

## **ПРАВИЛА Фитнес зала “Цех”**

**«Перечень услуг, оказываемых Клиенту и правила их получения в течение периода оказания»**

### **РАЗДЕЛ 1. ВВЕДЕНИЕ**

Настоящие правила определяют организацию и проведение при условии соблюдения Клиентом ограничений и рекомендаций, отраженных Исполнителем в настоящих Правилах, безопасное получения услуг во время самостоятельных занятий физической подготовкой Клиентов Фитнес зала “Цех” (далее – Спортивная Студия), групповых мероприятий направленных на физическое воспитание и физическое развитие Клиентов Спортивной Студии, которые разработаны в соответствии с законодательством Российской Федерации, в целях предупреждения ухудшения качества предоставляемых услуг, возникновения угрозы жизни и здоровью Клиентов Спортивной Студии, персоналу Исполнителя, имуществу Исполнителя и Клиентов Спортивной Студии, и регулируют отношения между Клиентом и Спортивной Студией. Лица, посещающие Спортивную Студию в качестве гостей Клиентов Спортивной Студии, обязаны соблюдать настоящие Правила в период пребывания в Спортивной Студии. Ответственность за соблюдение Правил гостями Спортивной Студии несет Клиент, пригласивший гостя. Участники корпоративного договора (договор с юридическим лицом) имеют статус Клиента.

### **РАЗДЕЛ 2. ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ НАСТОЯЩИХ ПРАВИЛ**

«Активация» – снятие блокировки и начало действия индивидуальной карты Клиента.

«Период действия Договора» – срок действия Договора (срок посещения Спортивной Студии Клиентом).

«Заморозка индивидуальной карты Клиента» – приостановка срока действия Договора на определенный период времени.

«Базовые услуги» – комплекс услуг, включенных в стоимость Договора.

«Дополнительные услуги» – услуги, не включенные в стоимость Договора и оказываемые на территории Спортивной Студии за отдельную плату в соответствии с действующим прейскурантом цен на дополнительные услуги Спортивной Студии.

«Блоки услуг» – определенное количество услуг, приобретаемое Клиентом единовременно. Стоимость блока услуг находится в прямой зависимости от их количества в блоке и определяется прейскурантом цен на дополнительные услуги Спортивной Студии.

«Лицевой счет» – виртуальный счет Клиента, на который зачисляются денежные средства, поступившие от Клиента.

«Режим работы Спортивной Студии» – дни и часы, в которые Спортивная Студия открыта для посещения Клиентами.

«Групповые занятия» – групповые занятия по лечебной физкультуре, проводимые инструкторами для Клиентов Спортивной Студии, продолжительностью от 30 до 90 минут в зависимости от формата занятия, обозначенного в расписании.

«Персональная тренировка» – занятие с персональным инструктором по индивидуальной программе в течение 55 мин. Проводится после полной оплаты.

«Методическое занятие с инструктором с использованием тренажеров и оборудования в тренажерном зале, залах групповых программ» – методическое занятие с инструктором: проведение индивидуального практического занятия по физическому воспитанию и физическому развитию, обзор оборудования, правил его использования в занятиях и техники безопасности. Продолжительность 55 минут.

«Гость Спортивной Студии» - физическое лицо, не являющееся Клиентом, и посещающее Спортивную Студию по гостевому (разовому) визиту.

Все понятия, указанные в разделе 2 настоящих правил, трактуются ниже по тексту правил посещения Спортивной Студии в том значении, в каком они определены в данном разделе.

### РАЗДЕЛ 3. ПЕРЕЧЕНЬ УСЛУГ, ПРЕДУСМОТРЕННЫХ ДОГОВОРОМ

3.1. Услуги Спортивной Студии, включенные в индивидуальную карту Клиента (возможность посещения Клиентом в течение срока, установленного договором, заключенным с Клиентом):

- групповые программы (за исключением групповых программ, оплачиваемых отдельно);
- тренажерный зал;
- зона кроссфита.
- 1 (один) гостевой визит (при посещении Спортивной Студии по гостевому визиту гость обязан соблюдать настоящие правила. Ответственность за соблюдение гостем настоящих правил возлагается на Клиента пригласившего Гостя);
- 1 (одно) бесплатное занятие с тренером в тренажерном зале / 1 (одно) бесплатное занятие в зале групповых занятий /1 (одно) бесплатное занятие в зоне кроссфита (требуется предварительная запись на рецепции Спортивной Студии).

### РАЗДЕЛ 4. ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ И ПРИНЦИПЫ РАБОТЫ СТУДИИ

Режим работы Спортивной Студии:

Спортивной Студии открыта для посещения в течение всего года с учетом технических перерывов, кроме 1,2 января:

- ПН-ПТ с 07:00 до 22:00;
- СБ с 10:00-18:00
- ВСКР с 13:00-17:00

- 4.1.2. Режим работы инструкторов и проведения групповых занятий с 07.00 до 22.00.
- 4.1.3. Гостевые визиты осуществляются с 07:00 до 21:00.
- 4.1.4. Количество технических перерывов в работе Спортивной Студии и/или отдельных его залов, помещений, а также их продолжительность определяется в соответствии с санитарными правилами и нормами Российской Федерации, а также нормами технической эксплуатации.
- 4.1.5. Клиенты Спортивной Студии и их гости должны покидать Спортивную Студию не позднее установленного времени посещения Спортивной Студии, согласно условиям заключенного договора. В случае регистрации выхода из Спортивной Студии на стойке рецепции позже, чем на 30 минут от установленного времени посещения, данный Клиент обязан оплатить стоимость разового визита, согласно действующего прейскуранта Спортивной Студии.
- 4.2. Регистрация. Условия заморозки индивидуальной карты Клиента:
- 4.2.1. Посещение Спортивной Студии Клиентом является персональным.
- 4.2.2. После заключения Договора Клиент Студии обязан пройти соответствующую процедуру регистрации в Спортивной Студии: оформление индивидуальной карты Клиента, предоставление согласия на обработку персональных данных.
- 4.2.3. Индивидуальная карта Клиента является пропуском в Спортивную Студию, предъявляется администратору рецепции. Индивидуальная карта Клиента не подлежит передаче другому лицу. При утрате или отсутствии индивидуальной карты Клиента для посещения Спортивной Студии предъявляется документ, удостоверяющий личность (паспорт). При утрате индивидуальной карты Клиента она должна быть восстановлена по письменному заявлению Клиента в течение 10 (десяти) календарных дней за дополнительную плату в соответствии с действующим прейскурантом цен Спортивной Студии. В случае отсутствия индивидуальной карты Клиента или паспорта гражданина администратор вправе отказать в посещении Спортивной Студии.
- 4.2.4. Активация индивидуальной карты Клиента (начало оказания Услуг) осуществляется с момента первой регистрации на рецепции Спортивной Студии с использованием индивидуальной карты Клиента.
- 4.2.5. Заморозка индивидуальной карты Клиента оформляется на основании письменного заявления Клиента. Заморозка возможна с даты обращения с заявлением. Минимальный срок заморозки – 10 (десять) календарных дней. Общее число дней заморозки определяется условиями Договора и периодом его действия.
- 4.2.6. В случае наступления беременности, для предотвращения непредвиденных ситуаций, связанных с занятиями в период беременности, Клиенту в обязательном порядке необходимо: уведомить персонал Спортивной Студии о наступлении беременности, а также предоставить справку из женской консультации об отсутствии противопоказаний к занятиям. В случае, если Клиент не сообщит администрации Спортивной Студии, путем подачи заявления о наступлении беременности, то Клиент несет все риски наступления неблагоприятных последствия, причиненные вследствие этого Исполнителю.
- 4.2.7. По истечении срока действия Договора обязанности Спортивной Студии в части предоставления комплекса услуг считаются выполненными, услуги считаются оказанными в полном объеме.

5.1. Все услуги в Спортивной Студии предоставляются Клиенту только после прохождения первичного инструктажа по технике безопасности по нахождению в Спортивной Студии и работе с оборудованием с простоявлением подписи в соответствующем Журнале Спортивной Студии. В случае отказа, либо уклонения Клиента от прохождения первичного инструктажа по технике безопасности по обращению с оборудованием в Спортивной Студии Клиент самостоятельно несет риски, связанные с нарушениями техники безопасности, при этом администрация Спортивной Студии вправе приостановить оказание услуг Клиенту, до исполнения Клиентом обязанности по прохождению инструктажа по технике безопасности по обращению с оборудованием в Спортивной Студии.

5.2. По требованию администрации Спортивной Студии в течение 14 (четырнадцати) дней Клиент обязан представить справки от специалистов узкого круга (терапевта, окулиста, невролога, дерматолога и др.). При несоблюдении данного условия Спортивная Студия имеет право приостановить оказание услуг Клиенту, до исполнения Клиентом условий договора, а также расторгнуть договор в одностороннем внесудебном порядке.

5.3. При выявлении у Клиента противопоказаний для предоставления услуг, Клиенту может быть отказано в возможности получения услуг.

5.4. Перед началом посещения Спортивной Студии, Клиент обязан пройти соответствующую процедуру заполнения анкетных данных. При посещении Спортивной Студии предъявлять на рецепции индивидуальную карту Клиента.

5.5. Клиенты Спортивной Студии обязаны соблюдать и поддерживать общественный порядок и общепринятые нормы поведения, вести себя уважительно по отношению к другим посетителям, не грубить и не оскорблять обслуживающий персонал, других Клиентов Спортивной Студии, гостей Спортивной Студии, не допускать действий, создающих опасность для окружающих. Запрещено беспокоить других посетителей Спортивной Студии, нарушать чистоту и порядок, использовать в своей речи нецензурные выражения.

5.6. Если вольные или невольные действия Клиента создают угрозу для его собственной жизни и/или здоровья, а также для здоровья и/или жизни окружающих, или противоречат общепринятым нормам морали и этики, персонал Спортивной Студии вправе применить меры к указанным лицам в виде отстранения от тренировок (пребывания в Спортивной Студии), вывода за пределы Спортивной Студии или вызова сотрудников правоохранительных органов.

5.7. Запрещено употреблять алкогольные либо наркотические средства на территории Спортивной Студии. Запрещено распространять в Спортивной Студии алкогольные напитки, медикаменты, наркотические средства, а также кричать, мусорить и курить на территории Спортивной Студии.

5.8. Посещать Спортивную Студию при наличии остаточных явлений алкогольного опьянения (похмельный синдром) запрещено. При подозрении на наличие у Клиента признаков алкогольного и/или наркотического опьянения, а также остаточных явлений алкогольного опьянения (похмельный синдром) персонал Спортивной Студии вправе применить меры к указанным лицам в виде отстранения от тренировок и вывода за пределы Спортивной Студии, или вызова сотрудников правоохранительных органов.

5.9. Находиться на территории Спортивной Студии с оружием запрещено. Запрещается приносить в Спортивную Студию легковоспламеняющиеся, взрывчатые вещества и боеприпасы, колющие и режущие предметы.

5.10. На территории Спортивной Студии запрещается находиться в верхней одежде, носить грязную и пачкающуюся одежду. Верхнюю одежду необходимо оставлять в раздевалке Спортивной Студии.

- 5.11. В помещениях Спортивной Студии необходимо использовать сменную обувь, для прохода до раздевалки в уличной обуви использовать предоставляемые бахилы.
- 5.12. К занятиям в Спортивной Студии допускаются Клиенты только в спортивной форме одежды, не стесняющей движение и в сменной спортивной обуви (закрытая обувь). Нахождение на территории Спортивной Студии, в открытой обуви (сланцы, сандалии и пр.) запрещено. В случае несоблюдения Клиентом правил, администрация Спортивного Студии вправе приостановить оказание услуг Клиенту, до устранения Клиентом выявленных нарушений, а также расторгнуть договор в одностороннем внесудебном порядке.
- 5.13. При заключении Договора о предоставлении услуг Клиент обязан предоставить полную достоверную информацию о состоянии своего здоровья, перенесенных и имеющихся заболеваниях, травмах и операциях, о принимаемых лекарственных препаратах и биологически активных добавках.
- 5.14. Клиенты Спортивной Студии обязаны самостоятельно и ответственно контролировать свое собственное здоровье. При наличии острых инфекционных и/или кожных заболеваний, а также при обострении хронических заболеваний, следует воздержаться от посещения Спортивной Студии. Клиент полностью принимает на себя ответственность за состояние своего здоровья и состояние здоровья своих детей (в т.ч. несовершеннолетних), посещающих Спортивной Студии вместе с ним.
- 5.15. При наличии признаков острого или хронического, инфекционного и/или кожного заболеваний у Клиентов посещение Спортивной Студии не разрешается. При несоблюдении данного правила, а также при угрозе здоровью Клиента, Спортивная Студия оставляет за собой право временно отказать Клиенту в предоставлении услуг (отстранить от посещения Спортивной Студии) до полного выздоровления и потребовать справку от врача специалиста.
- 5.16. Для хранения личных вещей необходимо использовать специально оборудованные шкафы в раздевалках. Всем посетителям рекомендуется внимательно относиться к личным вещам, не оставлять их без присмотра, не доверять их другим лицам. За оставленные без присмотра вещи Спортивная Студия ответственности не несет.
- 5.17. В случае утери вещей на территории Спортивной Студии необходимо подать администрации Спортивной Студии заявление об утере. Все найденные на территории Спортивной Студии вещи регистрируются персоналом Спортивной Студии в «Журнале учета забытых и оставленных вещей» и хранятся в течение 45 (сорока пяти) дней. Информацию о забытых вещах можно получить у администратора рецепции.
- 5.18. Все предметы, передаваемые Спортивной Студией Клиенту (гостю) во временное пользование могут быть использованы Клиентом (гостем) только на территории Спортивной Студии и не подлежат выносу за пределы территории Спортивной Студии. Уходя из Спортивной Студии, Клиент (Гость) должен вернуть предметы, выданные ему Спортивной Студией на время данного посещения Спортивной Студии. Стороны пришли к соглашению, что в случае нарушения Клиентом условий данного пункта, а именно, отказа либо уклонения от возврата предметов Спортивной Студии, выданных Клиенту на время посещения Спортивной Студии, администрация Спортивной Студии оставляет за собой право отказать в последующем Клиенту в предоставлении во временное пользование предметов Спортивной Студии до момента возврата ранее взятых Клиентом предметов Спортивной Студии. Если Клиент в течение 2 (двух) календарных дней со дня получения предмета Спортивной Студии, не возвратит взятый предмет Спортивной Студии, то Исполнитель вправе в безакцептном порядке вычесть стоимость взятого Клиентом имущества Спортивной Студии из стоимости Услуг с последующим соразмерным уменьшением периода оказания Услуг для Клиента.
- 5.19. Фото и видеосъемка в Спортивной Студии без специальной договоренности с администрацией Спортивной Студии запрещена.

- 5.20. Не разрешается самостоятельно включать и выключать звуковую, телевизорную, компьютерную технику Спортивной Студии, использовать спортивные снаряды не по целевому назначению, использовать розетки для подключения электронных устройств, регулировать любое инженерно-техническое оборудование.
- 5.21. Запрещено входить на территорию служебных и прочих технических помещений без специального на то разрешения персонала Спортивной Студии.
- 5.22. Клиенты Спортивной Студии обязаны соблюдать правила личной гигиены, не использовать резкие парфюмерные запахи.
- 5.23. Переодеваться допускается только в помещениях раздевалок. Запрещается совершать действия сексуального характера, домогаться (приставать) к другим Клиентам Спортивной Студии (гостям Спортивной Студии) и персоналу Спортивной Студии.
- 5.24. В раздевалках запрещается сушить и развешивать бельё и полотенца.
- 5.25. Во избежание причинения неудобств Клиентам Спортивной Студии, посещающим душевые, а также предупреждения засоров канализационных сетей пользоваться бритвенными принадлежностями в душевых кабинах запрещено.
- 5.26. Запрещается находиться детям противоположного пола старше 5 (пяти) лет в раздевалках.
- 5.27. Прием пищи на территории Спортивной Студии осуществляется в специально предназначенных для этого местах.
- 5.28. Запрещаетсяносить и употреблять свои продукты питания и напитки на территории Спортивной Студии.
- 5.29. Клиенты Спортивной Студии могут пользоваться услугами только инструкторов Спортивной Студии. Проведение персональных тренировок Клиентами запрещено.
- 5.30. Запрещено выносить имущество Спортивной Студии за его пределы.
- 5.31. В целях безопасности Клиентов и гостей Спортивной Студии в Спортивной Студии осуществляется видеонаблюдение.

## РАЗДЕЛ 6. КЛИЕНТ ВПРАВЕ

- 6.1. Получать необходимую и достоверную информацию о работе Спортивной Студии и оказываемых им услугах.
- 6.2. Требовать оказания качественных услуг.
- 6.3. Направлять Спортивной Студии свои мнения, предложения и рекомендации.
- 6.4. Пользоваться возможностью приостановки (заморозки) действия Договора, в том случае, если такая возможность предусмотрена договором.
- 6.5. Внести изменения в условиях договора путем заключения с Спортивной Студии дополнительного соглашения к договору, являющегося неотъемлемой частью договора.
- 6.6. В случае наступления форс-мажорных обстоятельств (травма, тяжелая болезнь и иные непредвиденные обстоятельства, не позволяющие посещать Спортивную Студию) со стороны Клиента, Клиент вправе потребовать досрочного расторжения договора, при этом договор расторгается по соглашению Сторон.

6.7. Клиент (юридическое лицо), заключивший корпоративный договор, вправе единоразово потребовать согласно письму изменения количественного состава физических лиц, согласованных в Приложении к корпоративному Договору.

6.8. При наличии согласия Спортивной Студии Клиент имеет право однократно в течение срока действия договора за дополнительную оплату переоформить индивидуальную карту Клиента на третье лицо, согласно прейскуранта на основании письменного заявления. Заявление рассматривается в течение 14 дней с момента его получения Спортивной Студией.

## РАЗДЕЛ 7. ПРАВА И ОБЯЗАННОСТИ СПОРТИВНОЙ СТУДИИ

Спортивная Студия обязуется:

7.1. Предоставлять качественные Услуги.

7.2. Принимать своевременные меры по предупреждению и регулированию вопросов, связанных с недостаточным уровнем качества предоставляемых Услуг.

7.3. Своевременно информировать Клиента об изменениях в структуре услуг, оказываемых по Договору, и условиях их оказания.

7.4. Обеспечивать рабочее состояние спортивного, сантехнического и иного оборудования и их соответствие санитарным правилам и нормам.

7.5. Предоставлять Клиенту Спортивной Студии один шкаф в раздевалке для переодевания.

Спортивная Студия вправе:

7.6. При проведении мероприятий ограничить зону, предназначенную для занятий, о чем Клиенты Спортивной Студии извещаются не менее чем за 24 (двадцать четыре) часа до проведения указанных мероприятий путем размещения информации на рецепции Спортивной Студии, в мобильном приложении, СК «Легенда» а также в сети Интернет в группе в ВКонтакте: <https://vk.com/legendufa>.

7.7. При проведении профилактических и ремонтных работ ограничить или прекратить доступ Клиентов и гостей Спортивной Студии в задействованные зоны.

7.8. Изменять режим работы Спортивной Студии в целом или отдельных его залов и помещений в связи с проведением в Спортивной Студии спортивных мероприятий, при условии размещения информации на рецепции Спортивной Студии, а также в сети Интернет в группе в ВКонтакте: <https://vk.com/legendufa>, не менее чем за 1 (один) календарный день до даты начала мероприятия.

7.9. В целях предупреждения ухудшения качества предоставляемых услуг, возникновения угрозы жизни и здоровью Клиентов Спортивной Студии, персоналу Спортивной Студии, имуществу Спортивной Студии и Клиентов, Стороны пришли к соглашению, что в случае однократного нарушения настоящих Правил Спортивной Студии, Исполнитель вправе расторгнуть договор с Клиентом в одностороннем внесудебном порядке, при этом возврат денежных средств осуществляется по формуле, предусмотренной политикой возврата платежей и переоформления карт фитнес зала Цех

7.10. В исключительных случаях Спортивная Студия вправе вносить изменения и дополнения в настоящие Правила, известив об этом Клиентов Спортивной Студии посредством размещения соответствующей информации в сети Интернет в группе в ВКонтакте: <https://vk.com/legendufa>, или на рецепции Спортивной Студии не менее чем за 3

(три) календарных дня до введения указанных изменений и дополнений.

7.11. Изменять расписания занятий в Спортивной Студии, известив об этом Клиентов Спортивной Студии посредством размещения соответствующей информации в сети Интернет в группе в ВКонтакте: <https://vk.com/legendufa>, или на рецепции Спортивной Студии не менее чем за 12 (двенадцать) часов.

7.12. Менять инструктора групповых программ, заявленного в расписании.

7.13. Менять персональных инструкторов и инструкторов студии в случае их болезни, отпуска или увольнения.

7.14. Оказывать базовые и дополнительные услуги с привлечением сторонних специалистов соответствующей квалификации

7.15. Спортивная Студия вправе отказать в допуске Клиенту, у которого имеется задолженность по оплате абонемента и дополнительных услуг.

## РАЗДЕЛ 8. ОТВЕТСТВЕННОСТЬ СТОРОН

8.1. За неисполнение или ненадлежащее исполнение своих обязательств, установленных договором и Правилами, Спортивная Студия, а также Клиенты и Гости Спортивной Студии несут ответственность в соответствии с законодательством Российской Федерации.

8.2. За технические неудобства, вызванные проведением сезонных, профилактических и аварийных работ службами коммунального хозяйства г. Уфы, УЖКХ г. Уфы и иных муниципальных организаций Спортивная Студия ответственности не несет.

8.3. Спортивная Студия не несет ответственности за вред, причиненный здоровью Клиентам Спортивной Студии в результате противоправных действий третьих лиц и/или если причиной нанесения вреда здоровью стало грубое нарушение Клиентом настоящих правил, правил пользования оборудованием, в т.ч. спортивным и/или правил техники безопасности. Спортивная Студия не несет ответственности за вред, связанный с ухудшением здоровья, если состояние здоровья Клиента ухудшилось в результате острого заболевания, обострения травмы или хронического заболевания, возникшего не по вине Спортивной Студии. К рассмотрению в данном случае принимаются заключения специализированных медицинских учреждений.

8.4. Клиент полностью принимает на себя ответственность за состояние своего здоровья и состояние здоровья своих несовершеннолетних детей, посещающих Спортивную Студию вместе с ним. Спортивная Студия не несет ответственность за вред, связанный с любым ухудшением здоровья Клиента и травмами, явившимися результатом или полученных в результате любых самостоятельных занятий, в том числе занятий в тренажерном зале, залах групповых занятий, бокса и т.д., за исключением тех случаев, когда вред причинен непосредственно неправомерными действиями персонала Спортивной Студии.

8.5. Спортивная Студия не несет ответственность за сохранность личных вещей Клиента, оставленных Клиентом без присмотра.

8.6. Клиент несет солидарную ответственность за соблюдение приглашенными им лицами (гости Спортивной Студии) настоящих Правил, а также за причиненный ущерб имуществу Спортивной Студии, в размере суммы причиненного ущерба. В случае невозможности исполнения гостем своей части обязательств по возмещению ущерба, причиненного имуществу Спортивной Студии, ответственность за причиненный ущерб несет Клиент в

полном объеме.

8.7. Во всем остальном, что не урегулировано Договором и Правилами, Спортивная Студия и Клиенты Спортивной Студии должны руководствоваться законодательством Российской Федерации.

## **РАЗДЕЛ 9. КОММУНИКАЦИИ КЛИЕНТОВ И АДМИНИСТРАЦИИ СПОРТИВНОЙ СТУДИИ. КОНТАКТЫ ДЛЯ КОММУНИКАЦИИ.**

9.1. Клиент Спортивной Студии вправе обратиться к администрации Спортивной Студии с письменным заявлением с обязательным указанием следующих реквизитов: Ф.И.О. Клиента, № индивидуальной карты Клиента, дата заполнения, № контактного телефона, адрес регистрации (места жительства). Заявления, в котором не указаны вышеуказанные реквизиты рассмотрению не подлежат.

9.2. Администрация Спортивной Студии обязана рассмотреть заявление и проинформировать Клиента о принятом решении в течение 10 (десяти) рабочих дней с момента поступления заявления.

9.3. Спортивной Студии вправе направлять Клиенту SMS сообщения в целях информирования его о своей деятельности, о планируемых к проведению мероприятиях, о технических перерывах, включая проводимых Спортивной Студии рекламных акциях и акциях на приобретение индивидуальных картах Клиента, а также в целях передачи информации, имеющей отношение к исполнению Сторонами условий Договора.

## **РАЗДЕЛ 10. ПРАВИЛА ПОЛЬЗОВАНИЯ СТАРТОВЫМИ И ДОПОЛНИТЕЛЬНЫМИ УСЛУГАМИ. ПРАВИЛА ИСПОЛЬЗОВАНИЯ БАЗОВЫХ УСЛУГ**

10.1. Услуга предоставляется в полном формате при условии своевременного (без опоздания) прибытия Клиента для получения услуги (при условии соблюдения настоящих Правил Спортивной Студии). При опоздании клиента более 10 минут инструктор/специалист Спортивной Студии имеет право не допустить Клиента к получению услуги, провести услугу в сокращенном формате или предложить Клиенту выбрать другое время для проведения услуги.

10.2. Клиент может ознакомиться с перечнем дополнительных услуг Спортивной Студии на рецепции.

10.3. Предварительная оплата услуги является необходимым условием для проведения дополнительной услуги.

10.4. Предварительную запись на персональную тренировку клиент осуществляет лично у администратора Спортивной Студии или доверяет право записи персональному тренеру.

10.5. Началом времени оказания дополнительной услуги является время, указанное в бланках предварительной записи.

10.6. Клиент вправе отказаться от дополнительной услуги, предупредив об этом Спортивную Студию не позднее чем за 24 (двадцать четыре) часа. В случае невозможности исполнения по вине Клиента услуга подлежит оплате в полном объеме на основании ст.781 Гражданского кодекса Российской Федерации (далее по тексту – «ГК РФ»).

10.7. Блоки на персональные тренировки и другие дополнительные услуги должны быть использованы в установленные сроки:

- блок на 5 дополнительных услуг – 30 дней (1 месяц);
- блок на 10 дополнительных услуг – 60 дней (2 месяца);
- блок на 5 платных групповых занятий (не включая кроссфит) – 30 дней (1 месяц);

- абонемент на 1 месяц посещения групповых занятий по кроссфиту с тренером – 30 дней (1 месяц);
- абонемент на 2 месяца посещения групповых занятий по кроссфиту с тренером – 60 дней (2 месяца);
- блок на 4 посещения групповых занятий по кроссфиту с тренером – 30 дней (1 месяц);
- блок на 8 посещений групповых занятий по кроссфиту с тренером – 30 дней (1 месяц).

10.8. По окончанию срока действия блока, окончания срока действия договора, в случае невозможности исполнения по вине Клиента, не сообщившего о приостановке письменно, услуга считается оказанной в полном объеме и подлежит оплате в полном объеме на основании ст.781 ГК РФ.

10.9. По окончании срока действия договора, при условии продления договора, оплаченные услуги переносятся на новый договор, при этом сохраняя сроки действия услуг, согласно договору по оказанию услуг в рамках которого они были заявлены.

10.10. В случае приостановки срока действия Договора, срок действия приобретенного блока на персональные тренировки продлевается на период данной приостановки Договора.

10.11. Спортивная Студия обязуется обеспечить замену персонального тренера в случае болезни, отпуска или отсутствия по иным уважительным причинам инструктора.

10.12. Клиенты Спортивной Студии могут пользоваться услугами только персонала Спортивной Студии.

## 11. ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ ГРУППОВЫХ КРОССФИТ ТРЕНИРОВОК

11.1 Только Клиенты Спортивной Студии с Абонементом Кроссфит имеют право посещать Групповые Кроссфит тренировки, согласно расписанию размещённому на сайте Компании <https://legend-ufa.ru/> и размещенном в общедоступном для ознакомления месте на территории Спортивной Студии.

11.1.1 После тренировки за собой необходимо убирать использованный инвентарь, чтобы он не мешал другим клиентам клуба.

11.2. Перед посещением групповой кроссфит тренировки Клиент Спортивной Студии обязан заранее проинформировать Спортивную Студию о посещении групповых тренировок по расписанию по телефону/через мобильное приложение.

11.3. В случае опоздания на групповое занятие более чем на 10 минут, тренер имеет право не

допустить опоздавшего.

11.4. Во избежание причинения неудобств Клиентам или Гостям Спортивной Студии, также тренерам, находящимся на групповых занятиях, другим Клиентам или Гостям Спортивной Студии запрещено свободно передвигаться по основному залу в зоне групповых направлений, заходить в него за инвентарем и любыми другими способами отвлекать тренера и участников групповой программы от занятия.

11.5. При необходимости отмены Услуги в рамках Абонемента Кроссфит Клиент Спортивной Студии обязан уведомить Спортивную Студию не позднее, чем за 1 час до начала назначенной групповой тренировки в расписании, в противном случае Спортивная Студия оставляет за собой право считать услугу оказанной.

11.6. В случае пропуска групповой тренировки, несвоевременной отмены (за час) или переноса,

тренировка считается проведенной. Пропущенная тренировка не компенсируется, плата за неё не

возвращается.

## 12. ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ ЗАЛА

12.1. С целью обеспечения безопасности самостоятельные тренировки в кроссфит зале запрещены при проведении групповых занятий.

12.2. Клиент обязан быть внимательным, соблюдать настоящие Правила Спортивной Студии, а также технику безопасности и правила эксплуатации оборудования и инвентаря.

12.3. Клиент обязан посещать кроссфит зал в специальной спортивной одежде и обуви, предназначенной для тренировки в спортивном зале. Во избежание травм, запрещено посещать кроссфит зал в открытой обуви, сланцах. Обязательно наличие полотенца.

12.4. После выполнения упражнения Клиент обязан убирать за собой оборудование и предметы личного пользования на специально предназначенные стойки.

12.5. Во избежание получения травм Клиент обязан соблюдать основные принципы построения тренировки, информацию о которых он получили при прохождении инструктажа по технике безопасности нахождения в Спортивной Студии и работы с оборудованием. При необходимости Клиент может обращаться за помощью к инструкторам Спортивной Студии.

12.6. Запрещено оставлять грифы, гантели и другие свободные веса с упором на стены, зеркала, и прочие конструкции. Необходимо возвращать оборудование в специально отведенные для этого места.

12.7. Во избежание несчастных случаев присутствие детей младше 14 лет в тренажерном зале запрещено (с учетом положений п. 13.13 настоящих правил).

12.8. Тренер вправе прервать тренировку, проводимую родителем с нарушением норм безопасности и наносящую вред ребенку.

12.9. Клиенты Спортивной Студии несут материальную ответственность за порчу и утрату спортивного инвентаря. В случае поломки спортивного инвентаря Клиенты Спортивной Студии обязаны сообщить об этом инструктору или администратору рецепции.

12.10. Любой из тренажеров или инвентарь может быть ограничен для пользования в любой момент (ремонт, профилактические работы). В случае поломки тренажера, Клиент должен сообщить об этом инструктору или администратору рецепции. Самостоятельное устранение поломок запрещено.

## РАЗДЕЛ 13. ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ ТРЕНАЖЕРНОГО ЗАЛА

13.1. С целью обеспечения безопасности, для профилактики травм при занятиях в тренажерном зале Клиент обязан пройти инструктаж по технике безопасности нахождения в Спортивной Студии и работы с оборудованием в указанные в договоре сроки, в противном случае Спортивной Студии вправе приостановить оказание услуг по договору, до момента прохождения данного инструктажа.

13.2. Клиент обязан быть внимательным, соблюдать настоящие Правила Спортивной Студии, а также технику безопасности и правила эксплуатации тренажеров.

13.3. Клиент обязан посещать тренажерный зал в специальной спортивной одежде и обуви, предназначенной для тренировки в спортивном зале. Во избежание травм, запрещено посещать тренажерный зал в открытой обуви, сланцах. Обязательно наличие полотенца.

13.4. После выполнения упражнения Клиент обязан убирать за собой оборудование и предметы личного пользования на специально предназначенные стойки.

13.5. Во избежание получения травм Клиент обязан соблюдать основные принципы построения тренировки, информацию о которых он получили при прохождении инструктажа по технике безопасности нахождения в Спортивной Студии и работы с оборудованием. При необходимости Клиент может обращаться за помощью к инструкторам Спортивной Студии.

13.6. Запрещено оставлять грифы, гантели и другие свободные веса с упором на стены, зеркала, и прочие конструкции. Необходимо возвращать оборудование в специально отведенные для этого места.

13.7. Запрещается передвигать тренажеры и бросать инвентарь на пол.

13.8. Во избежание несчастных случаев присутствие детей младше 14 лет в тренажерном зале запрещено (с учетом положений п. 13.13 настоящих правил).

13.9. Тренер вправе прервать тренировку, проводимую родителем с нарушением норм безопасности и наносящую вред ребенку.

13.10. Клиенты Спортивной Студии несут материальную ответственность за порчу и утрату спортивного инвентаря. В случае поломки спортивного инвентаря Клиенты Спортивной Студии обязаны сообщить об этом дежурному инструктору.

13.11. Любой из тренажеров может быть ограничен для пользования в любой момент (ремонт, профилактические работы). В случае поломки тренажера, Клиент должен сообщить об этом дежурному инструктору. Самостоятельное устранение поломок запрещено.

13.12. Использование порошковой магнезии без разрешения персонала Спортивной Студии запрещено.

13.13. Услуги по персональным тренировкам предоставляются только после предварительной оплаты.

13.14. Запрещается снимать футболки и заниматься в помещениях Спортивной Студии с голым торсом.

#### **ПЛАН ПОЛЬЗОВАНИЯ ТРЕНАЖЁРОМ «ТЯГА НИЖНЕГО БЛОКА»:**

##### **Правила безопасности**

- Запрещено:
  - Использовать тренажёр при острых болях в спине, шее или плечах;
  - Выполнять упражнение с чрезмерным весом, вызывающим раскачку корпуса;
  - Резко отпускать рукоятку — это может травмировать сухожилия и суставы;
  - Допускать прогиб в пояснице или скругление спины;
  - Выполнять упражнение без разминки (особенно мышц спины и плечевого

- пояса);
- Двигаться рывками или использовать инерцию.
  - Обязательно:
    - Дышать правильно: выдох — при тяге, вдох — при возврате;
    - Контролировать амплитуду и темп;
    - Следить за положением лопаток — они должны двигаться вместе.

### Противопоказания

Клиент должен получить медицинское разрешение при наличии:

- Грыж или протрузий поясничного/шейного отдела позвоночника;
- Повреждений плечевого сустава (ротаторная манжета, артрит);
- Остеохондроза в острой стадии;
- Сердечно-сосудистых заболеваний (при выполнении с высоким усилием).

При появлении боли в спине, шее или плечах, щелчков в суставах или онемения рук — немедленно прекратить выполнение и сообщить тренеру.

### Обязанности клиента

- Перед началом тренировки проверить исправность тренажёра.
- После завершения подходов — уменьшить вес до нуля, убрать рукоятку и освободить оборудование.
- Сообщить администратору о любых неисправностях (заедание троса, скрип, люфт).

### Ответственность сторон

- Фитнес-клуб обязуется:
  - Обеспечивать регулярное техническое обслуживание оборудования;
- Клиент несёт полную ответственность за нарушение инструкций, включая возможные травмы, полученные по его вине.

При грубом или систематическом нарушении правил Клуб вправе временно ограничить доступ к тренажёру.

## **ПЛАН ПОЛЬЗОВАНИЯ ТРЕНАЖЁРОМ «ГАКК-ПРИСЕДАНИЯ»:**

### **Правила безопасности**

- Запрещено:
  - Использовать тренажёр при острых или хронических заболеваниях коленных суставов (артрит, артроз, повреждение мениска);
  - Выполнять упражнение при протрузиях, грыжах позвоночника или высоком АД;
  - Приседать с чрезмерным весом, вызывающим нарушение техники;
  - Сводить колени внутрь — они должны двигаться строго по направлению носков;
  - Отрывать пятки от платформы;
  - Выполнять упражнение без разминки (5–10 мин кардио + динамика для коленей).
- Обязательно:
  - Дышать правильно: вдох — вниз, выдох — вверх;
  - Контролировать амплитуду и темп;
  - Не допускать рывков и инерции.

### **Противопоказания**

Клиент должен получить медицинское разрешение при наличии:

- Хронических заболеваний опорно-двигательного аппарата;
- Сердечно-сосудистых патологий;
- Повышенного артериального давления;
- Послеоперационного периода (особенно колена или позвоночника).

Важно: при появлении боли, щелчков в коленях или дискомфорта в пояснице — немедленно прекратить выполнение и обратиться к тренеру.

### **Обязанности клиента**

- После завершения подходов — уменьшить вес до нуля и освободить оборудование.
- Сообщить администратору о неисправностях (скрип, люфт, заедание).

## Ответственность сторон

- Фитнес-клуб обязуется:
  - Обеспечивать регулярное техническое обслуживание тренажёра;
- Клиент несёт полную ответственность за нарушение инструкций, включая возможные травмы.
- При грубом или систематическом нарушении правил Клуб вправе временно ограничить доступ к тренажёру.

## **Сгибание голени (лёжа) :**

### Правила безопасности

- Запрещено использовать тренажёр при:
  - Болях в коленях или пояснице;
  - Недавних травмах опорно-двигательного аппарата;
  - Отсутствии разминки.
- Запрещено:
  - Выполнять упражнение с чрезмерным весом;
  - Резко опускать рычаг — это травмирует сухожилия;
  - Допускать подъём таза со скамьи;
  - Использовать тренажёр без предварительной разминки.
- При появлении острой боли, щелчков или дискомфорта — немедленно прекратить выполнение и сообщить тренеру.

## Обязанности клиента

- После завершения подходов — уменьшить вес до нуля и освободить тренажёр.
- Сообщить администратору о любых неполадках (например, в книге отзывов и предложений).

## Ответственность сторон

- Фитнес-клуб обязуется:
  - Обеспечивать регулярное техническое обслуживание оборудования;

- Информировать о внесении изменений в правила.
- Клиент несёт полную ответственность за нарушение инструкций, включая возможные травмы.
- При грубом или неоднократном нарушении правил Клуб вправе временно приостановить доступ к тренажёру или аннулировать абонемент.

### **Тяга верхнего и нижнего блока:**

#### Правила безопасности

- Запрещено:
  - Использовать тренажёр при острых болях в спине, шее или плечах;
  - Выполнять упражнения с чрезмерным весом, вызывающим раскачку корпуса;
  - Резко отпускать рукоятку — это травмирует суставы и связки;
  - Допускать прогиб в пояснице при тяге верхнего блока;
  - Скрывать руки за спину или выполнять рывки при подъёме;
  - Использовать тренажёр без разминки (особенно плечевого пояса и спины).
- Обязательно:
  - Контролировать движение на всём протяжении;
  - Дышать правильно: выдох — при усилии, вдох — при возврате;
  - Следить за положением лопаток — они должны двигаться вместе с движением.

#### Противопоказания

Клиент должен получить медицинское разрешение при наличии:

- Грыж или протрузий позвоночника;
- Повреждений плечевого сустава (ротаторная манжета);
- Артрита или артоза шейного/поясничного отдела;
- Сердечно-сосудистых заболеваний (при выполнении с высоким усилием).

При появлении боли в шее, плече или спине — немедленно прекратить выполнение и

обратиться к тренеру.

#### Обязанности клиента

- Перед началом тренировки проверить исправность тренажёра и креплений.
- После завершения подходов — уменьшить вес до нуля, убрать рукоятку и освободить оборудование.
- Сообщить администратору о неисправностях (заедание троса, скрип, люфт).

#### Ответственность сторон

- Фитнес-клуб обязуется:
  - Обеспечивать регулярное техническое обслуживание оборудования;
- Клиент несёт полную ответственность за нарушение техники безопасности, включая возможные травмы.
- При грубом или систематическом нарушении правил Клуб вправе временно ограничить доступ к тренажёру.

### РАЗДЕЛ 14. ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ ВСПОМОГАТЕЛЬНЫХ И БЫТОВЫХ ПОМЕЩЕНИЙ

14.1. Клиент обязан соблюдать правила личной гигиены.

14.2. При посещении душевых запрещается пользоваться щетками для тела, пемзой и т.п., а также использовать мед, крема, сильные парфюмерные ароматы, маски, скрабы, краски для волос.

14.3. Прием пищи и употребление напитков на территории раздевалок.

14.4. Посещение в состоянии алкогольного, наркотического опьянения, а также с наличием остаточного состояния алкогольного опьянения запрещено.

14.5. Действия интимного характера в помещениях Спортивной Студии запрещены.

14.6 Запрещено вносить пластиковые стаканчики в душевые.

14.7. Клиент имеет право использовать собственные полотенца и стелить их на скамью.

## РАЗДЕЛ 15. ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ СПОРТИВНОЙ СТУДИИ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИМИ ЛИЦАМИ

15.1. Родители несут персональную ответственность за жизнь и здоровье своих детей на территории Спортивной Студии.

15.2. Дети до 14 лет могут посещать Спортивную Студию только в сопровождении родителей или уполномоченных лиц (с учетом положений п. 11.8 и п. 13.13 настоящих правил), являющихся Клиентами, не моложе 18 лет (на основании заявления родителей об уполномоченном сопровождающем лице). В случае установления факта нахождения ребенка в возрасте до 14 лет на территории Спортивной Студии без сопровождения, Исполнитель вправе расторгнуть договор с родителями ребенка.

15.3. При наличии у ребенка какого-либо заболевания, требующего периодического приема лекарственных препаратов, а также при наличии риска экстренных ситуаций, связанных с данным заболеванием, родители обязаны письменно уведомить об этом администрацию Спортивной Студии. За достоверность предоставляемой информации родители несут персональную ответственность.

15.4. Спортивная Студия вправе отказать в посещении Спортивной Студии ребенку при наличии тяжелых форм заболеваний.

15.5. Дети должны быть в удобную спортивную одежду и обувь. Запрещается переодевать мальчиков старше 5 лет в женской раздевалке, а девочек аналогичного возраста в мужской раздевалке.

15.6. Необходимо приводить детей на занятия, рекомендованные врачом и соответствующие возрасту ребенка. Возрастные ограничения указаны в описании уроков.

15.7. На групповые уроки, проводимые Спортивной Студии, родители обязаны привести и забрать ребенка в установленное время.

15.8. Присутствие родителей или сопровождающих лиц допускается только на открытых занятиях по предварительному приглашению.

15.9. При подозрении на наличие у ребенка острого и/или хронического инфекционного и/или кожного заболевания посещение Спортивной Студии запрещено. При несоблюдении данного правила Спортивная Студия

оставляет за собой право временно отстранить ребенка от посещения Спортивной Студии до полного выздоровления.

15.10. Во всех занятиях, тренировках и спортивных мероприятиях Спортивной Студии дети участвуют по собственной воле и с согласия родителей.

15.11. Во избежание несчастных случаев присутствие детей, младше 14 лет, в тренажерном зале запрещено.

15.12. Дети от 11 до 14 лет допускаются к занятиям в тренажерном зале, а также в рамках секции или персонального занятия с инструктором, при непосредственном сопровождении взрослого и наличии согласованного с инструктором тренажерного зала заявления от родителей.

15.13. Дети от 14 до 18 лет могут заниматься в тренажерном зале самостоятельно при наличии письменного заявления от родителей, согласованного с инструктором тренажерного зала.

## РАЗДЕЛ 16. ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ СПОРТИВНОЙ СТУДИИ СОПРОВОЖДАЮЩИМИ ЛИЦАМИ

16.1. Сопровождаемые лица, имеющие индивидуальные карты Клиента, посещают Спортивную Студию только совместно с сопровождающим лицом.

16.2. Сопровождающие лица, не имеющие индивидуальные карты Клиента, не допускаются до посещения Спортивной Студии, зоной ожидания является зона рецепции.

16.3. На сопровождающих и сопровождаемых лиц, имеющих индивидуальные карты Клиента, распространяется действие настоящих правил.

### Раздел 17.Штрафы

Нахождение Заказчика на территории Спортивной Студии после установленного в п.1.9 времени посещений в будние дни с 22 ч. 05 м. до 00 ч.10 м. в размере 200 руб.

Ø Утерю гардеробного номерка, ключа от

шкафчика, сейфовой ячейки в размере 500 руб.

Ø Утерю Карты Клиента в размере 350 руб.;

Ø Передачу Карты Клиента третьему лицу – 650 руб.;

Ø Повторную передачу Карты Клиента третьему лицу – 2000 руб.

Ø Распитие спиртных напитков на территории Студии, посещение Студии в нетрезвом состоянии – 2000 руб