.13330.12 «Общественные здания и сооружения»

[10] СП 60.13330.12 «Отопление, вентиляция и кондиционирование»

[11] СП 51.13330.2011 «Защита от шума»

[12] СП 30.13330.12 «Внутренний водопровод и канализация зданий»

[13] Федеральный закон от 22 июля 2008 г. № 123-ФЗ «Технический регламент о требованиях пожарной безопасности»

[14] СП 1.13130.2009 «Системы противопожарной защиты. Эвакуационные пути и выходы»

УДК 658.386:006.354 ОКС 03.080.30

Ключевые слова: фитнес-услуги, фитнес-объекты, общие требования, требования безопасности, правила посещения и поведения посетителей в фитнес-объектах

Редактор переиздания *Н.Е. Рагузина*
Технические редакторы *В.Н. Прусакова, И.Е. Черепкова*
Корректор *Е.Р. Ароян*
Компьютерная верстка *Ю.В. Поповой*

Сдано в набор 14.02.2020. Подписано в печать 06.04.2020. Формат 60 × 84 1/8. Гарнитура Ариал.
Усл. печ. л. 2,79. Уч.-изд. л. 2,52.

Подготовлено на основе электронной версии, предоставленной разработчиком стандарта

ИД «Юриспруденция», 115419, Москва, ул. Орджоникидзе, 11.
gost.e-ecolog.ru gost.e-ecolog.ru

Создано в единичном исполнении во ФГУП «СТАНДАРТИНФОРМ»
для комплектования Федерального информационного фонда стандартов,
117418 Москва, Нахимовский пр-т, д. 31, к. 2.
gost.e-ecolog.ru gost.e-ecolog.ru

gost.e-ecolog.ru