

## **I. ПРАВИЛА ЗА ПОЛЗВАНЕ НА СЪОРЪЖЕНИЯ В СПОРТЕН ЦЕНТЪР VITALITY GYM**

### 1.Общи положения

1.1. Спортният център е с работно време, както следва: понеделник до петък от 06.30 до 23.00ч.; събота от 08.00 до 22:00ч. и и неделя от 08.00 до 21.00ч. Можете да използвате залите и оборудването само в работно време. Влизането в Спортният център се преустановява половин час преди затваряне.

1.2. Адресът на Спортния център е град Пловдив, район Тракия, ул. “Цар Симеон“ 58, етаж 2.

1.3. Всяка услуга, предоставяна от Спортен център „VITALITY GYM“ е платена.

1.4. Посетителите и клиенти заплащат избраната услуга предварително на рецепцията, срещу което получават касов бон.

1.6. Достъпът на неспортуващи лица не се разрешава.

1.7. По време на пребиваването си в Центъра, Посетителите трябва да оставят личните вещи и дрехи в шкафчетата. Влизането в залите със спортни чанти, раници, пликове е забранено. Администрацията не носи отговорност за вещи, оставени на територията на центъра без надзор.

1.8. Забравени вещи се пазят на територията на центъра за период от една седмица, след това се предават на благотворителни организации или се изхвърлят.

1.9. Преди да започнат занимания за първи път, Посетителите трябва:

- да са се консултирали с личният си лекар относно вида спорт, който да изберат, с оглед личното им здравословно състояние;

- да преминат встъпителни инструктажи при инструкторите на Спортния център.

Всички рискове за здравето си, по време на самостоятелните занимания на територията на фитнес залата, всеки посетител поема и носи сам.

1.10. За избягване на травми и вредни ефекти върху здравето, Ви препоръчваме да посещавате заниманията, да изпълнявате упражнения и да се подлагате на тренировъчни натоварвания, които отговарят на нивото на Вашата подготовка.

1.11. За тренировките в Спортния център е необходимо да имате специално предназначени за тази цел дрехи и обувки. Не се разрешава влизане в помещенията с върхни дрехи и обувки от улицата. Не се разрешава влизане в помещенията с мръсни дрехи и обувки. Администрацията на Центъра има право да не Ви допусне на тренировка с мръсни/външни обувки. При повторно нарушение администрацията/собственикът имат правото да Ви забранят достъпа.

1.12. Спортният център си запазва правото в рамките на всяка календарна година да затваря изцяло за провеждане на технически и други клубни мероприятия, но не повече от 10 дни на година. Дните при такова затваряне не се компенсират.

1.13. Посетителите са длъжни да спазват правилата за обща хигиена и чистота във всички помещения на Центъра и да се съобразяват с останалите посетители като поддържат чисто след себе си и не вдигат излишен шум.

1.14. Не е разрешено внасянето на хранителни продукти, напитки и медикаменти в Центъра, респективно в залите. Не е разрешено да посетителите да се хранят на местата, предназначени за тренировки, в зоните за почивка и съблекалните.

1.15. Не се разрешава провеждане на празнични срещи без съгласуване с администрацията.

1.16. След приключване на тренировка, посетителите трябва да върнат използваните уреди на отредените им за това места.

1.17. Посетителите на Центъра носят материална отговорност – по фактурна стойност към дата на придобиване на увредения инвентар, при повреждане, унищожаване или изгубване/изчезване на използвания от тях инвентар, както и за нанасяне на щети на всякакво друго имущество на центъра.

1.18. Посетителите на Центъра, в рамките на неговата територия, могат да ползват услугите само на инструкторите от центъра. Провеждане на индивидуални тренировки от външни инструктори на Посетители се осъществява след изричното разрешение на управителя на центъра. Използването на помещенията на центъра от Посетители, с цел извличане на доходи или други облаги, е забранено.

1.19. Самостоятелно използване на музикална и друга специализирана апаратура не е разрешено.

1.20. Снимането с камера и фотоапарат, без специалното разрешение на администрацията и присъстващите в помещението на центъра е забранено.

1.22. Гости се допускат в Центъра - само с документ за самоличност, с придружаващо лице от рецепция и след обуване на калцуни.

1.23. Във всички помещения на Центъра не се пуши.

1.24. Не е разрешено влизането в Центъра в нетрезво състояние или под влиянието на наркотични вещества, както и употребата на спиртни напитки и наркотични средства на територията на Спортния център.

1.25. Администрацията не носи отговорност за целостта на превозното средство, намиращото се в него имущество и за причинени щети по време на пребиваването му на паркинга, част от или в близост до Спортния център.

1.26. Спортният център не носи отговорност за вреди, свързани с влошаване на здравето, ако здравословното състояние на някой посетител на центъра се е влошило в резултат на остро заболяване, обостряне на травма, последици от претърпяна операция или хронично заболяване, които той е имал преди да посещава центъра.

1.27. Администрацията на Центъра не носи отговорност за вреди, причинени от действия (бездействия) на трети лица, както и в случай че причина за вредите, включително за здравето, е нарушаването на правилата за ползване на тренажорите и разпоредбите на настоящия Правилник.

1.28. Администрацията не носи отговорност за вреди, свързани с всякакво влошаване на здравето на някой Посетител на центъра и травми, представляващи резултат или получени в резултат на каквито и да било занимания, предлагани в центъра, в това число занимания във фитнес залата, залите за групови тренировки и т.н.

1.29. Посетителите на Центъра изцяло поемат отговорността за своето здравословно състояние и здравословното състояние на непълнолетните си деца, които посещават центъра заедно с тях. Никой Посетител на центъра няма право да иска от Администрацията и собственика каквато и да било компенсация за морални, материални щети или увреждане на здравето на посетител, както по време на действие на абонамента за посещения, така и след изтичане на срока, с изключение на случаите, пряко предвидени от действащото законодателство.

1.30. В случай на повреждане или нанасяне на щети на имуществото на Центъра, посетителите са длъжни да възстановят стойността на повреденото имущество, в пълен размер, в течение 3 дни, чрез заплащане в брой или по банков път.

## **2. Правила за посещение на фитнес зала "VITALITY GYM" („Фитнес залата“, „Спортен център“, „Центъра“)**

2.1. Към занимания във Фитнес залата може да се пристъпи само след запознаване с настоящите правила за техническа безопасност.

2.2. До самостоятелни занимания във Фитнес залата се допускат лица, навършили 16-годишна възраст.

2.3. Деца до 14 години могат да посещават фитнес залата само придружени от родители или упълномощени от семейството лица, не по-млади от 18 години.

2.4. Заниманията във Фитнес залата са разрешени само с чисти спортни обувки, специално предназначени за центъра и които не се ползват извън центъра. Препоръчва се използването на удобни затворени обувки с гумени и неплъзгащи се подметки. Забранено е използването на джапанки, обувки с висок ток, с кожени подметки, с шипове, трениране на бос крак или с отворени обувки.

2.5. Препоръчва се посетителите да свалят от себе си предметите, които могат да представляват опасност при заниманията във Фитнес залата (часовници, гривни, висящи обеци, гerdани, колиета, синджири и т.н.), да изваждат от джобовете и да не носят със себе си остри и всякакви други странични предмети.

2.6. При изпълняване на упражнения с щанга е необходимо да използвате защитно заключване.

Изпълняването на базови упражнения (изтласкване от лег, клекове с щанга) трябва да се извършва с пазене от страна на партньор или инструктор във Фитнес залата.

2.7. Изпълняване на упражнения с утежняване или тежести, близки до максималното за даденото трениращо лице, се разрешава само при непосредствено пазене от опитен партньор или инструктор във Фитнес залата.

2.8. С тежестите, щангите, гирите трябва да се борави крайно внимателно. Всички упражнения трябва да се изпълняват плавно, без резки усилия.

2.9. Забранено е да се хващат дискове, гири, лостове на щанги с влажни или потни ръце. Това може да доведе до изплъзване на тежестта от ръцете и падане.

2.10. Не се допуска претоварване на тренажорните уреди извън нормата с допълнителни тежести.

2.11. По залата трябва да се придвижвате бавно, без да преминавате в работната зона на други трениращи. Забранено е всяко действие, което отвлича вниманието на трениращите.

2.12. Забранено е да се работи с неизправни тренажори. В случай че откриете неизправност (прокъсване на въжето, механични повреди), трябва да уведомите инструктора или администратора на фитнес залата.

Инструкторите следят за реда в залата, при необходимост имат право да отправят забележки.

2.13. При изпълняване на базови упражнения (основна тяга, клякане и т.н.) е желателно да се използва тренировъчен колан.

2.14. След привършване на упражненията трениращият е длъжен да прибере използваното от него спортно оборудване (дискове, гири, щанги, инвентар и т.н.) на специално предназначени места.

2.15. Забранено е да се пристъпва към занимания в залата при незарастнали рани/травми и общо неразположение. Ако по време на заниманията се почувствате зле, трябва да прекратите тренировката и да уведомите инструктора на фитнес залата.

- 2.16. Забранено е да докосвате движещите се части на устройствата със скрипец.
- 2.17. Упражнения със свободни тежести трябва да се изпълняват на разстояние не по-малко от 1,5-2 метра от стъкла и огледала или с изключително внимание, ако в близост има стъкла и огледала.
- 2.18. Забранено е да се оставят бутилки с вода върху тренажори, включени към електрическата мрежа.
- 2.19. Необходимо е посетителите да внимават дълги и свободни детайли от дрехите, връзки, кърпи да не попаднат върху движещите се части на тренажорите/уредите.
- 2.20. В началото на тренировката върху бягащата пътека трябва да застанете на подложките покрай движещата се лента, да зададете минимална скорост и да започнете тренировката след задвижването на лентата. Не трябва да слизате от тренажора преди пълното спиране на лентата.
- 2.21. Във Фитнес залата не е разрешено да се тренира с непокрит торс.
- 2.22. По време на тренировките е задължително да се използват кърпи.
- 2.23. Използването и оставянето на храна и напитки в зоните, предназначени за тренировки, е забранено.
- 2.24. Забранено е самостоятелно да регулирате климатичната и вентилационната система на залата, да подбирате музикалния съпровод и силата на звука.
- 2.25. При счупване или повреда на спортния инвентар трябва да прекратите заниманията и да уведомите инструктора на Фитнес залата. Заниманията трябва да продължат само след отстраняване на неизправността или смяна на спортното оборудване (инвентара).
- 2.26. Посетителите следва да настроят своите мобилни устройства на режим «без звук».
- 2.27 Шкафчетата са на разположение на клиентите само за времетраенето на тяхното посещение.
- 2.28 Шкафче, което остане заключено след края на работния ден, ще бъде отворено от ръководството на центъра.
- 2.29 Клиенти, носещи оръжия, няма да бъдат допуснати в центъра.

### **3.Правила за посещение на зали за групови тренировки („аеробни тренировки“)**

- 3.1. Заплащането на групови тренировки се осъществява на рецепция.

Влизането в залите се осъществява след маркиране картата и заплащане за тренировката.

Задължително е използването на кърпи по време на тренировка, с оглед поставяне върху постелките за пода и защитата им от потта на трениращия.

С оглед добрата хигиена и с цел избягване на запрашване на въздуха, влизането в залите за аеробни тренировки се осъществява задължително с чисти и подходящи за това спортни обувки, с които посетителите не са ходили навън.

След приключване на тренировка, трениращите са длъжни да подредят използваните от тях помощни средства /постелки, гири, топки, степове и т.н./ във вида, в който са били преди тяхното използване.

Не е разрешено влизане в залите с обувки, които могат да разрушат специалното покритие на пода, по друг начин да променят неговите свойства, да оставят следи. Заниманията в специалните групи (йога, пилатес) се провеждат на бос (обут със спортен чорап) крак.

3.2. Груповите занимания се провеждат по график, който може да бъде своевременно променен от администрацията на центъра. Необходимо е да идвате на заниманията по графика, без да закъснявате. Закъснението за занимание повече от 10 минути, както и несъответствието с нивото на подготовка, дават право на инструктора да не ви допусне на провежданото занимание.

3.3. Администрацията има право да смени обявления в графика инструктор и да внесе промени в графика на груповите занимания по всяко време, като своевременно уведоми на страницата във Фейсбук или на интернет страницата на Спортния център.

3.4. На груповите занимания е забранено да се използва собствена хореография и свободни тежести без съответната команда на инструктора.

3.5. Да не се използват парфюмерийни средства с остър мирис.

3.5. Препоръчваме да посещавате заниманията със специални затворени спортни обувки и удобни дрехи.

3.7. Груповите занимания се провеждат строго по график, утвърден от администрацията на Спортния център.

3.8. В залата е забранено да се провеждат различни спаринги, да се отработва техника на хвърляне, болезнени хватки в отсъствие на треньора. Това може да доведе до сериозни травми и повреждане имуществото на клуба.

3.9. В отсъствие на треньора е забранено използването на музикалното оборудване.

- 3.10. Използваният от Вас инвентар след тренировката трябва да бъде прибран на място. Бутилки за еднократна употреба и отпадъците се изхвърлят в контейнера.
- 3.11. Не се препоръчва да посещавате залата при неразположение и недобро здраве.
- 3.12. Спортният център не носи отговорност, ако причина за увреждане на Вашето здраве е нарушаването на правилата за посещение на залата или самостоятелният избор на неподходящо натоварване и методики.
- 3.13. Не трябва да идвате на тренировка с пръстени, обеци, часовници, верижки, синджири и други накити;
- 3.14. По време на заниманията трябва да спазвате реда и дисциплината.
- 3.15. Забранено е извършването на действия, които водят до повреждане на оборудването.
- 3.16. Категорично е забранено пушенето, носенето и употребата на алкохолни напитки и наркотични вещества.
- 3.17. За избягване на травми и за комфортни усещания посещавайте занимания, които отговарят на Вашето ниво на подготовка.

\*Контакти: +359 878 320 008 или [info@vitalitygym.bg](mailto:info@vitalitygym.bg)

## **ДЕКЛАРАЦИЯ**

1. Запознат/-а съм и съм съгласен/-а с „ВЪТРЕШНИ ПРАВИЛА ЗА ПОСЕЩАВАНЕ И ПОЛЗВАНЕ НА ФИТНЕС И ДРУГИ УСЛУГИ“ от Раздел VI на Общите условия на „Виталити Фитнес“ ООД за взаимоотношенията с потребители на фитнес услуги.
2. Ще спазвам/е горепосочените правила, инструкции и мерки, докато се намирам/е на територията на спортния център, вкл. да тренирам с чисти обувки, да използвам кърпа и да не хвърлям от високо дъмбели, лостове и дискове.
3. При използване на съоръженията във Vitality Gym, ще се съобразявам/е с уменията и физическите си способности.
4. Осъзнавам, че ползването на съоръженията във Vitality Gym, от моя/наша страна е свързано с определени рискове, включително риска от настъпване на сериозни телесни повреди (вкл. счупване на крайници, натъртвания, ожулвания и др.) или фатални последици вследствие на подхлъзване, препъване, падане от високо, контакт със съоръжението и екипировката, наблюдател или друг посетител на залата и др. Споменатите рискове зависят от множество фактори, вкл. възрастта,

физическите способности и координацията на участниците в дейностите, опита и подготовката им, поведението на наблюдателите и участниците в различните дейности, времето за реакция от страна на лекарите от системата на спешната помощ, спазването на правилата за безопасност и ползване на съоръженията и следване на инструкциите от персонала, както и от страна на посетителите и др.

5. Съгласявам се, да бъде освободено от отговорност дружество „Виталити Фитнес“ ООД и неговите служители за настъпили събития, които увреждат телесната ми цялост, като, но не само смърт, инвалидност, физически травми, телесни повреди, причинени от мен или на мен, материални щети и други инциденти, които могат да ме сполетят, или малолетното/непълнолетното лице, за което отговарям, при престоя ми/ни и по време на ползване на съоръженията във Vitality Gym. Включително се съгласявам посочените по-горе лица да бъдат освободени от отговорност по предявени срещу тях искове или друг вид претенции и оплаквания на трети лица, за инциденти и увреждания настъпили вследствие на моите умишлени или непредпазливи действия, като настоящата декларация за освобождаване от отговорност, ангажира както мен, така и моето семейство, роднини и наследници. Съгласен/на съм тази декларация за освобождаване от отговорност да бъде използвана от дружество „Виталити Фитнес“ ООД и неговите служители и декларирам, че нося отговорност за действията (умишлени или непредпазливи) си по време на престоя ми и при ползване на съоръженията във Vitality Gym.
6. Уведомен/-а съм за това, че личните ми/ни данни а) могат да бъдат записвани и обработвани както на хартиен и/или дигитален носител и б) че посочените данни ще бъдат унищожени от Виталити Фитнес ООД след отпадане на причината за тяхното обработване.

В случай че Деклараторът е малолетен или непълнолетен, изявлението за приемане на настоящите деклариращи съгласия, както и с „Правилата за ползване на съоръженията в спортен център Vitality Gym“ във Vitality Gym се извършва от родител или настойник. При ползване на услугите на Виталити Фитнес ООД, малолетният/непълнолетният декларатор (потребител) следва да бъде придружен от пълнолетно лице или срещу заплащане, съгласно ценоразписа на обекта на ползване на услугите на Vitality Gym, да ползва услугите на Инструктор или професионален Треньор.

При регистрация и при последващо актуализиране, Деклараторът декларира, че предоставените данни за самоличност са точни, верни и пълни.