

## **Клубные Правила Велнес - клуба “Серотонин”**

### **Клубные правила**

1. Клуб работает только по системе Клубных карт, что предполагает наличие внутренней культуры и исключает появление случайных посетителей, которые могут нарушить спокойствие и комфорт Членов Клуба(гостей клуба), гостей отеля. Это обусловлено нашим желанием создать максимальный комфорт для Членов Клуба (гостей клуба), гостей отеля. На разовое посещение клуба также заполняется клубная анкета.

2. Двери Клуба открыты для Вас в понедельник с 12:00 до 22:00, со вторника по воскресенье с 8:00 до 22:00 в течение всего года с учетом технических перерывов. В выходные, праздничные и предпраздничные дни по установленному отдельно режиму. Информация о режиме работы вывешивается в общедоступных местах на территории Клуба и на сайте клуба. Количество технических перерывов в работе клуба 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.

3. В Клубе установлены правила обязательные для всех Членов Клуба(гостей клуба), гостей отеля (далее – Клубные правила).

Цель Клубных правил - создание более безопасных, оптимально удобных условий для тренировок и отдыха. Просим Вас внимательно ознакомиться с настоящими Клубными правилами и придерживаться их. В случае необходимости и для вашего комфорта Клубные правила могут быть пересмотрены или дополнены администрацией Клуба. Каждые новые правила заменяют предыдущие.

Действующие Клубные правила Вы всегда можете попросить на рецепции у администратора Клуба.

4. Если кто-либо из Членов клуба(гостей клуба), гостей отеля нарушает Клубные правила, администрация Клуба вправе потребовать от данного Члена клуба(гостя клуба), гостя отеля воздержаться от нарушений и/или попросить его удалиться из Клуба. В зависимости от характера нарушения Клубных правил, возможно, также лишение членства в Клубе, возможности разово посетить Клуб по Велком визиту, визиту гостя отеля.

### **Членство в Клубе**

1. Членство в Клубе – это право пользоваться услугами, предоставляемыми в Клубе, в соответствии с видом и категорией Членства, а также право участвовать в Клубных мероприятиях, организуемых для Членов Клуба. Членство в Клубе является персональным (именным).

2. Став Членом Клуба, Вы можете пользоваться услугами Клуба и посещать следующие зоны: силовая зона, кардиозал, зал групповых занятий (в соответствии с расписанием, по предварительной записи), бассейн, банный комплекс( релакс зона, финская сауна, хаммам), услуги детского клуба, в зависимости от вида карты.

3. С текущим перечнем, стоимостью, сроками и условиями оказания дополнительных услуг, которые могут изменяться по усмотрению администрации Клуба, Вы можете всегда ознакомиться на рецепции у администраторов Клуба.

4. Членство в Клубе оформляется у администраторов рецепции, которые знакомят посетителей с видами и категориями Членства и условиями их приобретения.

5. Оплата Членства производится в рублях. Форма оплаты: наличный или безналичный расчет.

**6. После приобретения Членства Клуба, включающего в себя оформление и оплату, Члену Клуба выдается Клубная карта.**

*Клубная карта является подтверждением Членства в Клубе, а также пропуском в Клуб. Предъявляйте, пожалуйста, ее администратору Клуба на рецепции при каждом посещении Клуба. В исключительных случаях (при отсутствии Клубной карты) предъявите, пожалуйста, удостоверение личности и документы, подтверждающие получение членства, а также оставьте залог за полотенце в размере, установленном администрацией Клуба.*

**7. Не допускается передача Клубной карты другому лицу. В случае несанкционированной передачи Клубной карты другому лицу, Клубная карта может быть изъята до выяснения причин передачи. При выявлении факта умышленного нарушения условий Договора и Правил Клуба, с лица, пришедшего по чужой Клубной карте удерживается стоимость разового посещения в соответствии с временным диапазоном.**

**8. В случае утери Клубной карты Члену Клуба на основании его письменного заявления изготавливается новая Клубная карта. Стоимость изготовления новой клубной карты должна быть оплачена при ее получении, согласно установленному прейскуранту.**

**9. Срок действия Клубной карты ограничен, оговаривается при ее приобретении и заносится в базу данных клуба.**

**10. Клубом предоставляется возможность заключения договора в пользу третьего лица («карта в подарок») при условии предоставления заказчиком по договору полного объема сведений о третьем лице, которое будет пользоваться услугами Клуба, предусмотренных для стороны по договору.**

**11. Для удобства Ваших друзей и близких в Клубе предусмотрены гостевые визиты: согласно приобретенному виду Клубной карты любой член Клуба имеет право порекомендовать своих друзей или близких администратору Клуба для получения гостевого визита, в графике, установленном администрацией Клуба на безвозмездной основе.**

## **Ваше пребывание в Клубе**

**1. Нахождение в помещениях Клуба (кроме зала рецепции) в верхней одежде и уличной обуви не разрешается и является нарушением настоящих Правил. В этом случае Администрация Клуба вправе не допустить Вас на тренировку или к специалистам Клуба. В целях соблюдения чистоты и Вашего комфорта при пользовании услугами Клуба для прохода в помещение Клуба необходимо оставить верхнюю одежду в гардеробе, расположенном при входе в клуб, надеть бахилы или переобуться в сменную обувь. Не допускается брать плечики из гардероба в раздевалки.**

**2. При посещении Клуба по членской карте, Велком визиту, визиту гостя отеля Администратор на рецепции обязан выдать Вам один ключ от шкафа в раздевалке.**

**3. При посещении клуба, каждый член клуба, гость клуба, гость отеля должен находиться с браслетом на руке выданном администратором рецепции клуба или администратором отеля.**

**4. Посещая Клуб, не оставляйте личные вещи и одежду без присмотра. Используйте для их хранения шкафы в раздевалках. За утерянные или оставленные без присмотра вещи, а также за ценные вещи, администрация Клуба ответственности не несет.**

**5. Категорически запрещается приносить с собой в Клуб и оставлять в шкафах любые виды оружия, а также ядовитые, взрывчатые, легковоспламеняющиеся или имеющие резкий запах вещества и изделия на их основе. При обнаружении администрацией Клуба указанных нарушений виновный член Клуба может быть, как единовременно не допущен в Клуб, так и лишен членства в Клубе (по усмотрению администрации Клуба).**

6. Ключи от шкафчиков во время занятий выдаются в обмен на клубную карту, карту отеля, оплату разового визита Велком день. Уходя из Клуба, просим Вас сдать ключ от шкафчика на рецепцию и забрать клубную карту, карту отеля. В случае утери членской карты, ключа от шкафчика, арендованного оборудования взимается плата, установленная администрацией Клуба согласно прейскуранту.
7. Для тренировок в Клубе необходимо переодеться в спортивную одежду (футболка/ майка/топ, спортивные шорты/брюки/леггинсы) и спортивную сменную обувь, а также соблюдать правила общей гигиены. Во время тренировок в тренажерном зале или в залах групповых программ используйте полотенце - покрывайте им тренажер, чтобы предотвратить соприкосновение открытых частей тела с поверхностью. Просим Вас соблюдать чистоту во всех помещениях клуба.
8. Все помещения клуба являются зонами, свободными от курения. Находиться в клубе в нетрезвом виде, употреблять спиртные напитки, наркотические и/или психотропные средства, а также принимать пищу в местах, предназначенных для тренировок, в зонах отдыха и раздевалках не допускается.
9. Не разрешается проводить праздничные встречи без разрешения администрации.
10. В целях безопасности нельзя использовать стеклянную посуду для напитков во всех зонах клуба (для питья можно использовать только пластиковую и бумажную).
11. На территории клуба следует соблюдать правила поведения. Запрещается громко и агрессивно разговаривать, использовать ненормативную лексику и делать все, что мешает окружающим вас людям. Взаиморезервация – залог комфорта для каждого Члена Клуба(гостя клуба), гостя отеля.
12. К услугам членов Клуба(гостей клуба), гостей отеля организован спорт-бар. В спорт – баре предлагается большой выбор спортивного питания, спортивных напитков, содержащих полезные элементы для сжигания жиров и для увеличения мышечной массы. Членам Клуба на его территории не разрешается приготовление коктейлей и другой пищи из принесенных из дома продуктов, концентратов и т.п.
13. Члены Клуба (гости клуба), гости отеля могут пользоваться услугами только тренеров Велнес - клуба «Серотонин». Проведение персональных тренировок другими членами Клуба не разрешается, если иное не согласовано с администрацией Клуба.
14. Зоны и помещения, выделенные для служебного пользования, предназначены исключительно для администрации Клуба.
15. Не следует самостоятельно регулировать уровень освещения и температурного режима, разворачивать телевизоры и плазменные панели, включать и выключать кондиционеры, инженерное оборудование, электрооборудование и т.п.
16. В помещениях клуба необходимо использовать сменную обувь, для прохода до раздевалки в уличной обуви использовать предоставляемые клубом бахилы.
17. Мы оставляем за собой право не допускать к занятиям Посетителя, одетого неподобающим образом.
18. Зоны, предназначенные для тренировок, на время проведения клубных мероприятий, сведения о которых будут доводиться до Вас на рецепции, могут быть ограничены.
19. На территории Клуба запрещено проведение членами (гостями) Клуба, гостями отеля любых публичных акций, в т.ч. рекламных акций в политических или коммерческих целях.
20. Профессиональная фото и видео съемка в Клубе согласуется с Администрацией клуба. Съемка частного характера согласования не требует. Ответственность, которая возникает в соответствии со ст. 152.1 ГК РФ, у Гостей клуба, гостей отеля за публикацию отснятого материала, Администрация клуба не несет.

21. Клуб оснащен современным музыкальным оборудованием, позволяющим обеспечить на тренировочных зонах музыкальное сопровождение. Выбор музыкального сопровождения осуществляется сотрудниками Клуба и самостоятельное использование членами Клуба (гостями Клуба), гостями отеля музыкальной и другой аппаратуры Клуба не допускается. Если общее музыкальное сопровождение Вам мешает, то Вы можете пользоваться по мере надобности собственными наушниками. При этом мы всегда рады Вашим пожеланиям в отношении музыкального сопровождения в Клубе, которые Вы можете оставить в книге отзывов и предложений на рецепции.

22. Администрация Клуба в целях обеспечения непрерывности Вашего тренировочного процесса и комфорта иных членов Клуба (гостей Клуба), гостей отеля, убедительно просит Вас не использовать мобильные телефоны на тренировочных территориях, а также не использовать телефоны Клуба в личных целях.

23. Ряд дополнительных услуг Клуба (массаж, спа процедуры и т.д.) оказываются на основании предварительной записи, осуществляемой администраторами Клуба.

24. Занятия в Клубе необходимо завершать за 15 минут до окончания работы Клуба и покидать помещения Клуба не позднее установленного времени окончания работы Клуба или действия Вашей клубной карты. По завершении пребывания в клубе каждый член клуба (гость клуба), гость отеля обязан сдать администратору рецепции ключ от шкафчика, полотенце и наручный браслет (при разовом посещении). Обращаем Ваше внимание на то, что допуск в Клуб прекращается, если до окончания работы Клуба осталось менее 40 минут. Клуб может изменять часы работы Клуба в течение сезона, и, в случае технической необходимости, временно закрывать помещения Клуба (отдельные тренировочные территории, аква - зону и пр.).

25. В случае утраты вещей на территории Клуба необходимо заполнить заявление установленной формы об утрате. Все найденные на территории Клуба вещи регистрируются сотрудниками отдела внутреннего контроля в «Журнале учета забытых и оставленных вещей» и хранятся в течение 30 дней. Информацию о забытых вещах можно получить у администратора рецепции.

26. В целях Вашей безопасности в Клубе и на прилегающей к Клубу территории службой внутреннего контроля осуществляется видеонаблюдение.

27. НЕ ДОПУСКАЕТСЯ выносить имущество Клуба за его пределы.

28. Сопровождающие лица, не имеющие Клубные карты, не допускаются до посещения Клуба, зоной ожидания является холл клуба.

29. Члены Клуба и их гости несут ответственность за вред, причиненный Клубу (например, за уничтожение, утерю, повреждение материальных ценностей и т.п.). В случае утери Клубной карты, просим Вас незамедлительно поставить нас в известность. Мы оставляем за собой право не допускать Посетителя в помещения Клуба при отсутствии клубной карты.

### **Ваше здоровье**

1. Клуб настоятельно рекомендует Вам пройти обследование в медицинском центре до начала посещения тренировок, так как вы несете персональную ответственность за свое здоровье.

2. Просим Вас внимательно относиться к состоянию Вашего здоровья и незамедлительно уведомлять персонал Клуба в любых случаях ухудшения самочувствия, случившегося во время Вашего пребывания в Клубе, об изменениях в состоянии здоровья в течение всего срока действия членства, а также о любых ограничениях к занятиям физической культурой и спортом.

3. Для сохранения Вашего здоровья при наличии ограничений к занятиям физической культурой и спортом, подтвержденных справкой врача, тренеры Клуба по Вашей просьбе могут разработать индивидуальную программу занятий на основании справки врача и указанных в ней рекомендаций.
4. После оплаты членства в Клубе и перед началом занятий мы убедительно рекомендуем пройти первичную консультацию (мед. сопровождение), а также заполнить анкету-анамнез на рецепции клуба, отметив все имеющиеся отклонения в состоянии своего здоровья, пройти вводные инструктажи у тренеров, в целях определения оптимального для Вас режима тренировок, с учетом Вашей цели, уровня подготовки и физического состояния. По результатам этих мероприятий Вы сможете получить актуальные для Вас рекомендации в отношении допустимого пульса во время занятий, уровня и вида нагрузок, рационального питания, познакомитесь с оборудованием, основными правилами пользования тренажерами и т.д.
5. Администрация Клуба имеет право в одностороннем порядке прекратить предоставление услуг члену Клуба в случае несообщения ответственному персоналу Клуба (Администратор, тренер, инструктор) об изменении в состоянии своего здоровья или беременности и в случае невыполнения членом Клуба рекомендаций врача медицинского учреждения.
6. Не стесняйтесь задавать вопросы персоналу Клуба, любой сотрудник Клуба всегда рад помочь Вам. Вся команда Клуба работает для того, чтобы Вы получили желаемый результат. Тренируйтесь для здоровья и с удовольствием!
7. Члены Клуба 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 Клуба.
8. При наличии признаков острого или хронического, инфекционного и/или кожного заболеваний у Членов Клуба(гостей клуба), гостей отеля посещение Клуба не разрешается. При несоблюдении данного правила Клуб оставляет за собой право временно отстранить Члена Клуба(гостя клуба), гостя отеля от посещения Клуба до полного выздоровления.

### **Правила посещения силовой зоны и кардио зоны**

1. При посещении силовой зоны и кардио зоны каждый член клуба (гость клуба), гость отеля должен находиться с браслетом на руке, выданным администратором клуба или администратором отеля.
2. Дети до 14 лет не допускаются в тренажерный зал. Несовершеннолетним в возрасте от 10 до 18 лет разрешается посещать данные зоны только в сопровождении родителей или доверенных лиц, а также тренера при проведении персональной тренировки, либо самостоятельно (от 14 до 18 лет) при наличии письменного заявления от родителей составленного в клубе.
3. До начала тренировок необходимо пройти вводный инструктаж у инструктора. Во время вводного инструктажа инструктор ознакомит Вас с основами тренировок в тренажерном зале, правилами техники безопасности, оборудованием зала, основными правилами пользования тренажерами, объяснит технику выполнения упражнений, их последовательность, ответит на Ваши вопросы, даст полезные советы.
4. Перед началом тренировки на тренажере в целях избежания травм необходимо изучить инструкцию по пользованию тренажером, которая имеется на тренажере. Будьте внимательны, соблюдайте технику безопасности и правила эксплуатации тренажеров. В случае возникновения вопросов, неясностей в пользовании тренажером, просим Вас немедленно обратиться к дежурному инструктору за разъяснениями.

5. В целях проведения ремонтных или профилактических работ доступ к любому из тренажеров может быть ограничен по усмотрению администрации Клуба.
6. Рекомендуется использовать оборудование, выбирать интенсивность и продолжительность тренировок в соответствии с Вашим уровнем подготовленности.
7. Вы можете заниматься в тренажерном зале индивидуально с персональным тренером. Персональные тренировки позволяют добиться максимального результата в более короткий срок и способствуют мотивации к занятиям. Во время персональной тренировки персональный тренер контролирует, насколько правильно Вы выполняете упражнения, работаете ли вы в полную силу, помогает сделать тренировку максимально эффективной. Исходя из поставленных задач и Ваших индивидуальных данных, персональный тренер составляет программу тренировок. При отмене Вами занятия заблаговременно (не позже, чем за 4 часа) предупреджайте Вашего персонального тренера об этом факте. В случае отмены персональной тренировки менее, чем за 4 часа услуга по проведению персональной тренировки считается оказанной в полном объеме. Занятия с персональным тренером подлежат дополнительной оплате.
8. На время отдыха между упражнениями на тренажере следует освободить его для использования другими занимающимися.
9. Просим Вас соблюдать правила общественного порядка, не беспокоить других членов Клуба(гостей клуба), гостей отеля соблюдать чистоту и порядок.
10. Настоятельно рекомендуем отказаться от пользования сотовым телефоном во время занятий на беговой дорожке!
11. В гигиенических целях во время выполнения упражнений следует покрывать скамейки тренажеров индивидуальным полотенцем.
12. Не нужно ставить стаканы с водой на тренажеры и музыкальную аппаратуру.
13. После окончания упражнения необходимо самостоятельно вернуть спортивный инвентарь (штанги, гантели, блины и другое незакрепленное оборудование и снаряжение) в специально отведенные для этого места.
14. Убедительная просьба завершать занятия в тренажерном зале за 15 минут до окончания работы и покинуть Клуб до истечения срока его работы.
15. Категорически запрещается перемещение тренажеров в зале.
16. Для занятий необходимо иметь спортивную обувь. Не следует тренироваться в чешках, сланцах, сандалиях или без обуви во избежание травм. Не следует заниматься с обнаженной грудью, в купальном костюме, в верхней одежде.
17. Во избежание причинения вреда Вашему здоровью в тренажерном зале не разрешается пользоваться жевательной резинкой.
18. Упражнения с максимальными весами в тренажерном зале рекомендуется выполнять с помощью инструктора или партнера для обеспечения Вашей безопасности.
19. При выполнении упражнений с разборной штангой во избежание травматизма необходимо равномерно снимать и надевать блины с обоих концов грифа штанги для исключения случаев ее опрокидывания, а также надежно закреплять блины замками.
20. При работе на блочных тренажерах фиксаторы весов, сидений и валиков необходимо вставлять до упора, проверив надежность фиксации.

21. Инструктор имеет право не допустить Члена Клуба (гостя клуба), гостя отеля на тренировку в случаях, когда это может быть опасно для здоровья.
22. Не разрешается резервировать и монополизировать тренажеры, свободные веса, лавки. Выполнять упражнения следует по очереди.
23. Не разрешается бросать оборудование (гантели, штанги, блины) на пол, что ведет к уменьшению срока использования оборудования, износу пола, повышенному шуму.
24. Будьте внимательны, соблюдайте технику безопасности и правила эксплуатации тренажеров.
25. Использовать магнезию запрещено.

### **Правила посещения зоны групповых программ**

1. При посещении зоны групповых программ каждый член клуба (гость клуба), гость отеля должен находиться с браслетом на руке, выданным администратором клуба или администратором отеля.
2. Не разрешается посещение зоны групповых программ детьми до 14 лет (за исключением посещения уроков детского фитнеса или персонального тренинга).
3. Групповые занятия проводятся по расписанию, которое может быть в одностороннем порядке изменено Администрацией Клуба. Просим Вас следить за информацией на рецепции.
4. Для посещения группового занятия, необходима предварительная запись по телефону, либо на ресепшн у администратора клуба. В случае отсутствия предварительной записи, инструктор или администратор клуба может не допустить гостя к занятию.
5. Не опаздывайте, пожалуйста, к началу занятия, т.к. ненадлежащее начало тренировки может быть опасно для вашего здоровья. Инструктор имеет право не допустить Вас на занятие в случае Вашего опоздания к его началу более чем на 10 минут.
6. Не рекомендуется приходить на занятия с чувством голода или сразу после приёма пищи.
7. Для занятий необходимо иметь спортивную обувь. Не следует тренироваться в сланцах, сандалиях или без обуви во избежание травм (кроме занятий предусматривающих занятия в носках). Не следует заниматься с обнаженной грудью, в купальном костюме, в верхней одежде.
8. Соблюдайте правила личной гигиены, не используйте резкие парфюмерные запахи.
9. Рекомендуется использовать оборудование, выбирать интенсивность и продолжительность тренировок в соответствии с Вашим уровнем подготовленности.
10. Просим Вас соблюдать правила общественного порядка, не беспокоить других гостей, соблюдать чистоту.
11. После окончания тренировки необходимо самостоятельно вернуть спортивный инвентарь в специально отведенные для этого места.
12. На групповых занятиях не разрешается использовать собственную хореографию и оборудование без разрешения инструктора.
13. Желательно наличие полотенца и спортивной бутылки с водой. Недопустимо оставлять открытую воду (вода в стаканчиках) в зале групповых программ.

14. Не допускается резервировать места в залах групповых программ.

15. Использование мобильных телефонов во время занятий не допускается.

16. В часы, свободные от проведения групповых программ и мини-групп, залы могут быть использованы для самостоятельных занятий Членов Клуба(гостей клуба), гостей отеля только по согласованию с администрацией клуба.

### **Правила посещения зоны водной релаксации**

1. При посещении зоны водной релаксации каждый член клуба (гость клуба), гость отеля должен находиться с браслетом на руке, выданным администратором клуба или администратором отеля.

2. Дети до 14 лет должны находиться в аква зоне под присмотром лиц старше 18 лет. Дети в возрасте до 3 лет допускаются к посещению бассейна только в плавательных подгузниках. Дети от 15 лет могут находиться в бассейне самостоятельно, только в случае письменного заявления от родителей.

3. На территории зоны водной релаксации запрещено находиться без купального костюма, или находиться в любой верхней одежде, не предназначенной для посещения водного комплекса. Для удобства Вы можете воспользоваться халатом и полотенцем.

4. Дежурный инструктор вправе не допустить Члена Клуба (гостя клуба), гостя отеля в бассейн, в случае отсутствия купального костюма или браслета на руке.

5. Для безопасного посещения зоны водной релаксации обязательно использовать противоскользкую обувь или тапочки для бассейна.

6. Для поддержания санитарных норм и предотвращения развития заболеваний, прежде чем войти в воду бассейна необходимо принять душ с мылом или гелем, смыть косметику. Принимать душ следует без купального костюма.

7. Перед посещением бассейна недопустимо наносить на кожу косметические средства.

8. Занятия по акваэробике проводятся по расписанию, утвержденному Клубом.

9. В случае ухудшения самочувствия или нежелании продолжать занятие необходимо информировать об этом инструктора, проводящего тренировку.

10. После окончания тренировки по акваэробике необходимо вернуть спортивный инвентарь в специально отведенные места. Члены Клуба(гости клуба), гости отеля несут материальную ответственность за утерю или порчу используемого оборудования и инвентаря.

11. Следует учесть, что во время проведения групповых занятий или персональных тренировок, зона свободного плавания и работа водных массажей (подводных и надводных) может быть ограничена.

12. Если вы не умеете плавать – сообщите об этом дежурному инструктору.

13. Членам Клуба(гостям клуба), гостям отеля запрещено:

- Резервировать и монополизировать места.

- Бегать, прыгать и совершать другие действия, способные сказаться на Вашей безопасности и безопасности других посетителей зоны водной релаксации.



*Индивидуальная парная с 12.00 до 20.00 по предварительной записи.*

*Вы можете находиться на территории банного комплекса только в часы его работы.*

- 2. При посещении банного комплекса каждый член клуба (гость клуба), гость отеля должен находиться с браслетом на руке, выданным администратором клуба или администратором отеля.*
- 3. Члены Клуба (гости клубу), гости отеля в состоянии алкогольного и наркотического опьянения не допускаются в зону банного комплекса.*
- 4. До и после посещения банного комплекса необходимо принимать душ.*
- 6. Уведомляем, что температурный режим в помещениях банного комплекса устанавливается только сотрудниками клуба. Дети в возрасте до 14 лет могут посещать банный комплекс только в сопровождении уполномоченного взрослого(старше 18 лет), с 15 до 18 лет, только с письменного разрешения уполномоченного представителя (старше 18 лет).*
- 7. Не допускается выливать воду, масла и другие вещества на печь бани (финской сауны), приносить с собой аэрозольные жидкости, пользоваться банными принадлежностями без банного специалиста (веники, кадушки и т.д.), а также накрывать каменку чем либо – это может привести к возгоранию.*
- 8. Зона банного комплекса может быть ограничена во время проведения клубных мероприятий и индивидуальных услуг парения .*
- 9. Не разрешается использовать парную для сушки полотенец и личных вещей.*
- 10. На территории релакс зоны запрещено употребление алкоголя, еды.*
- 11. На территории релакс зоны запрещено складывать пакеты, личные вещи, стаканы и прочие вещи, кроме полотенец на нагревательную скамью.*
- 12. На территории релакс зоны запрещено нахождение детских колясок.*

### ***Правила посещения дополнительных услуг***

- 1. К дополнительным услугам относятся индивидуальные услуги специалистов за дополнительную плату: персональные тренировки, массаж, консультации специалистов, коммерческие секции/мини-группы.*
- 2. Член клуба имеет право получить консультацию не только у администратора клуба, но и у Spa-специалиста или персонального тренера в зависимости от услуги.*
- 3. Предварительная оплата является необходимым условием для проведения дополнительной услуги.*
- 4. Предварительную запись на персональную тренировку Член клуба(гость клуба), гость отеля осуществляет лично или доверяет право записи персональному тренеру.*
- 5. Запись фиксируется в программе на рецепции клуба.*
- 6. Продолжительность 1 персональной тренировки составляет 55 минут. Началом тренировки является время, указанное в программе.*
- 7. Член Клуба(гость клуба), гость отеля вправе отказаться от персональной тренировки, предупредив об этом Клуб не позднее, чем за 4 часа. Сообщить об отказе необходимо своему персональному тренеру. В случае*

Утверждаю

Богданова Н.А.

05.08.2025 г.

*отмены персональной тренировки позднее, чем за 4 часа, либо не предупреждения об отмене, услуга по проведению персональной тренировки считается оказанной в полном объеме.*

*8. Клуб обязуется обеспечить замену персонального тренера в случае болезни, отпуска или отсутствия по иным уважительным причинам инструктора.*

*9. Персональные тренировки могут проводиться только инструктором или персональным тренером Клуба. Члены Клуба(гости клуба), гости отеля не имеют права вмешиваться в тренировочный процесс некорректными замечаниями и указаниями. В случае опоздания на персональную тренировку, время ее проведения сокращается.*

*10. При вступлении в Члены Клуба Вы также имеете право пользоваться дополнительными услугами, включая услуги SPA-зоны, которые не включены в условия Вашей Клубной карты. При приобретении любой клубной карты на Ваше имя будет открыт депозитный счет, на который наличным или безналичным путём вносятся авансовые платежи за дополнительные услуги.*

### ***Правила посещения SPA услуг***

*1. Просим Вас обратить внимание, что вход в кабинеты SPA без сопровождения сотрудника Клуба не разрешается.*

*2. Перед посещением SPA обязательно принято принимать душ, женщинам - снимать декоративную косметику. Эти правила обусловлены гигиеническими нормами.*

*3. Для Вашего удобства предлагаем пользоваться предварительной записью на услуги SPA у администратора рецепции.*

*4. SPA-процедура подготавливается специально для Вас. Если Вы желаете отменить процедуру или изменить время записи, необходимо сделать это заранее (минимум за 4 часа до начала процедуры).*

*5. Рекомендуем Вам приходить за 10 минут до начала процедур.*

*6. В случае если у Вас высокое давление, аллергия, другие физические недомогания, инвалидность, беременность, сообщите об этом SPA-специалисту. Внимательно ответьте на все вопросы и посоветуйтесь с нашим специалистом при необходимости.*

*7. Для SPA-процедуры одевайтесь так, чтобы чувствовать себя удобно. Вам предоставят халат и тапочки. Для процедуры Вы можете, оставить свое нижнее белье или воспользоваться гигиеническими бифами.*

*8. Перед приходом в SPA рекомендуем снять с себя все украшения. Вы так же можете оставить свои украшения в сейфе на ресепшен Клуба. Сотрудники Клуба не несут ответственность за утерянные украшения и ценные вещи.*

*9. Если Вы опоздали на процедуру, то время процедуры сокращается, поскольку процедура должна заканчиваться в назначенное время, независимо от того, во сколько Вы пришли. Только в случае отсутствия следующего Клиента время не сокращается.*

*10. Перед некоторыми процедурами для улучшения эффекта желательно посетить отдельные виды бань или принять контрастный душ. Об этом Вас предупредит Администратор при заказе SPA процедуры. Пожалуйста, не пренебрегайте этими рекомендациями и придите заблаговременно, чтобы ими воспользоваться.*

11. Вы имеете полное право насладиться SPA-процедурой. Поэтому можете согласовать освещенность, громкость музыки и силу массажа со специалистом, который проводит процедуру.

12. В некоторых SPA-процедурах и программах предусмотрено оставить Клиента(гостя клуба) одного в SPA-кабинете для релаксации либо на период действия масок и других косметических средств. Перед уходом SPA-специалист уточнит у Вас, комфортно ли Вам – убедитесь, что все настройки оборудования (температурный режим, наклон лежа, интенсивность воздействия и т.д.) Вас устраивает. Просим Вас самостоятельно не регулировать настройки оборудования (косметологического оборудования) во время отсутствия SPA-специалиста. Ориентировочно каждые 10-15 минут SPA-специалист будет проводить Вас и изменит режим на более комфортный, если Вас что-либо не устраивает.

13. Уважайте тишину и уединение других посетителей. Воздержитесь от громких разговоров и смеха, использования мобильных телефонов.

14. Для получения максимального эффекта не рекомендуется употреблять алкоголь в течении 8 часов до начала процедур и пищу в течении 2 часов.

### *Дети в Клубе*

1. Дети до 14 лет не допускаются в тренажерный зал. Несовершеннолетним в возрасте от 10 до 18 лет разрешается посещать данные зоны только в сопровождении родителей или доверенных лиц, а также тренера при проведении персональной тренировки. Либо самостоятельно (от 14 до 18 лет) при наличии письменного заявления от родителей составленного в клубе.

2. Не разрешается посещение зоны групповых программ детьми до 14 лет (за исключением посещения уроков детского фитнеса или персонального тренинга).

3. Детям до 3 лет посещать бассейн допускается строго в подгузниках или трусиках для купания.

4. Переодевать ребенка, менять подгузники следует только в специально отведенных для этого местах (раздевалка, туалет).

5. Под присмотром воспитателей можно оставить ребенка в Детском Клубе. Здесь же проводятся специальные тематические игры. Родителям и доверенным лицам не рекомендуется находиться Детской комнате. Дети от 3 до 12 лет могут находиться в Детской комнате Клуба во время её работы (расписание находится на двери Детской комнаты).

6. Администрация Клуба, в случае, если родители не уверены, что ребенок может оставаться с воспитателем, рекомендует периодически навещать ребенка в детской комнате или сократить время пребывания его в детской комнате в первые дни.

7. Запрещено приносить продукты питания в Детский Клуб. Детям в Детском Клубе предоставляется возможность пить воду и соки.

8. Все оборудование и снаряды в Клубе и в Детском Клубе проходят ежедневную дезинфекционную обработку, поэтому предпочтительно, чтобы дети не приносили личные игрушки из дома.

9. Во избежание инфицирования детей в Клубе, просим оставить ребенка дома в следующих случаях: если у ребенка насморк, кашель, болит горло или другое инфекционное заболевание; если у ребенка расстройство желудка, тошнота или другое кишечное недомогание; если у ребенка повышенная температура; если у ребенка сыпь, незажившие ранки и др.

10. Для удобства детей просим одевать их в удобную спортивную форму и носки.

Утверждаю

Богданова Н.А.

05.08.2025 г.

11. Ребенка должен привести и забрать один и тот же родитель, или уполномоченное лицо, но не моложе 18 лет. Если ребенка приводит в Клуб уполномоченное родителями лицо, это должно быть письменно оговорено с Администрацией Клуба (с указанием имени, фамилии и паспортных данных этого лица) и сообщаться на рецепцию.
12. Родители несут персональную ответственность за жизнь и здоровье своих детей на территории Клуба, за исключением времени нахождения детей в игровой комнате, групповых программ и персональных тренировок.
13. Детская Клубная карта дает право использовать тренировочные зоны и посещать групповые занятия Клуба по расписанию установленному клубом и в соответствии с настоящими Правилами.
14. Дети до 14 лет могут посещать Клуб только в сопровождении родителей или уполномоченных лиц не моложе 18 лет. Сопровождающим ребенка лицом может быть только член Клуба.
15. В случае установления факта нахождения детей на территории Клуба в возрасте до 14 лет без сопровождения взрослого, Клуб вправе расторгнуть договор в одностороннем порядке.
16. В случае нахождения ребенка в возрасте до 7 лет на территории Клуба без присмотра родителей или сопровождающих лиц, сотрудники Клуба имеют право проводить ребенка в игровую комнату, где он будет находиться под присмотром сотрудников Клуба до прихода родителей. При повторном замечании Клуб вправе расторгнуть договор с родителями ребенка в одностороннем порядке.
17. Дети старше 14 лет могут посещать Клуб самостоятельно, при наличии письменного заявления от родителей. При этом соблюдение ребенком настоящих Правил является обязательным.
18. Использование детьми до 14 лет тренировочных зон и посещение групповых занятий, не предусмотренных Правилами Детского Клуба, не разрешается.
19. Мы рекомендуем приводить детей на занятия соответствующие возрасту ребенка. Возрастные ограничения указаны в описании уроков.
20. При неадекватном поведении ребенка (агрессия, истерические состояния, намеренная порча имущества), родители или сопровождающие лица обязаны забрать ребенка из Клуба. В случае если данные ситуации носят систематический характер Клуб вправе не допускать ребенка в Детский клуб, либо расторгнуть договор.
21. Запрещается переодевать мальчиков старше 3 лет в женской раздевалке, а девочек в мужской раздевалке.
22. Присутствие родителей или сопровождающих лиц допускается только на открытых занятиях по предварительному приглашению. Родителям или сопровождающим лицам запрещено вмешиваться в процесс занятий, проводимых сотрудниками детского Клуба и требовать изменения формата уроков групповых занятий.
23. Нам необходимо знать, где Вас искать, поэтому, оставляя ребенка, необходимо сообщать информацию администратору рецепции о месте Вашего нахождения и номер телефона.
24. Сообщите, пожалуйста, все индивидуальные особенности ребенка, отличительные черты его характера и его предпочтения.
25. Время пребывания ребенка (старше 3-х лет) в детском клубе - 2 часа в день бесплатно, только в момент нахождения родителя (попечителя) на территории Клуба, далее оплачивается по прайсу детского клуба.

**Ответственность**

Утверждаю

Богданова Н.А.

05.08.2025 г.

- 1. Посещая Клуб, не оставляйте личные вещи и одежду без присмотра. Используйте для их хранения шкафы в раздевалках. Для хранения ценных вещей в Клубе для Вас предусмотрены специальные сейфы у администраторов рецепции. За утерянные или оставленные без присмотра вещи, а также за ценные вещи, не помещенные членами Клуба (гостями клуба), гостями отеля в сейфы, Администрация Клуба ответственности не несет.*
- 2. Клуб не несет ответственности за вред, связанный с ухудшением здоровья, если состояние здоровья члена Клуба(гостя клуба), гостя отеля ухудшилось в результате острого заболевания, обострения травмы или хронического заболевания.*
- 3. Клуб не несет ответственности, если причиной нанесения вреда здоровью стало нарушение правил пользования тренажерами и оборудованием.*
- 4. Клуб не несет ответственности за технические неудобства, вызванные проведением городскими и федеральными службами профилактических и ремонтно-строительных или иных работ и мероприятий.*
- 5. Клуб не несет ответственности за вред здоровью и/или имуществу, причиненный противоправными действиями третьих лиц.*
- 6. Члены Клуба (гости клуба), гости отеля несут ответственность за утерю или порчу используемого клубного оборудования, инвентаря и обстановки Клуба в соответствии с действующим гражданским законодательством.*
- 7. Администрация Клуба имеет право в одностороннем порядке прекратить предоставление услуг члену Клуба(гостю клуба), гостю отеля при невыполнении (в т.ч. однократном) требований, установленных настоящими Клубными правилами.*
- 8. При приобретении клубной карты, Велком визите, при посещении Клуба гостями отеля обязательным является ознакомление, и подписание настоящих Правил посещения Велнес - клуба «Серотонин».*

### **Заключительные положения**

*Велнес - клуб вправе в одностороннем порядке вносить изменения и дополнения в настоящие Правила. Новые Правила вступают в силу для Членов клуба(гостей клуба), гостей отеля с момента размещения последних в общедоступных местах на территории клуба.*

*Все споры и разногласия, возникающие между сторонами по настоящим Правилам, разрешаются путем переговоров между Велнес - клубом и Членами клуба (гостями клуба), гостями отеля. Разногласия, по которым стороны не достигнут договоренности, подлежат рассмотрению в судебных органах по месту нахождения Велнес - клуба. Все, что не урегулировано положениями настоящих Правил, регулируется законодательством Российской Федерации.*

*Администрация клуба имеет право в одностороннем порядке прекратить предоставление услуг члену клуба при невыполнении (в том числе, однократном) требований, установленных настоящими Клубными правилами.*

**Штрафы предусмотренные за поручу имущества клуба и нарушение клубных правил:**

Утверждаю

Богданова Н.А.

05.08.2025 г.

1. *Лить воду и любую другую жидкость на камни в финской сауне запрещено: штраф 5000 рублей, закрытие клубной карты без возврата денежных средств и возможности возобновления клубного членства.*
2. *Потеря клубной карты: штраф 150 рублей*
3. *Потеря полотенца: штраф 500 рублей*
4. *Потеря браслета от шкафчика: 500 рублей*
5. *Потеря клубного браслета: 100 рублей*
6. *Не сдача браслета от шкафчика: 100 рублей*
7. *Порча имущества клуба: в размере стоимости потраченной на ремонт, восстановление или покупку нового имущества.*

*В случае необходимости и для Вашего комфорта допускается введение новых пунктов Правил, о чем*

*Администрация информирует Членов клуба (гостей клуба), гостей отеля путем размещения в общедоступных местах на территории клуба.*

*Мне понятна информация, доведенная до меня на рецепции, была представлена возможность обсудить, уточнить, получить ответы на все вопросы по этой информации. Я удовлетворен (а) полученной информацией, осознаю суть и возможные последствия.*

---

*ФИО, подпись, дата*

Утверждаю

Богданова Н.А.

05.08.2025 г.

*Благодарим Вас за выбор нашего велнес клуба и выражаем уверенность, что пребывание в Клубе будет для Вас максимально комфортным и эффективным.*

*Желаем Вам здоровья с удовольствием!*

Утверждаю

Богданова Н.А.

05.08.2025 г.