

УТВЕРЖДАЮ
Председатель
государственного учреждения
физической культуры и спорта
Волейбольного клуба «Минск»
О.В. Шевченко
«11» 08 2026 года

ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ СПОРТИВНОГО ЗАЛА, ТРЕНАЖЕРНОГО И ФИТНЕС ЗАЛОВ ФИТНЕС-ЦЕНТРА ГОСУДАРСТВЕННОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА «ВОЛЕЙБОЛЬНЫЙ КЛУБ «МИНСК»

Основные понятия

В настоящих Правилах применяют следующие термины с соответствующими определениями:

Учреждение – государственное учреждение физической культуры и спорта «Волейбольный клуб «Минск», находящееся по адресу д. Б.Тростенец, ул. Молодежная, д. 1.

Спортивный объект – спортивный (волейбольный) зал, тренажерный и фитнес залы фитнес-центра государственного учреждения физической культуры и спорта «Волейбольный клуб «Минск».

Услуга – деятельность Учреждения по удовлетворению потребностей потребителя в поддержании и укреплении здоровья, а также проведении физкультурно-оздоровительного и спортивного досуга. Подготовка спортивного резерва и (или) спортсменов высокого класса.

Клиент – гражданин (организация), посещающие Учреждение с целью получения услуги.

Абонемент – заранее приобретенное право Клиента пользоваться в течение фиксированного срока (в течение месяца) услугами Учреждения, на определенное количество посещений в определенный временной период.

Расписание занятий – основной организационный документ, определяющий работу Учреждения в целом. Оно устанавливает распорядок занятий в течение дня, недели, месяца, года.

1. Общие положения

1. Настоящие Правила разработаны в соответствии с постановлениями Министерства спорта и туризма Республики Беларусь: от 31.08.2018 № 60 «Об утверждении Правил безопасности проведения занятий физической культурой и спортом» регулируют отношения по безопасному посещению физкультурно-спортивного здания и направлены на создание условий по охране здоровья, предупреждение травматизма и качественное проведение учебно-тренировочного процесса, спортивных, спортивно-массовых мероприятий и оказание услуг населению.

2. Правила обязательны для всех Клиентов спортивного объекта. В случае нарушения настоящих Правил, администрация Учреждения оставляет за собой право на досрочное прекращение посещения спортивного объекта.

3. В случае необходимости Правила могут быть пересмотрены или дополнены. **Информация об изменениях размещается за 3 календарных дня до даты вступления изменений в силу.** Предыдущая редакция Правил со дня вступления новой редакции считается утратившей силу.

2. Правила посещения спортивного объекта

1. Проход в специализированные зоны спортивного объекта осуществляются по предъявлению чека, абонеента или договора.

2. Клиент обязан оплатить абонемент или разовое посещение занятий в соответствии с действующим прейскурантом.

3. Абонемент и чек выдается администратором после оплаты и предъявляется при каждом посещении спортивного объекта администратору.

4. Физические лица оплачивают абонементы денежными средствами в белорусских рублях согласно Прейскуранту, юридические лица – путем перечисления денежных средств на расчетный счет Учреждения.

5. Каждое посещение спортивного объекта фиксируется Учреждением.

6. Клиент имеет право находиться на территории специализированных зон спортивного объекта в течение 15 минут до начала занятия, во время занятия и в течение 30 минут после занятия. В остальных зонах (фойе, вестибюль) Клиент может находиться неограниченное время.

7. Администрация не несет ответственность за:

- оставленные без присмотра ценные вещи, документы, деньги, сотовые телефоны, а также за припаркованный у физкультурно-спортивного здания Учреждения автомобиль;

- состояние здоровья и возможный травматизм Клиентов в следующих случаях:

- при нарушении Клиентом Правил безопасного поведения при проведении занятий;

- если Клиент тренируется самостоятельно без инструктора-методиста;

- травмы, полученные вне территории спортивного объекта;

- травмы, полученные от противоправного действия третьих лиц;

- травмы, полученные по вине самого Клиента на территории спортивного объекта.

8. На территорию физкультурно-спортивного здания Учреждения нельзя проносить:

- алкогольные, слабоалкогольные напитки, пиво, наркотические, психотропные вещества, их аналоги, токсические или другие одурманивающие вещества;

- холодное, огнестрельное, газовое или иное оружие, составные части и компоненты оружия, взрывчатые вещества и боеприпасы их имитаторы и муляжи;

- бьющиеся предметы, предметы, специально изготовленные или приспособленные предметы, использование которых может представлять угрозу жизни и здоровью людей, причинить материальный ущерб физическим лицам,

имуществу спортивного объекта, а также жевательные резинки и другие пачкающие предметы.

9. На территории физкультурно-спортивного здания Учреждения **запрещается:**

- курить, в том числе использовать электронные системы курения, употреблять спиртные напитки;

- проносить предметы и вещества, указанные в абзаце втором пункта 8 настоящих Правил;

- находиться в состоянии алкогольного опьянения или в состоянии, вызванном потреблением наркотических, психотропных веществ, их аналогов, токсических или других одурманивающих веществ;

- распространение и продажа наркотиков, спиртных напитков, сигарет и электронных систем курения, медикаментов;

- входить в служебные помещения;

- находиться с детьми до 14 лет;

- бегать по коридорам и лестницам;

- беспокоить других Клиентов;

- производить кино - и фотосъемку без разрешения руководства;

- совершать иные действия, нарушающие установленный порядок работы Учреждения и проведения спортивных, спортивно-массовых мероприятий, а также подстрекать иных лиц к таким действиям любыми методами.

3. Общие обязанности Клиентов

1. Приходить за 15 минут до начала занятий.

2. Перед началом физкультурно-оздоровительных и тренировочных занятий необходимо переодеться в сменную спортивную одежду и обувь.

3. Строго соблюдать правила посещения спортивного объекта.

4. Бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию, а также имуществу Учреждения.

5. Соблюдать и поддерживать общественный порядок и общепринятые нормы поведения, вести себя уважительно по отношению к другим Клиентам, обслуживающему персоналу.

6. Соблюдать чистоту и порядок на спортивном объекте.

7. Лица, нарушившие настоящие правила, лишаются права посещения занятий без последующей компенсации.

8. В случае необходимости и для комфорта Клиентов допускается введение новых пунктов Правил.

4. Ответственность за порчу имущества

1. В соответствии с пунктом 1 статьи 933 Гражданского кодекса Республики Беларусь вред, причиненный личности или имуществу гражданина, а также имуществу юридического лица, подлежит возмещению в полном объеме лицом, причинившим вред, согласно прейскуранту цен.

2. Не подлежит возмещению ущерб, причиненный спортивному оборудованию неумышленно, непосредственно в момент тренировочной деятельности.

3. В остальных случаях при нанесении Клиентом ущерба исполнителю вследствие нарушений настоящих Правил, повреждения либо утраты предметов или оборудования, принадлежащих спортивному объекту, виновный обязан возместить стоимость нанесенного ущерба с учетом затрат на его ремонт в полном объеме по существующим на день оплаты ценам, определенным администрацией Учреждения, либо произвести равноценную замену по согласию сторон.

ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ ТРЕНАЖЕРНОГО И ФИТНЕС ЗАЛОВ ФИТНЕС-ЦЕНТРА

1. Общие положения

1. Настоящие правила посещения тренажерного и фитнес-залов фитнес-центра (далее – Правила) разработаны в целях создания безопасных и комфортных условий для тренировок.

2. Правила обязательны для всех Клиентов фитнес-центра. В случае нарушения настоящих Правил администрация Учреждения оставляет за собой право на досрочное прекращение предоставления услуги.

3. Приобретая услугу в фитнес-центр, Клиент подтверждает, что ознакомлен с настоящими Правилами, не имеет медицинских противопоказаний для занятий физическими упражнениями и полностью принимает на себя ответственность за состояние своего здоровья.

2. Правила посещения фитнес-центра

1. Пропуском в фитнес-центр является абонемент или кассовый чек на оплату разового посещения занятия.

2. Клиент обязан оплатить абонемент или разовое посещение занятий в соответствии с действующим Прейскурантом цен на услуги (далее – Прейскурант) фитнес-центра.

3. Персональные тренировки (абонементы на персональные тренировки), СПЛИТ оплачиваются дополнительно как отдельная услуга инструктора-методиста.

4. Абонемент выдается Учреждением после оплаты и предъявляется при каждом посещении фитнес-центра.

5. Кассовый чек выдается Учреждением после оплаты.

6. Абонемент является персональным (именным) пропуском в фитнес-центр, для разового посещения предоставляется кассовый чек.

7. Передача абонемента другому лицу запрещается. При передаче другому лицу абонемент аннулируется без возмещения занятий.

8. Каждое посещение фитнес-центра фиксируется Учреждением.

9. Оплата абонементов принимается в наличной и безналичной форме в белорусских рублях согласно Прейскуранту.

10. Юридические лица, с которыми заключен Договор, о предоставлении физкультурно-оздоровительных услуг обязаны проинструктировать своих работников о следующем порядке посещения фитнес-центра: необходимо зарегистрироваться у администратора и получить абонемент, на основании которого Клиент может получить физкультурно-оздоровительную услугу.

11. Срок действия абонемента 30 календарных дней с момента первого посещения фитнес-центра.

12. По уважительным причинам абонемент может быть **приостановлен (срок действия абонемента, не более 1 месяца).**

12.1. Уважительные причины: травма, болезнь Клиента или ребенка Клиента, командировка. Для подтверждения Клиентом должен быть предоставлен документ (справка, больничный лист, командировочное удостоверение). «Приостановление» абонемента производится по предварительному обращению Клиента. Заявление можно подать лично или по e-mail: sportvsminsk@mail.ru. Необходимо указать Фамилию и Имя, дату начала приостановления и номер абонемента. «Приостановление» снимается в день посещения фитнес-центра Клиентом с предоставлением вышеперечисленных документов.

12.2. Стоимость неиспользованных занятий без уважительной причины не возмещается.

13. Посещение фитнес-центр Клиентами осуществляется согласно графику работы.

13.1. При покупке абонемента или разового посещения **до 16.00**, Клиент обязан **покинуть фитнес-центр не позднее 16.00** в ином случае администратор вправе списать дополнительное занятие с абонемента либо взять дополнительную оплату (доплата согласно прейскуранту цен).

13.2. Вход последнего Клиента в фитнес-центр осуществляется не позднее чем за 45 минут до окончания работы.

13.3. Выход последнего Клиента из фитнес-центра осуществляется за 10 минут до окончания работы.

13.4. Время нахождения в фитнес-центре до 1 часа 45 минут (при приобретении одного посещения).

13.5. На групповые занятия следует приходить вовремя, согласно утвержденного расписания. **Занятие в группе с инструктором-методистом 50 минут.** Клиенты, опоздавшие более чем на 15 минут, на тренировку не допускаются. При этом денежные средства за занятие не возмещаются.

14. Учреждение имеет право в случае нарушения Клиентом настоящих Правил предупредить Клиента и запретить ему посещать фитнес-центр без финансовой компенсации при нарушении настоящих Правил.

15. Предоставляя услуги, учреждение руководствуется тем, что Клиент не имеет противопоказаний для занятий физической культурой.

16. Учреждение не несет ответственности за полученные травмы при неправильном использовании силового оборудования и несоблюдения

техники безопасности, а также за здоровье Клиента и его медицинское обеспечение.

17. Учреждение не несет ответственность за сохранность личных и ценных вещей, оставленных в фитнес-центре.

18. Учреждение имеет право в одностороннем порядке изменить Прейскурант цен и действующих акций без предупреждения.

3. Правила безопасного поведения при занятиях в фитнес-центре

1. Приступать к занятиям в фитнес-центре можно только после ознакомления с настоящими Правилами.

2. К самостоятельным занятиям в фитнес-центре допускаются лица, достигшие 18-летнего возраста.

3. К персональным и групповым занятиям допускаются лица, достигшие 15-летнего возраста с письменного разрешения законного представителя, с предоставлением медицинской справки из учреждения здравоохранения и по согласованию с администратором и инструктором-методистом.

4. Занятия в фитнес-центре разрешены только в чистой спортивной обуви, рекомендуется использовать удобную закрытую обувь с резиновой и нескользящей подошвой. Запрещается тренироваться в состоянии алкогольного и наркотического опьянения, а также использовать обувь на высоких каблуках, с кожаной подошвой, с шипами, тренироваться босиком или в открытой обуви.

5. Рекомендуется снять с себя предметы, представляющие опасность при занятиях (часы, висячие серьги, цепочки и т.п.), убрать из карманов колющие и другие посторонние предметы.

6. Перед началом занятий на тренажере под руководством инструктора-методиста проверить исправность и надежность установки и крепления тренажера.

7. При выполнении упражнений со штангой необходимо использовать замки безопасности. Выполнение базовых упражнений (жим лежа, приседания со штангой) необходимо производить при страховке со стороны инструктора-методиста.

8. Выполнение упражнений с отягощением или весами, близкими к максимальным для данного занимающегося, разрешается только при непосредственной страховке инструктора-методиста.

9. С отягощениями, штангами, гантелями следует обращаться предельно аккуратно. Все упражнения должны выполняться плавно, без рывков.

10. Запрещается брать блины, гантели, грифы штанги влажными или потными руками. Это может привести к выскальзыванию отягощения из рук и его падению.

11. Не допускается перегрузка тренажерных устройств сверх нормы дополнительным навешиванием грузов.

12. Передвигаться по фитнес-центру необходимо не торопясь, не заходя в рабочую зону других Клиентов. Запрещается бегать, прыгать, либо отвлекать внимание Клиентов иными способами.

13. Запрещается работа на неисправных тренажерах. В случае обнаружения неисправностей (надрыв троса, механические повреждения) необходимо сообщить об этом администратору.

14. При выполнении базовых упражнений (становая тяга, приседания и т.д.) необходимо пользоваться атлетическим поясом.

15. После выполнения упражнений Клиент обязан убрать используемое им спортивное оборудование (блины, гантели, штанги, инвентарь и т.д.) на специально отведенные места.

16. Запрещается приступать к занятиям в фитнес-центр при незаживших травмах и общем недомогании. При наступлении плохого самочувствия во время занятий необходимо прекратить тренировку.

17. Запрещается прикасаться к движущимся частям блочных устройств.

18. Упражнения со свободными весами необходимо выполнять на расстоянии не менее 1,5-2 метров от стекла и зеркал.

19. Запрещается ставить бутылки с водой на тренажеры, подключенные к электросети.

20. Необходимо следить, чтобы длинные и свободные детали одежды, шнурки, полотенца не попадали на движущиеся части тренажеров.

21. В начале тренировки на беговой дорожке необходимо становиться на подставки по краям движущей ленты, установить минимальную скорость и начинать тренировку после того, как лента пришла в движение. Нельзя сходить с тренажера до полной остановки ленты.

22. При поломке или порче спортивного инвентаря необходимо прекратить занятия и сообщить об этом администратору. Занятия продолжать только после устранения неисправностей или замены спортивного оборудования (инвентаря).

4. Обязанности Клиентов фитнес-центра

1. Вход в помещения фитнес-центра осуществляется в сменной обуви или в бахилах.

2. При первом занятии Клиентам рекомендуется пройти инструктаж у администратора. Клиенты вправе получать помощь, разъяснения у инструктора-методиста.

3. Внимательно слушать указания и рекомендации инструктора-методиста в процессе тренировки. На занятиях в группе следует занимать свободное место.

4. Во время занятий Клиенты должны соблюдать следующие правила:

- посещение фитнес-центра возможно только при наличии специальной спортивной одежды и сменной спортивной обуви; занятия с голым торсом и в шлёпанцах – строго запрещены;

- не разговаривать громко, отключать звуковые сигналы мобильных телефонов. В случае необходимости телефонного разговора – покинуть помещение фитнес-центра.

5. После окончания занятия необходимо вернуть используемое во время тренировки оборудование в отведенные места (диски, гантели, коврики и т.п.).

6. Рекомендуется при посещении фитнес-центра при себе иметь питьевую воду (негазированную) и **индивидуальное полотенце.**

7. Клиенты несут материальную ответственность за порчу в том числе за неосторожное или неправильное использование спортивного оборудования.

8. Клиенты самостоятельно несут ответственность за причинение вреда здоровью или жизни во время занятий.

5. Клиентам фитнес-центра запрещается

1. Заниматься с обнаженным торсом и без обуви.
2. Находиться в шипованной обуви и на каблуках в специализированных зонах.
3. Выходить в сменной обуви за пределы спортивного объекта.
4. Прием и хранение пищи в зонах, предназначенных для тренировок.
5. Самостоятельно регулировать систему кондиционирования и вентиляции фитнес-центра, громкость трансляции и подбор музыкального сопровождения.
6. Разбрасывать спортивный инвентарь.
7. Занимать сидения тренажеров в перерывах между подходами.
8. Самостоятельно устранять поломки спортивного инвентаря. В случае возникновения такой ситуации незамедлительно сообщить администратору (инструктору-методисту).
9. Поливать себя водой при занятиях на тренажерах.
10. Заниматься с жевательной резинкой.
11. Использовать ненормативную лексику, как при общении, так и в разговорах по телефону.
12. Использовать парфюмерию, мази, гели и другие косметические изделия с резким запахом, а также средства, портящие или загрязняющие оборудование, помещения.

ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ СПОРТИВНОГО (ВОЛЕЙБОЛЬНОГО) ЗАЛА

1. Общие положения

1. Настоящие правила посещения спортивного (волейбольного) зала (далее – Правила), разработаны в целях создания безопасных и комфортных условий для тренировок.

2. Правила обязательны для всех Клиентов. В случае нарушения настоящих Правил администрация Учреждения оставляет за собой право на досрочное прекращение предоставления услуги.

3. Приобретая услугу в спортивный зал Клиент подтверждает, что ознакомлен с настоящими Правилами, не имеет медицинских противопоказаний для занятий физическими упражнениями и полностью принимает на себя ответственность за состояние своего здоровья.

2. Обязанности Клиентов спортивного зала

1. Посещение спортивного зала осуществляется по абонеентам, разовым билетам, через администратора, на основе договора на оказание услуг, на основе договора о взаимном сотрудничестве.

2. К занятиям допускаются Клиенты, одетые в спортивную одежду и специальную обувь.

3. Начинать занятие с разминки.

4. Групповые занятия организованных групп по интересам среди населения проводятся согласно расписанию под руководством ответственного представителя, который должен быть ознакомлен с правилами посещения спортивного зала.

5. Клиенты несут материальную ответственность за порчу и утрату спортивного инвентаря. В случае поломки спортивного инвентаря обязаны сообщить об этом администратору.

6. За травмы и несчастные случаи, связанные с нарушением настоящих Правил и правил посещения администрация Учреждения ответственности не несет.

7. После окончания занятия необходимо вернуть используемое во время тренировки оборудование в отведенные места.

8. При обнаружении неисправности спортивного оборудования и (или) приспособлений, появлении посторонних запахов, задымлений, возгорания и т.п. необходимо немедленно сообщить об этом администратору.

3. Правила безопасного поведения при занятиях в спортивном зале

3.1. Общие требования:

1. К занятиям по волейболу допускаются Клиенты, не имеющие медицинских противопоказаний и прошедшие инструктаж по технике безопасного поведения.

2. Опасность возникновения травм:

- при падении на твердом покрытии;
- при нахождении в зоне удара;
- при наличии посторонних предметов на площадке и вблизи.

3. Спортивный зал должен быть обеспечен огнетушителем и аптечкой, укомплектованной необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим.

4. Клиенты должны быть в спортивной форме, предусмотренной правилами игры. Спортивная обувь должна быть с белой (светлой) подошвой, не оставляющей следов на напольном покрытии.

5. Занятия должны проходить на сухом полу.

3.2. Требования безопасного поведения перед и во время занятий:

1. Надеть спортивную форму и обувь с нескользкой, светлой подошвой.

2. Тщательно проверить отсутствие посторонних предметов на площадке и вблизи.

3. Провести физическую разминку всех групп мышц.

4. Во время проведения разминки и игры на площадке не должно быть посторонних лиц.

5. Избегать столкновений с игроками, толчков и ударов по рукам и ногам

игроков.

6. При выполнении прыжков, столкновениях и падениях игрок должен уметь применять приёмы самостраховки.

7. Соблюдать игровую дисциплину.

8. Не вести игру влажными руками.

9. Пользоваться защитными приспособлениями (наколенниками, налокотниками и др.)

3.3. Требования безопасного поведения в аварийных ситуациях:

1. При возникновении неисправности спортивного оборудования и инвентаря, прекратить занятия и сообщить об этом администратору. Игру продолжать только после устранения неисправности или замены спортивного оборудования и инвентаря.

2. При плохом самочувствии прекратить разминку, игру.

3. При получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом администратору, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

4. При возникновении пожара в спортивном зале немедленно эвакуировать Клиентов из зала через все имеющиеся эвакуационные выходы, сообщить о пожаре администратору и в ближайшую пожарную часть, приступить к тушению пожара с помощью имеющихся первичных средств пожаротушения.

3.4. Требования по окончании занятий:

1. Убрать спортивный инвентарь в места для его хранения.

2. Тщательно проветрить спортивный зал.

3. Снять спортивную форму и спортивную обувь.

4. Тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

5. О всех недостатках, отмеченных во время разминки, игры сообщить администратору.

4. Клиентам спортивного зала запрещается

1. Наносить ущерб помещениям, сооружениям, оборудованию спортивного зала.

2. Находиться в шипованной обуви и на каблуках в спортивном зале.

3. Выходить в сменной обуви за пределы спортивного объекта.

4. Запрещается курить, проносить и принимать алкогольные напитки и наркотические вещества.

5. Посещать спортивный зал с кольцами, серьгами, часами, цепью и другими украшениями.

6. Приступать к занятиям игровыми видами спорта при незаживших травмах и общем недомогании.

7. Производить самостоятельную разборку, сборку и ремонт спортивного инвентаря и оборудования.