

ПРАВИЛА КЛУБА

Раздел I. Общие сведения о Клубе

Раздел II. Услуги Клуба.

Раздел III. Контракты. Клубная карта

Раздел IV. Права и обязанности Клуба и Посетителей

Раздел V. Правила поведения в Клубе

Раздел VI. Детский Клуб

Раздел VII. Ответственность за нарушение Правил

Приложением № 1. Перечень медицинских противопоказаний к занятиям в Клубе

Раздел I. Общие сведения о Клубе

1. Фитнес-клуб *Гут Зеленый* (далее – **«Клуб»**) принадлежит и управляется ООО «Грин Фитнес» (ОГРН 1117746443946, ИНН 7720719881).

2. Клуб расположен по адресу: 111141, Москва г., Перова Поля 1-й проезд, 9, стр.2, телефоны Клуба: 8 (495) 665-51-59, официальный веб-сайт Клуба: <http://www.wg-fresh3.ru>.

3. Клуб оказывает населению фитнес-услуги в соответствии с Законом Российской Федерации от 07 февраля 1992 г. № 2300-1 «О защите прав потребителей» и другими применимыми нормативными правовыми актами Российской Федерации, регулирующими данную деятельность.

4. Клуб не является структурным подразделением, представителем или агентом какой-либо российской или иностранной организации и, действуя в своём интересе, оказывает фитнес-услуги исключительно от своего лица.

5. Настоящие Правила регулируют условия и порядок оказания Клубом фитнес-услуг, права и обязанности Клуба и его посетителей, а также устанавливают ответственность за нарушение своих положений.

6. Основные термины, применяемые в тексте настоящих Правил, и их значения:

(1) **Контракт** – контракт на оказание услуг Клуба;

(2) **Член Клуба** – физическое лицо, в пользу которого с Клубом заключен Контракт;

(3) **Дети/ребенок** – дети/ребенок в возрасте от 3 до 11 лет включительно;

(4) **Юниор** – ребенок в возрасте от 12 до 13 лет включительно;

(5) **Член Детского Клуба** – ребенок или юниор, в пользу которого с Клубом заключен Контракт;

(6) **Карта** – клубная карта, оформляемая Члену Клуба при заключении с ним соответствующего Контракта;

(7) **Пользователи** – при совместном упоминании любые пользователи услуг Клуба, включая, но не ограничиваясь, Членов Клуба, гостей Членов Клуба и Членов Детского Клуба;

(8) **Посетители** – при совместном упоминании Пользователи, уполномоченные лица, сопровождающие в Клубе детей и юниоров и не являющиеся Членами Клуба, а также иные лица, правомерно находящиеся в Клубе во время его работы и не являющиеся работниками Клуба.

7. Администрация Клуба

(1) Уполномоченным лицом Клуба в отношениях с Посетителями является администрация Клуба (далее – **«Администрация»**). Сведения о составе Администрации размещаются на информационном стенде у стойки ресепшн на входе в Клуб (далее – **«Информационный стенд»**). В тексте настоящих Правил упоминание Администрации равнозначно упоминанию Клуба как юридического лица.

(2) По текущим вопросам Администрацию представляет дежурный администратор, рабочим местом которого является стойка ресепшн при входе в Клуб.

8. Клуб открыт для Посетителей ежедневно, кроме 1 января, с 7:00 до 24:00 по будням и с 9:00 до 22:00 по выходным и нерабочим праздничным дням. Администрация вправе в необходимых случаях и с соблюдением требований, установленных настоящими Правилами, изменять вышеуказанные часы работы Клуба. Доступ Пользователей в Клуб для занятий возможен не менее чем за тридцать минут до окончания времени посещения, предусмотренного условиями соответствующего Контракта. Тренировочные зоны заканчивают работу за пятнадцать минут до закрытия Клуба. Администрация вправе устанавливать и применять к лицам, нарушающим сроки пользования услугами Клуба, штрафные санкции в соответствии с прейскурантом Клуба.

9. Любые претензии, отзывы, замечания и предложения по работе Клуба должны подаваться Администрации в письменной форме путем направления почтовым отправлением или передачей дежурному администратору. Для максимально эффективной обработки обращений Посетителям рекомендуется использовать специальные формы, имеющиеся у дежурного администратора.

10. Условием допуска Пользователей к занятиям в Клубе является строгое соблюдение ими требований настоящих Правил, а также утвержденных Администрацией Правил техники безопасности при занятиях в Клубе, правил техники безопасности для отдельных тренажеров, другого оборудования и отдельных тренировочных зон, общепринятых правил гигиены и других норм и правил поведения.

11. Настоящие Правила действуют в части, не урегулированной условиями соответствующих Контрактов. В случае противоречия между отдельными положениями заключенного Клубом в соответствии с Правилами Контракта и соответствующими положениями Правил преимущественную силу имеют положения Контракта.

12. Неотъемлемой частью настоящих Правил – Приложением № 1 к ним является утвержденный Администрацией Перечень медицинских противопоказаний к занятиям в Клубе (далее – «**Перечень противопоказаний**»).

Раздел II. Услуги Клуба

§ 1. Общие положения. Основные и вспомогательные услуги

13. Порядок оказания Клубом услуг Пользователям определяется настоящими Правилами, принятыми в соответствии с ними иными документами Клуба (включая правила техники безопасности, прейскурант Клуба и т.п.) и распоряжениями Администрации, а также условиями заключенных Контрактов.

14. Услуги Клуба считаются оказанными надлежащим образом при условии непоступления в адрес Администрации в порядке, предусмотренном пунктом 9 настоящих Правил, замечаний по ним от Пользователя или уполномоченного им лица до окончания работы Клуба в день их оказания.

15. Основные и вспомогательные услуги

(1) Основные услуги (фитнес-услуги) Клуба включают в себя в числе прочего: услуги тренажерного зала, кардиостудии, бассейна, групповые занятия по расписанию Клуба. Набор и объем услуг, предоставляемых конкретному Пользователю, определяется соответствующим Контрактом. С полным действующим перечнем услуг Клуба можно ознакомиться у дежурного администратора.

(2) Помимо основных услуг в комплексы услуг по соответствующим Контрактам входят вспомогательные услуги – Клуб предоставляет каждому Пользователю индивидуальное полотенце, а также право пользования банями и душевыми. Перечень предоставляемых вспомогательных услуг может различаться в зависимости от вида (типа) Контракта.

16. Условиями заключённого Контракта может быть предусмотрено ограничение для Члена Клуба количества посещений им Клуба с целью получения Услуг в течение срока действия его

Карты. Все расчёты по такому Контракту во всех применимых случаях, в том числе, но не ограничиваясь этим, в случае, предусмотренном пунктом 18 настоящих Правил (в части расчёта при «резервировании») и в случае досрочного расторжения Контракта (в части расчёта возвращаемой суммы), производятся исходя из количества посещений (общего или оставшегося – что применимо), а не срока действия Карты, при этом в случае досрочного расторжения Контракта оставшееся количество посещений определяется с учётом оставшегося срока действия Карты – по принципу «не более одного посещения в день».

§ 2. Дополнительные услуги

17. Услуги Клуба, не входящие в комплекс основных и вспомогательных услуг по соответствующему Контракту, являются дополнительными. Дополнительные услуги оказываются Клубом Пользователям при условии их предварительной оплаты по ценам (тарифам) в соответствии с действующим прейскурантом Клуба. Основанием для оказания Клубом дополнительных услуг Пользователю является выданный ему кассовый чек и пре-чек (квитанция) с перечнем подлежащих оказанию дополнительных услуг.

18. По просьбе любого Члена Клуба Администрация вправе как исключение вместо предварительной оплаты заказанных дополнительных услуг произвести в качестве обеспечения оплаты этих услуг «резервирование» соответствующего по стоимости периода действия Карты этого Члена Клуба, рассчитанного исходя из общей стоимости данного Контракта и общего срока действия Карты без учёта дополнительного (бонусного) срока, если он предоставлен Члену Клуба по условиям Контракта. При условии погашения упомянутой задолженности в течение 7 (семи) дней с даты «резервирования» срок действия Карты сохраняется прежним. Если до истечения указанного срока задолженность не будет погашена, срок действия Карты сокращается на количество дней, «зарезервированных» Клубом в вышеописанном порядке.

19. Клуб вправе утверждать перечень дополнительных услуг, которые могут быть оказаны только в рамках отдельных типов Контрактов.

20. Отдельные виды дополнительных услуг могут оказываться Клубом не ежедневно и (или) только в определенный период времени в течение дня – согласно установленному Клубом расписанию на соответствующий день, с которым Посетители могут ознакомиться у дежурного администратора.

21. Бронирование дополнительных услуг

(1) Отдельные дополнительные услуги могут быть оказаны Клубом только при условии их заблаговременного бронирования Пользователем у дежурного администратора. Утвержденный

Администрацией порядок и срок бронирования по таким услугам содержится в описании данных услуг, размещенном на Информационном стенде.

(2) В случае отмены бронирования Пользователем дополнительной услуги более чем за 12 (двенадцать) часов до начала ее оказания Клуб возвращает ему уплаченные за такую услугу денежные средства в полном объеме – если к этому моменту услуга была оплачена.

(3) В случае отмены или переноса бронирования Пользователем дополнительной услуги менее чем за 12 (двенадцать) часов до начала ее оказания Клуб в соответствии со статьей 32 Закона РФ «О защите прав потребителей» вправе будет удержать из ранее уплаченных за нее денежных средств (если к этому моменту услуга была оплачена) или потребовать оплатить фактически понесенные Клубом расходы, связанные с ее оказанием. Размер таких расходов или порядок его расчета определяется Клубом.

§ 3. Стоимость и порядок оплаты услуг Клуба

22. Стоимость услуг Клуба

(1) Стоимость комплексов основных и вспомогательных услуг Клуба (Контрактов), а также дополнительных услуг определяется прејскурантом Клуба, утверждаемым Администрацией.

(2) Описание утвержденных Клубом и открытых к заключению (продаже) типов Контрактов (видов Карт), включая комплекс услуг и срок действия каждого типа Контракта (вида Карты), а также прејскурант Клуба доводится до сведения Посетителей в порядке, предусмотренном пунктом 31 настоящих Правил.

23. Порядок оплаты услуг Клуба

(1) Оплата услуг Клуба может производиться наличными денежными средствами в кассу Клуба или безналичными денежными средствами с помощью платежной банковской карты либо перечислением на расчетный счет Клуба.

(2) Во всех случаях расчетов через кассу Клуба плательщику выдается кассовый чек, а также, если это предусмотрено настоящими Правилами, пре-чек (квитанция) с расшифровкой назначения платежа.

(3) В случае безналичных расчетов банковские реквизиты Клуба могут быть получены на стойке ресепшн. Оплата услуг Клуба, произведенная в безналичном порядке, должна быть подтверждена копией платежного документа с отметкой банка о принятии к исполнению (представляется дежурному администратору).

(4) В случае невозможности оказания услуг, наступившей по вине Пользователя (включая прекращение посещений Клуба без письменного заявления о приостановке действия Контракта, поданного в соответствии с пунктом 40 (1) настоящих Правил, и без письменного заявления об одностороннем отказе от исполнения Контракта, поданного в соответствии с пунктом 40 (5) настоящих Правил, соответствующие услуги подлежат оплате в полном объеме в соответствии с пунктом 2 статьи 781 Гражданского кодекса РФ. Стоимость услуг Клуба по Контракту (стоимость Карты) за период времени, в течение которого оказание услуг было невозможным по вине Члена Клуба, возврату не подлежит.

(5) При наличии у Члена Клуба не погашенной задолженности по услугам, оказанным ему по заключенному между ним и Клубом Контракту, срок действия которого истек, сумма такой задолженности в случае заключения между ними нового аналогичного по предмету (оказание фитнес-услуг) Контракта подлежит погашению в рамках отношений по новому Контракту.

Раздел III. Контракты. Клубная карта

§ 1. Контракты

24. Контракты на пользование услугами Клуба могут быть заключены:

(1) Совершеннолетними физическими лицами от своего имени и в своих интересах либо в пользу другого совершеннолетнего физического лица;

(2) Несовершеннолетними физическими лицами в возрасте от 14 до 18 лет от своего имени и в своих интересах с письменного согласия их родителей или законных представителей;

(3) Членами Клуба в пользу несовершеннолетних физических лиц в возрасте до 14 лет включительно, в порядке, предусмотренном пунктом 64 настоящих Правил;

(4) Юридическим лицом или индивидуальным предпринимателем в пользу своих работников (корпоративный контракт).

25. Заключение Контракта и его вступление в силу. Начало оказания услуг:

(1) Контракт заключается в письменной форме в трех экземплярах, один из которых выдается на руки Члену Клуба, два других хранятся в Клубе, и дает право Члену Клуба на получение указанного в нем комплекса услуг в течение всего срока его действия;

(2) Контракт вступает в силу в сроки, определённые его условиями. Исключение составляют следующие случаи:

а) Контракт, заключенный ранее дня официального первичного открытия Клуба для занятий (Дня открытия Клуба), вне зависимости от условий, указанных в тексте Контракта, вступает в силу в День открытия Клуба, и тот же день является днём начала оказания услуг по Контракту (датой активации Карты). В случае указания Членом Клуба при заключении Контракта своего номера мобильного телефона и/или адреса электронной почты и изъявления им желания получать от Клуба информацию, он должен быть заблаговременно извещён о Дне открытия Клуба соответствующим способом. Администрация обязана в любом случае заблаговременно разместить информацию о Дне открытия Клуба на официальном веб-сайте Клуба, адрес которого указан в пункте 2 настоящих Правил. Член Клуба единолично несёт риск неознакомления с данной информацией и, соответственно, непосещения Клуба по этой причине после вступления Контракта в силу;

б) Заключение Контракта (новый Контракт) в период действия иного Контракта между Членом Клуба и Клубом (старый Контракт), когда вне зависимости от условий, указанных в тексте нового Контракта, он вступает в силу с даты фактического начала пользования Членом Клуба услугами Клуба после последнего дня срока действия старого Контракта, но не позднее чем через 30 (тридцать) дней после этой даты, если иное не будет письменно согласовано Клубом и Членом Клуба при заключении нового Контракта.

(3) В случае, если по решению Администрации отдельные тренировочные зоны Клуба будут открыты для Посетителей в пробном режиме до Дня открытия Клуба, фактическое начало пользования соответствующим Членом Клуба услугами Клуба вне зависимости от объема предоставляемых и потребляемых услуг означает согласие данного Члена Клуба с активацией его Карты и началом исчисления срока оказания услуг, предусмотренного его Контрактом, в день упомянутого фактического начала пользования услугами Клуба.

26. Заключенный Контракт в течение срока его действия может быть переоформлен на другое лицо на тех же условиях при условии подачи Администрации соответствующего письменного заявления и оплаты расходов Клуба в соответствии с прейскурантом Клуба и пунктом 28 (3) настоящих Правил.

§ 2. Клубная карта

27. Оформление и действие Карты

(1) В течение 15 (пятнадцати) рабочих дней после заключения соответствующего Контракта (в случае заключения Контракта ранее Дня открытия Клуба – в течение 15 (пятнадцати) рабочих дней со Дня открытия Клуба) Администрация обеспечивает изготовление пластиковой Карты нового Члена Клуба, содержащую индивидуальный номер, а также записанную на чип или магнитную полосу информацию об объеме услуг по данному Контракту, и возможность ее получения Членом Клуба. Карта может быть получена только лично Членом Клуба под роспись в Реестре клубных карт.

(2) При оформлении Контракта Клуб за свой счет производит фотографирование Члена Клуба для целей его визуальной идентификации при проходе в Клуб без необходимости предъявления документа, удостоверяющего личность.

(3) Выпущенная Карта является собственностью Клуба и предоставляется Члену Клуба в пользование на период действия его Контракта. Член Клуба обязан обеспечить сохранность Карты. С момента окончания срока действия или момента досрочного прекращения действия Контракта Карта блокируется Клубом.

28. Действия при утрате, повреждении и перевыпуске Карты

(1) При утрате или повреждении Карты Членом Клуба Администрация по его заявлению изготавливает дубликат Карты после возмещения Членом Клуба в соответствии с пунктом 87 настоящих Правил ущерба, причиненного имуществу Клуба, в том числе расходов по выпуску дубликата Карты, в соответствии с прейскурантом Клуба. Дубликат Карты выдается Члену Клуба по предъявлении им паспорта либо иного документа, который закон признает удостоверением личности.

(2) В связи с персональным характером членства в Клубе запрещается передавать Карту третьим лицам. При нарушении данного запрета третьему лицу отказывается в доступе в Клуб, а Карта изымается. Возврат Карты Члену Клуба возможен только после выплаты им штрафа за неправомерное распоряжение имуществом Клуба в соответствии с пунктом 85 настоящих Правил. Повторное нарушение Членом Клуба запрета на передачу Карты третьим лицам рассматривается как грубое нарушение настоящих Правил и является основанием для одностороннего отказа Клуба от исполнения соответствующего Контракта в соответствии с пунктом 88 (3) настоящих Правил.

(3) В случае подачи Членом Клуба заявления о переоформлении его Контракта на другое лицо в соответствии с пунктом 26 настоящих Правил его Карта прекращает свое действие и изымается, а Карта на имя нового Члена Клуба по тому же Контракту начинает действовать с момента оплаты расходов Клуба по ее выпуску и (если применимо) иных расходов, предусмотренных пунктом 26 Правил. Такая оплата подтверждается кассовым чеком и пре-чеком (квитанцией) с указанием на перевыпуск Карты в связи с заменой стороны Контракта.

29. Пользование Картой

(1) Карта является пропуском в Клуб и подлежит предъявлению дежурному администратору на стойке ресепшн.

(2) При предъявлении Карты на стойке ресепшн дежурный администратор, считывая информацию с магнитной полосы или чипа Карты специальным устройством, фиксирует в электронной базе Клуба начало и окончание пользования фитнес-услугами и вспомогательными услугами Клуба в течение дня (такая фиксация удостоверяет фактические дату и время оказания услуг Клубом в соответствии с пунктом 9 раздела IV Правил бытового обслуживания населения в Российской Федерации).

(3) Во время нахождения Члена Клуба в Клубе его Карта остается на стойке ресепшн. В обмен на Карту Члену Клуба выдаются ключ от шкафчика и полотенце, а также иной инвентарь, если это предусмотрено условиями его Контракта. Дежурный администратор возвращает Карту Члену Клуба в обмен на ключ и полотенце по окончании занятий в Клубе.

(4) В случае, если Член Клуба не имеет при себе Карту, его проход в Клуб возможен по паспорту или иному документу, который закон признает удостоверением личности. Такой документ должен быть предъявлен дежурному администратору на стойке ресепшн. При этом факт начала и окончания занятий в Клубе, выдачи и возврата ключа от шкафчика и полотенца дежурный администратор фиксирует в электронной базе Клуба вручную. Аналогичным образом осуществляется проход в Клуб после заключения Контракта до момента получения Карты – с одновременным предъявлением Контракта или временного пропуска, а также в случае ее утраты или повреждения (в период после возмещения ущерба Клубу – до выдачи дубликата Карты).

Раздел IV. Права и обязанности Клуба и Посетителей

§ 1. Права и обязанности Клуба

30. В процессе оказания услуг Клуб предоставляет Пользователям в соответствии с настоящими Правилами, иными внутренними документами Клуба, условиями заключенных

Контрактов и правилами проведения соответствующих мероприятий следующие права: на пользование тренировочными зонами, раздевалками, иными помещениями (кроме служебных), оборудованием и инвентарем Клуба; на обращение за консультациями и помощью к инструктору в зале (тренировочной зоне); на посещение групповых программ по расписанию (кроме платных мини групп); на посещение специальных мероприятий Клуба, сети клубов – на условиях и с учётом ограничений, установленных организатором мероприятия.

31. Клуб обязан доводить до сведения Посетителей информацию об оказываемых услугах и иную информацию, предусмотренную настоящими Правилами, нижеследующими способами:

(1) Информация о пропускном режиме размещается при входе в Клуб;

(2) Настоящие Правила в полном объеме доступны для ознакомления на стойке ресепшн у дежурного администратора, а также на официальном веб-сайте Клуба, адрес которого указан в пункте 2 настоящих Правил;

(3) Выдержки из настоящих Правил, включая Перечень противопоказаний, и Правила техники безопасности при занятиях в Клубе доступны для ознакомления на Информационном стенде и в тренировочных зонах;

(4) Правила техники безопасности для отдельных тренажеров и другого оборудования, а также для отдельных тренировочных зон (бассейн, скалодром) размещены в соответствующей тренировочной зоне;

(5) Прейскурант Клуба и утвержденные Администрацией меры ответственности за нарушение настоящих Правил доступны для ознакомления на Информационном стенде;

(6) Описание существенных условий открытых к заключению (продаже) Контрактов доступно для ознакомления у менеджера департамента по работе с клиентами;

(7) Другая информация об услугах Клуба доступна для ознакомления на Информационном стенде либо у дежурного администратора;

(8) Отдельные сведения об услугах Клуба могут дополнительно доводиться до Членов Клуба с их письменного согласия при помощи смс-сообщений или по электронной почте;

(9) В соответствующих пунктах настоящих Правил могут быть приведены и иные случаи и способы предоставления Клубом информации.

32. Изменение условий оказаний услуг

(1) Администрация вправе при наличии уважительных причин без предоставления Посетителям каких-либо компенсаций временно изменить график работы Клуба либо отдельных зон Клуба, расписание групповых занятий, заменить тренера групповых занятий тренером той же квалификационной категории, временно приостановить работу Клуба или отдельных тренировочных зон для проведения санитарных, ремонтных, профилактических и иных мероприятий при условии предварительного размещения информации о предстоящих изменениях в порядке, предусмотренном пунктом 31 (2) настоящих Правил.

(2) В случае вышеупомянутой приостановки работы Клуба и при наличии у Клуба соответствующей возможности услуги Клуба могут оказываться в помещениях иных фитнес-клубов сети. Соответствующая информация доводится до сведения Посетителей в порядке, предусмотренном пунктом 31 (2) настоящих Правил.

(3) Администрация вправе в любое время по своему усмотрению изменять условия открытых к заключению Контрактов (включая срок их действия, время оказания и объем оказываемых услуг), а также прејскурант Клуба. Такие изменения не распространяются на действующие Контракты, за исключением изменений прејскуранта Клуба в части, не связанной со стоимостью Контрактов. Об изменениях прејскуранта Клуб обязан извещать Посетителей в порядке, предусмотренном пунктом 31 (5) настоящих Правил.

33. Клуб вправе оказывать услуги Пользователям лично либо с привлечением третьих лиц. Все расчеты с третьими лицами за оказание ими Пользователям фитнес-услуг, вспомогательных и дополнительных услуг Клуб осуществляет самостоятельно. Данное правило не распространяется на услуги третьих лиц, которые они оказывают от своего имени Посетителям на территории Клуба.

34. Клуб не несет ответственности за возникающие технические неудобства в процессе прохода на территорию Клуба и пользования услугами Клуба в связи с проведением эксплуатирующими организациями сезонных профилактических и ремонтно-строительных работ.

35. Клуб несет иные обязанности и имеет иные права, предусмотренные настоящими Правилами и законом.

§ 2. Права и обязанности Члена Клуба

36. Член Клуба, заключивший с Клубом Контракт, при условии соблюдения настоящих Правил вправе ежедневно в течение срока, предусмотренного его Контрактом, на протяжении всего дня или части дня работы Клуба (в зависимости от условий его контракта) пользоваться фитнес-услугами и вспомогательными услугами Клуба в объеме, определенном данным Контрактом, а также дополнительными услугами. Количество проходов Члена Клуба в Клуб в течение каждого дня (части дня) не ограничено.

37. До начала оформления Контракта Администрация обязана предоставить будущему Члену Клуба возможность ознакомиться с настоящими Правилами и Правилами техники безопасности при занятиях в Клубе. Своей подписью под контрактом Член Клуба удостоверяет факт своего ознакомления с Правилами, подтверждает свое обязательство их соблюдать и отсутствие у него медицинских противопоказаний для занятий в Клубе на момент подписания им контракта.

38. Член Клуба приобретает право пользования услугами Клуба с момента вступления его Контракта в силу.

39. Администрация рекомендует Членам Клуба до начала занятий в Клубе воспользоваться услугой фитнес-консультирование и услугой по проведению индивидуального инструктажа по занятиям в Клубе (право на получение любой из двух этих услуг по выбору Члена Клуба включено в комплекс услуг по всем видам Карт, кроме детских). Один экземпляр комплексной программы тренировок (в случае ее составления) с подписями персонального менеджера или дежурного администратора и Члена Клуба остается в Клубе, другой выдается на руки Члену Клуба.

40. Приостановка действия Контракта (Карты) и отказ от исполнения Контракта

(1) При возникновении обстоятельств, временно препятствующих занятиям в Клубе, за исключением указанных в пунктах 40 (4) и 47 (8) настоящих Правил, Член Клуба имеет право без дополнительной оплаты приостановить членство в Клубе (действие Контракта) на срок, предусмотренный Контрактом, подав дежурному администратору письменное заявление с указанием периода приостановки. Такое заявление может быть подано не позднее первого дня указанного в нем периода приостановки; если в заявлении в качестве даты начала периода приостановки указана более ранняя дата, датой начала периода приостановки будет считаться дата подачи заявления, при этом датой окончания периода приостановки будет считаться соответствующая дата, указанная в заявлении.

(2) При получении указанного заявления Администрация приостанавливает действие соответствующего Контракта; после даты окончания периода приостановки, указанной в заявлении, Контракт автоматически возобновляет свое действие

(3) Если у Члена Клуба имеется необходимость приостановки членства в Клубе на срок больший по сравнению с предусмотренным его Контрактом либо если предусмотренные Контрактом возможности по приостановке членства исчерпаны, Член Клуба вправе воспользоваться дополнительной услугой по платной приостановке членства в Клубе, оплатив ее по расценкам, установленным прејскурантом Клуба.

(4) По заявлению Члена Клуба с приложением медицинской справки о беременности Администрация приостанавливает действие соответствующего Контракта на срок до 3 (трех) месяцев (конкретные даты согласовываются с Членом Клуба). Такая приостановка не является приостановкой членства в Клубе в смысле пункта 40 (1) настоящих Правил и производится независимо от срока приостановки, предусмотренной соответствующим Контрактом.

(5) В отсутствие заявления Члена Клуба о приостановке действия его Контракта невозможность для него пользоваться услугами Клуба считается возникшей по вине Члена Клуба, и в этом случае стоимость услуг по Контракту за время непосещения Клуба возврату не подлежит в соответствии с пунктом 2 статьи 781 Гражданского Кодекса РФ.

(6) Отказ Члена Клуба от исполнения его Контракта с Клубом должен быть оформлен письменным заявлением на имя Администрации, подаваемым дежурному администратору не позднее дня, с которого Член Клуба намерен прекратить пользование услугами Клуба (отказаться от исполнения Контракта). Порядок расчетов в случае такого одностороннего отказа с учетом требований действующего законодательства устанавливается Администрацией и описан в пункте 10 Контракта.

41. Гостевые визиты

(1) Совершеннолетний Член Клуба имеет право приглашать для пользования услугами Клуба гостей: без оплаты – в количестве и с периодичностью, предусмотренных условиями его Контракта, за плату – в порядке, предусмотренном настоящими Правилами для дополнительных услуг. Гостем Члена Клуба может быть взрослый, ребенок либо юниор. Одним гостевым визитом для целей регламентации их количества в рамках заключённых Контрактов является один визит одного лица.

(2) При входе в Клуб гость Члена Клуба обязан предъявить паспорт или иной документ, признаваемый удостоверением личности по закону. В случае если гостем Члена Клуба является

ребенок или юниор, он допускается в Клуб при предъявлении документа, удостоверяющего личность, уполномоченным лицом такого ребенка или юниора (пункт 77 (2) настоящих Правил).

(3) Гость Члена Клуба имеет право воспользоваться услугами Клуба в том же объеме, что и пригласивший его Член Клуба по условиям своего Контракта. В случае, когда гость Члена Клуба – ребенок или юниор, он имеет право воспользоваться услугами Клуба в объеме, определенном пунктами 66 или 69 настоящих Правил соответственно. При этом право пользования услугой персонального тренинга определяется согласно Контракту Члена Клуба, пригласившего такого гостя, а возможность посещения групповых программ, соответствующих возрасту ребенка или юниора, может быть предоставлена только при условии наличия свободных мест в соответствующей группе.

(4) Гостевой визит может продолжаться в течение одного дня или части одного дня работы Клуба – в зависимости от условий Контракта Члена Клуба и ограничивается временем нахождения Члена Клуба в Клубе. Время и продолжительность гостевого визита ребенка или юниора дополнительно ограничены временем работы Детского Клуба.

(5) При намерении гостя Члена Клуба воспользоваться дополнительными услугами Клуба таковые предоставляются ему за плату по прейскуранту Клуба на тех же условиях, что и Члену Клуба, гостем которого он является.

(6) Администрация предоставляет гостю Члена Клуба доступ в раздевалку и тренировочные зоны, выдавая ключ от шкафчика в раздевалке и полотенце, только после его ознакомления с настоящими Правилами и Правилами техники безопасности при занятиях в Клубе.

(7) Об ознакомлении с вышеуказанными документами, получении ключа и полотенца гость Члена Клуба (уполномоченное лицо гостя Члена Клуба – ребенка или юниора) дает расписку по форме, установленной Клубом. Эта расписка также удостоверяет факт начала пользования услугами и отсутствие у гостя Члена Клуба медицинских противопоказаний к занятиям в Клубе.

(8) По окончании занятий в Клубе гость Члена Клуба (уполномоченное лицо гостя Члена Клуба – ребенка или юниора) обязан сдать ключ и полотенце на стойку ресепшн, о чем дежурный администратор делает отметку в вышеуказанной расписке.

(9) Во время нахождения в Клубе гость Члена Клуба обязан неукоснительно соблюдать настоящие Правила.

(10) Член Клуба несет солидарную ответственность за соблюдение его гостями настоящих Правил, а также за вред, причиненный Клубу и/или иным лицам на территории Клуба –

требование о возмещении вреда может быть предъявлено как к гостю Члена Клуба, так и к самому Члену Клуба в полном объеме.

42. Член Клуба имеет право посещать специальные мероприятия Клуба и сети, проводимые на территории Клуба для Членов Клуба – *на условиях и с учётом ограничений, установленных организатором мероприятия.*

43. Член Клуба, заключивший Контракт Gold со сроком действия 1 (один) год, в период его действия имеет право на 14 (четырнадцать) бесплатных посещений клубов сети. Правила посещения каждого такого клуба определяет соответствующий клуб, и они не являются предметом регулирования настоящих Правил.

44. В течение периода, начинающегося за 30 (тридцать) дней до окончания срока действия соответствующего Контракта и заканчивающегося через 30 (тридцать) дней после окончания срока его действия, Клуб предоставляет Члену Клуба, являющемуся стороной данного Контракта, право на заключение Контракта на новый срок со скидкой по оплате услуг Клуба, размер которой устанавливается Администрацией и может изменяться по ее единоличному усмотрению.

45. Права Членов Клуба – владельцев одного типа Карт или всех Членов Клуба могут быть дополнены по усмотрению Администрации, в том числе временно – при проведении Клубом акций и мероприятий. Ограничение прав Членов Клуба возможно в случаях и порядке, предусмотренных настоящими Правилами, а также в случаях, установленных законом.

Раздел V. Правила поведения в Клубе

§ 1. Общие положения

46. Общие правила прохода и поведения Посетителей на территории Клуба

(1) Проход Посетителей на территорию Клуба возможен при условии предъявления дежурному администратору на стойке ресепшн Карты или паспорта либо иного документа, признаваемого по закону удостоверением личности.

(2) Запрещается проносить и употреблять на территории Клуба спиртные напитки, наркотические средства и иные препараты, запрещенные к свободному обороту на территории Российской Федерации, находиться на территории Клуба в состоянии алкогольного или наркотического опьянения. Посетитель может быть не допущен в Клуб, а находящемуся в Клубе Посетителю может быть предложено его покинуть, если у дежурного администратора или иного уполномоченного должностного лица Клуба будут разумные основания полагать, что он находится в состоянии алкогольного или наркотического опьянения. В случае отрицания факта алкогольного или наркотического опьянения такому Посетителю может быть предложено пройти соответствующее освидетельствование у фитнес-консультанта Клуба, а в случае отказа Посетителя от такого освидетельствования – пройти освидетельствование у врача-нарколога с предоставлением соответствующего заключения. При этом непредоставление указанного заключения в вышеописанном случае Членом Клуба, находящимся в Клубе (вне зависимости – на занятиях или в ином качестве), является грубым нарушением настоящих Правил и влечёт ответственность, предусмотренную их пунктом 88.

(3) Запрещается проносить на территорию Клуба огнестрельное и холодное оружие. При возникновении подозрений в нарушении Посетителем этого правила Администрация вправе потребовать от него предъявить свои вещи для осмотра сотруднику охраны или иному уполномоченному сотруднику Клуба. При отказе от такого осмотра Администрация вправе отказать Посетителю в доступе на территорию Клуба.

(4) Посетители Клуба в течение всего времени нахождения на территории Клуба не должны причинять беспокойство другим Посетителям, нарушать общественный порядок, совершать действия, оскорбляющие человеческое достоинство и общественную нравственность.

(5) В тренировочные зоны Клуба не допускаются лица в верхней одежде и уличной обуви. Проход Посетителей через тренировочные или иные внутренние зоны Клуба в служебные помещения допускается исключительно в сопровождении работника Клуба. Такие Посетители обязаны сдать в гардеробе Клуба верхнюю одежду и обувь специальные бахилы.

(6) Посетителям запрещается без специального в каждом случае разрешения Администрации осуществлять кино-, видео- и фотосъемку на территории Клуба, размещать на территории Клуба любые рекламные материалы, проводить любые рекламные, PR-акции и заниматься иной коммерческой деятельностью, указанные действия рассматриваются как грубое нарушение настоящих Правил и является основанием для одностороннего отказа Клуба от исполнения соответствующего Контракта в соответствии с пунктом 88 (3) настоящих Правил.

(7) Посетителям запрещается самостоятельно настраивать музыкальную и другую аппаратуру Клуба.

(8) Посетители обязаны соблюдать общепринятые правила гигиены, а также предписания и ограничения, установленные лечащим врачом.

(9) Курение в любых помещениях Клуба запрещается.

47. Первичный осмотр и фитнес-тестирование Членов Клуба

(1) До начала занятий в Клубе Члену Клуба необходимо пройти первичный осмотр и фитнес-тестирование. Первичный осмотр может быть проведен по выбору Члена Клуба фитнес-консультантом Клуба после заключения Контракта либо лечащим врачом Члена Клуба или иным врачом как непосредственно до, так и после заключения Контракта.

(2) В случае прохождения первичного осмотра не у фитнес-консультанта Клуба Член Клуба обязан при проведении фитнес-тестирования представить заключение врача о возможности занятий в Клубе с указанием допустимой физической нагрузки.

(3) Во всех случаях фитнес-тестирование в Клубе является обязательным.

(4) Первичный осмотр фитнес-консультантом Клуба и фитнес-тестирование бесплатны для Члена Клуба.

(5) Запись Члена Клуба на первичный осмотр фитнес-консультантом Клуба и фитнес-тестирование осуществляет персональный менеджер Члена Клуба или дежурный администратор на стойке ресепшн.

(6) На фитнес-тестирование необходимо приходить в удобной спортивной одежде из натуральных (хлопок) или иных гигроскопичных материалов, не стесняющей движений. Перед фитнес-тестированием следует воздержаться от активных физических нагрузок за 24 часа и от обильной еды за 3 часа, хорошо выспаться, избегать стрессов – в противном случае результаты фитнес-тестирования могут быть недостоверными.

(7) Порядок проведения и оформления результатов первичного осмотра фитнес-консультантом Клуба и фитнес-тестирования определяется Клубом и доводится до сведения Посетителей способом, предусмотренным пунктом 31 настоящих Правил.

(8) Если в соответствии с медицинским заключением по результатам первичного осмотра Члену Клуба временно противопоказаны занятия в Клубе, его Контракт может быть незамедлительно расторгнут как по его инициативе, так и по инициативе Администрации – по причине предоставления Членом Клуба при заключении Контракта недостоверной информации

об отсутствии противопоказаний к занятиям в Клубе. В случае продолжения действия Контракта допуск Члена Клуба в Клуб не производится до предоставления Администрации заключения об отсутствии у него медицинских противопоказаний к занятиям в Клубе. При этом Администрация вправе приостановить действие данного Контракта в период недопуска Члена Клуба в Клуб по вышеуказанным причинам на срок до 30 (тридцати) дней, причем такая приостановка не является приостановкой членства в Клубе в смысле пункта 40 (1) настоящих Правил и производится независимо от срока приостановки, предусмотренной Контрактом.

(9) Члену Клуба настоятельно рекомендуется в течение срока действия его Контракта периодически посещать лечащего врача для регулярного контроля за состоянием здоровья и корректировки (при необходимости) допустимых физических нагрузок.

48. Общие правила поведения на занятиях в Клубе и пользования раздевалками

(1) Для тренировок в Клубе необходимо переодеться в спортивную одежду и спортивную обувь.

(2) При входе в любую тренировочную зону Клуба Пользователям следует ознакомиться с выдержками из настоящих Правил, правилами техники безопасности и перечнем медицинских противопоказаний к занятиям в Клубе, размещенными в соответствующих тренировочных зонах. Пользователям необходимо соблюдать правила техники безопасности и общепринятые правила личной гигиены и воздерживаться от занятий при наличии медицинских противопоказаний.

(3) При обнаружении неисправности спортивного и другого оборудования или инвентаря Клуба Пользователю следует незамедлительно прекратить пользоваться им и сообщить об этом инструктору в зале или Администрации.

(4) Во время проведения клубных мероприятий и по иным уважительным причинам зона, предназначенная для тренировок, может быть ограничена.

(5) Члены Клуба и их гости при персональном тренинге вправе пользоваться только услугами инструкторов Клуба; проведение персональных тренировок Членами Клуба и их гостями либо тренировок с личным инструктором не из числа инструкторов Клуба не допускается.

(6) Посетителям запрещается принимать пищу в тренировочных зонах и в раздевалках Клуба. Исключение составляют напитки в закрывающихся, небьющихся емкостях.

(7) За исключением случаев, когда Клуб не предоставляет Пользователям услугу по хранению в специальных сейфовых ячейках, он не отвечает за сохранность их ценных вещей, находящихся вне таких сейфов. Условия предоставления данной услуги устанавливаются Администрацией и (если применимо) соответствующим Контрактом, ознакомиться с ними и узнать о возможности предоставления услуги можно на стойке ресепшн.

(8) Пользователям не следует оставлять свою одежду и принесённые в Клуб личные вещи без присмотра, для их краткосрочного хранения в период нахождения Пользователя в Клубе предназначены запирающиеся шкафчики в раздевалках. Ключи от шкафчиков выдаются на стойке ресепшн, их следует везде и всегда носить с собой. Администрация не несёт ответственности за сохранность вещей Пользователей, оставленных без присмотра, а также в случае утери ключа от шкафчика.

(9) После занятий Пользователи обязаны освобождать шкафчики от личных вещей (за исключением шкафов долгосрочной аренды); ключ от шкафчика и полотенце необходимо сдавать на стойку ресепшн.

(10) Для длительного хранения вещей в Клубе предназначены сдаваемые в аренду шкафы личного пользования сроком от 1 (одного) месяца; услуга по аренде шкафов является платной, об условиях ее предоставления можно ознакомиться на стойке ресепшн.

(11) Клуб предпринимает все разумные меры для обеспечения сохранности личных вещей Посетителей, однако ответственность за это несет лишь в случаях, прямо предусмотренных законом.

(12) Во время занятий в Клубе Пользователи вправе обращаться за консультацией к дежурным инструкторам в тренировочных зонах по вопросам выполнения упражнений, использования оборудования, инвентаря Клуба, а также по другим вопросам, относящимся к занятиям в соответствующей тренировочной зоне.

(13) По административным вопросам, связанным с занятиями в Клубе, Посетители вправе обращаться к персональному менеджеру (только для Членов Клуба) или дежурному администратору на стойке ресепшн.

(14) Членам Клуба дополнительно необходимо соблюдать ограничения, установленные при первичном медицинском осмотре и фитнес-консультировании. Если Член Клуба воспользовался услугой по проведению индивидуального инструктажа или составлению комплексной программы тренировок, ему следует соблюдать ограничения, установленные при проведении такого инструктажа или в комплексной программе тренировок.

(15) При наличии у Пользователя медицинских противопоказаний к занятиям в Клубе из действующего Перечня противопоказаний ему необходимо воздержаться от занятий и тренировок.

(16) В случае плохого самочувствия Клуб настоятельно рекомендует воздержаться от занятий и тренировок, обратившись за консультацией к лечащему врачу.

(17) В случае возникновения острого недомогания во время занятий или при нахождении в Клубе в рабочее время Клуба для получения неотложной помощи необходимо незамедлительно обратиться к фитнес-консультанту Клуба (за содействием следует обратиться к дежурному инструктору в зале или дежурному администратору на стойке ресепшн).

(18) В Клубе имеется оборудование, предназначенное исключительно для персонального тренинга Членов Клуба. Такое оборудование может использоваться только соответствующим персональным тренером (инструктором) или с его разрешения и только для этих целей. По требованию любого должностного лица Клуба Посетитель обязан немедленно прекратить неправомерное использование оборудования, предназначенного исключительно для персонального тренинга. Во избежание сомнений и споров, актуальный перечень такого оборудования имеется у дежурного администратора и предъявляется по первому требованию любого Члена Клуба.

§ 2. Правила посещения отдельных видов занятий и зон в Клубе

49. Правила посещения групповых занятий

(1) Групповые занятия в Клубе проводятся по расписанию, утвержденному Администрацией. Администрация оставляет за собой право вносить изменения в расписание, заменять тренеров на условиях и в порядке, установленных настоящими Правилами. Члены Клуба не вправе пользоваться помещениями Клуба, специально предназначенными для групповых занятий, иначе как в рамках групповых занятий, даже если такое помещение открыто.

(2) Опоздание на групповое занятие более чем на десять минут может быть опасным для здоровья Пользователя; во избежание травмоопасных ситуаций тренер вправе в данном случае не допустить опоздавшего Пользователя к занятиям.

(3) Тренер вправе не допустить Пользователя на занятие, не соответствующее его уровню подготовленности.

(4) До начала занятий Пользователям следует ознакомиться с выдержками из настоящих Правил, правилами техники безопасности и Перечнем противопоказаний, размещенных в соответствующей тренировочной зоне. Пользователям необходимо соблюдать правила техники безопасности и общепринятые правила личной гигиены и воздерживаться от занятий при наличии медицинских противопоказаний.

(5) Пользователям необходимо соблюдать ограничения по посещению групповых занятий, предписанные врачом.

(6) Пользователям не разрешается резервировать места в зале аэробики, использовать собственную хореографию и веса не рекомендованные инструктором, громко разговаривать, жевать жевательную резинку, пользоваться мобильными телефонами, использовать парфюмерию с резким запахом.

(7) После окончания занятий спортивный инвентарь и оборудование должны быть возвращены на специально отведенные для этого места.

(8) В случае возникновения острого недомогания во время группового занятия для получения неотложной помощи необходимо незамедлительно обратиться к фитнес-консультанту Клуба (за содействием следует обратиться к дежурному инструктору в зале или дежурному администратору на стойке ресепшн).

50. Правила посещения тренажерного зала и кардиостудии

(1) При входе в зал Пользователям следует ознакомиться с выдержками из настоящих Правил, правилами техники безопасности и Перечнем противопоказаний, размещенных в соответствующей тренировочной зоне у дежурного тренера. Пользователям необходимо соблюдать правила техники безопасности и общепринятые правила личной гигиены и воздерживаться от занятий при наличии медицинских противопоказаний.

(2) Для отдельных тренажеров, других видов оборудования и инвентаря устанавливаются специальные правила техники безопасности – они размещаются на тренажере, другом оборудовании или месте хранения инвентаря либо в непосредственной близости от него. Необходимо строго соблюдать такие специальные правила техники безопасности.

(3) Необходимо соблюдать ограничения, предписанные врачом.

(4) Упражнения с максимальными весами для собственной безопасности следует выполнять только с инструктором или страхующим партнером.

(5) Запрещается заниматься в тренажерном зале в открытой обуви и босиком, а также с открытым торсом, жевать жевательную резинку. В целях соблюдения гигиены во время занятий на тренажерах следует пользоваться полотенцем, кладя его на тренажер перед выполнением упражнений.

(6) Любой тренажер в зале может быть временно ограничен для использования по техническим причинам (ремонт, профилактические работы). Администрация извещает об этом объявлением, размещенным на видном месте в непосредственной близости от тренажера.

(7) В случае использования Пользователем оборудования более одного подхода ему следует быть внимательным к окружающим и позволять им тренироваться на этом оборудовании между его подходами.

(8) После окончания тренировки со свободными весами блины и гантели должны быть возвращены на специально отведенные для них места.

(9) Дети для занятий в тренажерном зале и кардиостудии вне детских групповых программ не допускаются. Юниоры для занятий в тренажерном зале и кардиостудии допускаются с учетом применимых положений раздела V настоящих Правил.

(10) В случае возникновения острого недомогания во время занятий в тренажерном зале или кардиостудии для получения неотложной помощи необходимо незамедлительно обратиться к фитнес-консультанту Клуба (за содействием следует обратиться к дежурному инструктору в зале или дежурному администратору на стойке ресепшн).

51. Правила посещения скалодрома

(1) При входе в зал скалодрома Пользователям следует ознакомиться с выдержками из настоящих Правил, правилами техники безопасности и Перечнем противопоказаний, размещенных в соответствующей тренировочной зоне. Пользователям необходимо соблюдать правила техники безопасности и общепринятые правила личной гигиены и воздерживаться от занятий при наличии медицинских противопоказаний.

(2) Занятия на скалодроме возможны только с использованием специализированного оборудования и в специальной обуви. Специализированное оборудование и обувь предоставляется Клубом Пользователям безвозмездно при разовом посещении скалодрома, а также при проведении групповых занятий и персонального тренинга. В целях безопасности Пользователей использование принесенного ими с собой специализированного оборудования и специальной обуви не допускается.

(3) После окончания тренировок специализированное оборудование и специальную обувь необходимо вернуть Клубу.

(4) Порядок выдачи и возврата специализированного оборудования и специальной обуви определяется Администрацией.

(5) Занятия на скалодроме возможны только в присутствии инструктора Клуба.

(6) Занятия на скалодроме без подписания Пользователем Соглашения о личной ответственности строго запрещены (форма данного Соглашения доступна для ознакомления на стойке ресепшн).

(7) Дети и юниоры для самостоятельных занятий на скалодроме не допускаются.

(8) В случае возникновения острого недомогания во время занятий на скалодроме для получения неотложной помощи необходимо незамедлительно обратиться к фитнес-консультанту Клуба (за содействием следует обратиться к дежурному инструктору в зале или дежурному администратору на стойке ресепшн).

52. Правила посещения зоны бассейна (включая групповые программы в зоне бассейна) и банного комплекса

(1) Заниматься в бассейне и посещать групповые программы в зоне бассейна можно только после прохождения первичного осмотра фитнес-консультанта Клуба или наличия выданного врачом медицинского заключения о допуске к занятиям в бассейне.

(2) При входе в зону бассейна Пользователям следует ознакомиться с выдержками из настоящих Правил, правилами техники безопасности, правилами пользования специальным оборудованием и Перечнем противопоказаний, размещенных в зоне бассейна у дежурного

тренера. Во время занятий в зоне бассейна Пользователям необходимо соблюдать правила техники безопасности, правила пользования специальным оборудованием и общепринятые правила личной гигиены, следует воздерживаться от занятий при наличии медицинских противопоказаний.

(3) Перед посещением бассейна необходимо принять душ, в том числе смыть всю косметику и иные субстанции, ранее нанесенные на кожу, и надеть специальную обувь (тапочки с противоскользящей подошвой). Во избежание травм не разрешаются никакие перемещения между раздевалкой и бассейном и в помещении бассейна без обуви.

(4) В зоне бассейна запрещено находиться в верхней одежде и в уличной обуви. Волосы должны быть собраны и убраны под шапочку. Купание в бассейне без шапочки не допускается.

(5) В зоне бассейна во избежание травм не разрешается: бегать по бортику бассейна, прыгать с бортика бассейна в воду, висеть на ограждениях дорожек, пользоваться оборудованием для аква-аэробики при свободном плавании, жевать жевательную резинку, приносить бьющиеся предметы на бортик бассейна.

(6) Дети и юниоры допускаются в зону бассейна в присутствии и под персональную ответственность родителей (уполномоченных лиц) или с тренером во время проведения персональной тренировки в соответствии с настоящими Правилами.

(7) Во время проведения групповых занятий или персональных тренировок зона для плавания может быть ограничена.

(8) При возникновении любых вопросов относительно правил поведения в зоне бассейна, проведения групповых занятий в зоне бассейна, правил техники безопасности и использования специального оборудования следует обращаться к дежурному инструктору в зоне бассейна. При возникновении вопросов относительно поведения в зоне бассейна и использования специального оборудования во время участия в групповых занятиях следует обращаться к инструктору групповых занятий.

(9) В случае возникновения острого недомогания во время занятий в зоне бассейна для получения неотложной помощи необходимо незамедлительно обратиться к фитнес-консультанту Клуба (за содействием следует обратиться к дежурному инструктору в зоне бассейна или дежурному администратору на стойке ресепшн).

(10) Правила проведения групповых занятий в зоне бассейна в применимой части также регулируются положениями пункта 48 настоящих Правил.

(11) Во всех парных помещениях банного комплекса, включая сауны и хаммамы, запрещено использование любых ароматических и иных масел, скрабов, лосьонов, мазей и иных средств, применяющихся в косметических, оздоровительных и других целях, вне зависимости от их состава и происхождения – натурального или искусственного, а также веников и иных аналогичных приспособлений.

(12) В саунах запрещено поливать камни водой или иными жидкостями и сушить личные вещи.

(13) Перед каждым заходом в парное помещение сауны необходимо ополоснуться (перед первым заходом – вымыться) под душем и насухо обтереться. Не следует мочить голову перед заходом в парную, чтобы не вызвать перегрева головы.

(14) При пользовании сауной не рекомендуется: прибегать к резким сменам температур не подготовленным к этому людям, делать более пяти заходов, входить в парное помещение с влажным телом, усталым или голодным, перед заходом в парное помещение принимать контрастный душ.

Раздел VI. Детский Клуб

§ 1. Общие положения

53. Детский клуб Kids – Зеленый (Кидс - Зеленый), далее именуемый **«Детский Клуб»**, является подразделением Клуба, оказывающим услуги исключительно детям и юниорам, расположен на территории Клуба. Услуги Детского Клуба оказываются в зоне собственно Детского Клуба, а в отдельных случаях, предусмотренных настоящими Правилами, – на территории Клуба вне зоны Детского Клуба.

54. Телефоны Детского Клуба: 8 (495) 665-51-59. Официальный веб-сайт (веб-страница) Детского Клуба: <http://www.wg-fresh3.ru>.

55. Время работы Детского Клуба

(1) Детский Клуб открыт для посещения ежедневно, кроме 1 января, с 10:00 до 21:30 в будние дни, с 10:00 до 18:00 в выходные и нерабочие праздничные дни.

(2) Администрация вправе в необходимых случаях и с соблюдением требований, установленных настоящими Правилами, изменять указанные часы работы Детского Клуба.

(3) Доступ в Детский Клуб для занятий возможен не менее чем за 30 минут до окончания времени посещения, предусмотренного условиями соответствующего Контракта. Тренировочные зоны заканчивают работу за 15 минут до закрытия Детского Клуба.

56. Информацию об услугах Детского Клуба Клуб доводит до сведения Посетителей в соответствии с пунктом 31 настоящих Правил. Дополнительно такая информация может быть размещена на информационном стенде Детского Клуба и на официальном веб-сайте (веб-странице) Детского Клуба (пункт 54 настоящих Правил).

57. Положения настоящего раздела применяются при оказании Клубом услуг детям и юниорам в части, не регулируемой иными разделами настоящих Правил. В случае противоречия между отдельными положениями настоящего раздела и положениями иных разделов настоящих Правил преимущественную силу для регулирования отношений при оказании Клубом услуг детям и юниорам имеют положения настоящего раздела.

§ 2. Услуги Клуба для детей и юниоров

58. Основные услуги (фитнес-услуги) Детского Клуба включают в числе прочего: проведение групповых программ по расписанию Детского Клуба соответствующих возрасту ребенка, услуги плавательного бассейна.

59. Вспомогательные услуги Детского Клуба включают в числе прочего: услуги игровой комнаты на территории Детского Клуба, предоставление индивидуального полотенца, право пользования раздевалкой «ребенок-взрослый» (при ее наличии в Клубе), право на участие в специальных мероприятиях Клуба, сети клубов, проводимых для детей и/или юниоров или с их участием, – на условиях и с учётом ограничений, установленных организатором мероприятия.

60. В состав дополнительных услуг Детского Клуба входят: персональный тренинг, мини-группы, проведение Дней Рождения.

61. С полным действующим перечнем услуг Детского Клуба можно ознакомиться на стойке ресепшн Клуба.

62. Объем услуг Детского Клуба, а также порядок и сроки оказания таких услуг определяются условиями соответствующих Контрактов, заключенных в пользу детей и юниоров, и применимыми положениями настоящих Правил.

§ 3. Особенности заключения и исполнения контрактов на оказание услуг, заключенных в пользу детей и юниоров

63. Клуб оказывает детям и юниорам услуги на основании заключенных Контрактов. Условия таких Контрактов, порядок их оформления и исполнения определяются настоящим разделом, а в части, им не урегулированной, – применимыми положениями иных разделов настоящих Правил.

64. Особенности заключения Контрактов

(1) Контракт с Клубом в пользу ребёнка или юниора может быть заключён только Членом Клуба. Если Контракт в пользу ребёнка (юниора) заключается лицом иным, нежели один из родителей или иных законных представителей данного ребёнка (юниора), такое лицо обязано обеспечить явку в Клуб одного из родителей или иных законных представителей ребёнка (юниора) для оформления тем согласия на заключение соответствующего Контракта, либо предоставить нотариально заверенную доверенность, подтверждающую право на заключение Контракта и совершение действий от имени и в интересах ребёнка (юниора). Во всех случаях Клубу должен быть предоставлен документ, подтверждающий возраст ребёнка (юниора), в пользу которого заключается Контракт.

(2) До начала оформления Контракта с Клубом в пользу ребёнка или юниора лицом иным, нежели один из родителей или иных законных представителей данного ребёнка (юниора), Клуб обязан в порядке, установленном настоящими Правилами, предоставить законному представителю ребёнка (юниора) возможность ознакомиться с настоящими Правилами и документами, предусмотренными пунктом 37 Правил.

(3) Расписываясь об ознакомлении с вышеуказанными документами и согласии их соблюдать, законный представитель ребёнка (юниора) тем самым подтверждает отсутствие у ребёнка (юниора) медицинских противопоказаний к занятиям в Клубе на момент подписания соответственно Членского контракта либо расписки к пре-чеку (квитанции) по Гостевому контракту.

(4) Лицо, заключившее Контракт с Клубом в пользу ребёнка (юниора), обязано самостоятельно до первого посещения Клуба ребёнком (юниором) ознакомить назначенное им в порядке, предусмотренном пунктом 65 настоящих Правил, уполномоченное лицо с содержанием настоящих Правил, а также объяснить ребёнку (юниору) правила поведения на территории Клуба.

65. Особенности исполнения Контрактов. Уполномоченные лица

(1) При исполнении Контракта представителем ребенка (юниора) в отношениях с Клубом выступает уполномоченное лицо, назначенное родителем или иным законным представителем ребенка (юниора) либо лицом, уполномоченным на заключение такого Контракта в порядке, предусмотренном пунктом 64 (1) настоящих Правил.

(2) Уполномоченным лицом может быть само заключающее Контракт лицо, упомянутое в пункте 65 (1) настоящих Правил, либо другое совершеннолетнее дееспособное лицо, являющееся Членом Клуба.

(3) В случае замены уполномоченного лица лицо, заключившее Контракт с Клубом в пользу ребёнка (юниора), обязано заблаговременно письменно известить об этом Администрацию с указанием сведений о новом уполномоченном лице (Ф.И.О., данные паспорта или иного удостоверения личности), а также дату или период времени, с которой (в течение которого) такое лицо становится уполномоченным лицом для ребенка (юниора) в отношениях с Клубом.

(4) В случае, когда ребенок (юниор) посещает Клуб в качестве гостя Члена Клуба в соответствии с пунктом 41 настоящих Правил, уполномоченным лицом ребенка (юниора) выступает его родитель или иной законный представитель либо лицо, надлежаще уполномоченное его родителем (законным представителем).

(5) Если иное прямо не предусмотрено настоящими Правилами, на уполномоченное лицо возлагается обязанность по надзору за ребенком (юниором) в течение всего времени его нахождения в Клубе. Уполномоченное лицо несет полную ответственность за соблюдение ребенком (юниором) применимых положений настоящих Правил, а также Правил техники безопасности при занятиях в Клубе, правил техники безопасности для отдельных тренажеров, другого оборудования и отдельных тренировочных зон, общепринятых правил гигиены.

(6) При первом посещении Клуба уполномоченным лицом, сопровождающим ребенка (юниора), Клуб в порядке, предусмотренном настоящими Правилами, обязан ознакомить такое уполномоченное лицо с содержанием настоящих Правил и документами, предусмотренными пунктом 37 Правил.

66. Контракт, заключенный в пользу ребенка (детская Карта) предоставляет ему право в течение срока действия и на условиях данного Контракта в часы работы Детского Клуба:

(1) Посещать групповые занятия своей возрастной группы по расписанию Детского Клуба;

(2) Посещать игровую комнату Детского Клуба не более 3 (трех) часов подряд, не считая времени участия в групповых занятиях на территории Детского Клуба;

(3) Пользоваться услугой персонального тренинга (если такая услуга входит в объем услуг по контракту либо приобретена как дополнительная услуга);

(4) Посещать бассейн вне групповых занятий и персонального тренинга в сопровождении и под ответственность уполномоченного лица;

(5) Пользоваться вспомогательными услугами по Контракту, а также дополнительными услугами, которые Клуб оказывает детям.

67. Контракт, заключенный в пользу юниора (Карта юниора) предоставляет ему право в течение срока действия и на условиях данного Контракта в часы работы Детского Клуба:

(1) Посещать групповые занятия своей возрастной группы по расписанию Детского Клуба;

(2) По расписанию Клуба строго в сопровождении и под ответственность уполномоченного лица посещать групповые программы, отмеченные знаком «J» (включая *Deep Stretch, Soft Stretch, Dance Party, Oriental, Strip*);

(3) Пользоваться услугой персонального тренинга (если такая услуга входит в объем услуг по контракту либо приобретена как дополнительная услуга);

(4) Посещать бассейн, тренажерный зал, кардиостудию вне групповых занятий и персонального тренинга в сопровождении и под ответственность уполномоченного лица, которое должно постоянно находиться в непосредственной близости от юниора, чтобы предупреждать возможное получение им травм и/или причинение им неудобств другим Членам Клуба.

(5) Пользоваться другими фитнес-услугами и вспомогательными услугами по Контракту, а также дополнительными услугами, которые Клуб оказывает юниорам.

68. Переоформление Контракта, заключенного в пользу ребенка или юниора, на условиях пункта 26 настоящих Правил допускается только в пользу другого ребенка или юниора соответственно.

§ 4. Правила посещения Клуба и Детского Клуба детьми и юниорами

69. При посещении Клуба и Детского Клуба дети, юниоры, уполномоченные лица обязаны соблюдать настоящие Правила, не должны причинять беспокойство другим посетителям Клуба, Детского Клуба или нарушать общественный порядок.

70. На территорию Детского Клуба запрещается приносить продукты питания, а также напитки в стеклянной таре. *На территории Клуба прием пищи может осуществляться только в фитнес-кафе.*

71. Детям и юниорам категорически не рекомендуется приносить в Детский Клуб собственные игрушки. За негативные последствия для ребенка (юниора) и других Посетителей вследствие использования принесенных в Клуб игрушек с опасными свойствами несет ответственность уполномоченное лицо.

72. Для посещения Детского Клуба, других занятий на территории Клуба ребенок (юниор) должен быть переодет в удобную спортивную форму и спортивную обувь.

73. Во время проведения групповых занятий в Детском Клубе, персонального тренинга, присутствия ребенка в игровой комнате, присутствия юниоров на взрослых групповых программах и занятий в тренировочных зонах Клуба детям и юниорам не разрешается жевать жевательную резинку.

74. Во время проведения групповых занятий в Детском Клубе, персонального тренинга, присутствия ребенка в игровой комнате дети и юниоры обязаны строго выполнять указания инструктора групповых занятий, персонального тренера, инструктора Детского Клуба.

75. Обязанности уполномоченных лиц

(1) Дети и юниоры вправе посещать Клуб, заниматься в Клубе и передвигаться по территории Клуба, включая территорию Детского Клуба, только в сопровождении и под присмотром уполномоченного лица. Ребенок может находиться в Клубе в отсутствие уполномоченного лица только во время проведения персональной тренировки или занятий детских секций при условии получения согласия на это ответственного лица Клуба, сообщив ему

номера своего мобильного телефона. В этом и в любых других случаях уполномоченное лицо в течение всего времени пребывания ребенка (юниора) в Клубе должно находиться на территории Клуба и обеспечивать незамедлительное и адекватное реагирование на любые нештатные ситуации с ребенком (юниором).

(2) Клуб не обязан осуществлять надзор за ребенком (юниором), за исключением времени нахождения ребенка в игровой комнате Детского Клуба, проведения персонального тренинга, присутствия ребенка (юниора) на групповых занятиях по расписанию Детского Клуба. В указанных случаях уполномоченное лицо обязано к началу занятий привести переодетого в спортивную форму и обувь ребенка (юниора) в место проведения занятий (Детский Клуб, указанная в расписании групповых занятий тренировочная зона Клуба либо место проведения персонального тренинга) и незамедлительно по окончании занятий забрать ребенка (юниора). Нахождение уполномоченного лица в зонах (местах) проведения занятий во время занятий исключено.

(3) За детей и юниоров, находящихся на территории Клуба без присмотра уполномоченного лица, кроме случаев, прямо предусмотренных настоящими Правилами, Клуб ответственности не несет.

(4) Уполномоченное лицо обязано строго соблюдать настоящие Правила.

(5) Уполномоченное лицо обязано обеспечить соблюдение ребенком (юниором) настоящих Правил во время нахождения в Клубе, передвижения по его территории и занятий, кроме случаев, прямо предусмотренных настоящими Правилами, когда ребенок (юниор) находится под надзором Клуба.

(6) Приводя ребенка (юниора) на занятия, уполномоченное лицо обязано лично ознакомиться с выдержками из настоящих Правил, правилами техники безопасности и перечнем медицинских противопоказаний, размещенными на видном месте у входа в Детский Клуб либо другое место проведения занятий ребенка (юниора).

(7) В случае, если уполномоченное лицо не забирает ребенка (юниора) после групповых занятий или персонального тренинга, а равно при обнаружении ребенка (юниора), находящегося без присмотра уполномоченного лица в момент закрытия Детского Клуба для посещения (пункт 55 (1) настоящих Правил), Администрация помещает такого ребенка (юниора) под присмотр дежурного инструктора Детского Клуба или иного должностного лица Клуба до прихода уполномоченного лица и оставляет за собой право на применение к уполномоченному лицу (а если оно не является Членом Клуба – к соответствующему Члену Клуба) штрафных санкций в размере стоимости соответственно детской или юниорской персональной тренировки согласно прейскуранту Клуба.

76. Медицинские противопоказания и ограничения к занятиям ребенка (юниора)

(1) Во время занятий в Клубе необходимо соблюдать ограничения, установленные для ребенка (юниора) лечащим врачом. Членам Детского Клуба дополнительно необходимо соблюдать ограничения, установленные при первичном осмотре и фитнес-консультировании. Ответственность за соблюдение таких ограничений несет уполномоченное лицо.

(2) При передаче ребенка (юниора) в Детский Клуб для участия в групповых занятиях или персональному тренеру уполномоченное лицо обязано сообщить инструктору Детского Клуба, персональному тренеру об имеющихся медицинских ограничениях.

(3) При наличии у ребенка (юниора) медицинских противопоказаний к занятиям в Клубе из действующего Перечня противопоказаний уполномоченное лицо не вправе приводить ребенка в Клуб и допускать на занятия. Помимо этого, в целях безопасности ребенка (юниора) и других посетителей Клуба уполномоченное лицо не вправе приводить ребенка (юниора) в Клуб, если у ребенка (юниора) или самого уполномоченного лица насморк, кашель, болит горло, расстройство желудка, тошнота, сыпь, незаживающие раны.

(4) В случае возникновения острого недомогания во время занятий или при нахождении в Клубе в рабочее время Клуба для получения неотложной помощи необходимо незамедлительно обратиться к фитнес-консультанту Клуба (за содействием следует обратиться к дежурному инструктору в Детском Клубе, другой тренировочной зоне или дежурному администратору на стойке ресепшн).

(5) Администрация настоятельно рекомендует наблюдать детей (юниоров) в течение всего срока действия Членского контракта у лечащего врача для регулярного контроля за состоянием здоровья и корректировки (при необходимости) допустимых физических нагрузок.

77. Регистрация в Детском Клубе

(1) Для пользования услугами Клуба и прохода ребенка (юниора) на территорию Детского Клуба уполномоченное лицо обязано зарегистрировать ребенка (юниора) на стойке ресепшн Детского Клуба с соблюдением условий, предусмотренных настоящими Правилами.

(2) При регистрации гостя Детского Клуба уполномоченное лицо предоставляет свое удостоверение личности, а при регистрации Члена Детского Клуба – свое удостоверение личности и детскую Карту (Карту юниора).

(3) Клуб вправе установить дополнительные требования по регистрации на стойке ресепшн и (дополнительно) регистрации прихода детей (юниоров) в Детский Клуб и ухода из него, включая требования о заполнении уполномоченным лицом специальных бланков отчетности, при условии заблаговременного доведения таких требований до сведения посетителей Детского Клуба в соответствии с настоящими Правилами.

78. Пользование раздевалками

(1) Если иное не предусмотрено настоящими Правилами, дети и юниоры должны переодеваться под присмотром уполномоченного лица в раздевалке, предназначенной для лиц одного с ними пола.

(2) Дети в возрасте шести лет и старше, а также юниоры могут переодеваться в раздевалках, предназначенных для лиц одного с ними пола, самостоятельно, без присмотра уполномоченного лица – по усмотрению и под ответственность последнего. Дети в возрасте до пяти лет включительно могут переодеваться в раздевалке, предназначенной для лиц пола, сопровождающего их уполномоченного лица – вне зависимости от пола ребёнка. При наличии в Клубе специализированной раздевалки «ребёнок-взрослый» уполномоченное лицо может использовать её для переодевания ребенка любого пола с соблюдением очерёдности переодевания детей разных полов.

(3) Юниоры вправе использовать сауны в раздевалках строго под присмотром и под персональную ответственность уполномоченного лица. Детям использование саун не рекомендуется, однако в случае принятия уполномоченным лицом решения о посещении ребенком сауны такое посещение возможно строго под присмотром и под персональную ответственность уполномоченного лица. Аналогичные правила действуют в отношении посещения детьми и юниорами любых банных процедур в Клубе.

(4) Клуб не несет ответственность за ребенка (юниора) в раздевалке.

79. В случае посещения юниором групповых программ для взрослых уполномоченное лицо обязано обеспечить соблюдение юниором требований пункта 49, а в случае посещения юниором тренажерного зала или кардиостудии – пункта 50 настоящих Правил.

80. Особенности правил посещения детьми и юниорами бассейна

(1) При посещении детьми групповых занятий и персональных тренировок в зоне бассейна уполномоченные лица самостоятельно приводят детей на бортик бассейна переодетыми, и забирают сразу после окончания групповых занятий или персональной тренировки. Юниоры могут самостоятельно приходить в зону бассейна для групповых занятий или персональной тренировки, а также самостоятельно уходить из зоны бассейна незамедлительно после их окончания.

(2) Посещение детьми и юниорами бассейна вне групповых занятий и персональной тренировки возможно только в сопровождении уполномоченного лица и под его персональную ответственность.

(3) Посещение детьми и юниорами гидромассажных процедур в бассейне возможно только в сопровождении уполномоченного лица и под его персональную ответственность.

(4) Заниматься в бассейне и посещать групповые программы в зоне бассейна детям и юниорам можно только после прохождения первичного осмотра фитнес-консультанта Клуба или наличия выданного врачом медицинского заключения о допуске к занятиям в бассейне.

81. По всем административным и организационным вопросам, связанным с пребыванием и занятиями ребенка (юниора) в Клубе и Детском Клубе, следует обращаться к дежурному инструктору Детского Клуба.

Раздел VII. Ответственность за нарушение Правил

82. Посетители самостоятельно и в объеме, предусмотренном законом, несут ответственность за вред, причиненный их действиями имуществу Клуба, здоровью и имуществу других Посетителей. Клуб не несет ответственности за вред здоровью и/или имуществу Посетителей, причиненный действиями третьих лиц, за исключением случаев, установленных законом.

83. Об утере или порче Карты, ключа от шкафчика, номерка от гардероба или полотенца Посетители обязаны незамедлительно сообщать дежурному администратору.

84. В случае утери или порчи Карты, ключа, номерка из гардероба, полотенца, другого инвентаря, выдаваемого Клубом во время его посещения, а равно иного имущества Клуба Член Клуба или гость Члена Клуба обязаны в течение 5 (пяти) дней возместить ущерб в размере, указанном в действующем прейскуранте Клуба, а в отсутствие указания на размер возмещения в прейскуранте – в размере стоимости восстановительного ремонта соответствующей вещи (если вещь подлежит ремонту) либо рыночной стоимости аналогичной вещи (в случае утраты или полной конструктивной гибели вещи).

85. При неправомерном распоряжении Картой (пункт 28 (2) настоящих Правил) Член Клуба обязан в течение 5 (пяти) дней с момента предъявления ему соответствующего требования уплатить штраф за неправомерное распоряжение имуществом Клуба в соответствии с прейскурантом Клуба.

86. В случае несвоевременного исполнения Членом Клуба обязательств по пунктам 84 или 85 настоящих Правил Администрация имеет право удержать сумму соответственно ущерба и штрафа из стоимости услуг по его Контракту, соразмерно уменьшив срок действия Контракта. В случае исполнения Членом Клуба указанных обязательств в пределах уменьшенного срока действия Контракта тот продолжает действовать в пределах первоначального срока.

87. Администрация не несет ответственности за недостатки оказанных Клубом услуг, включая вред, причиненный вследствие таких недостатков имуществу и/или здоровью Пользователя, в случае, если такие недостатки и/или вред возникли вследствие обстоятельств непреодолимой силы или нарушения потерпевшим Пользователем настоящих Правил, заключения врача или фитнес-консультанта Клуба по результатам первичного осмотра, иных предписаний и ограничений, о которых было известно Пользователю, комплексной программы тренировок или индивидуальных инструкций (если Член Клуба воспользовался услугой по составлению комплексной программы тренировок или проведению индивидуального инструктажа), рекомендаций инструкторов, тренеров Клуба, Администрации, правил техники безопасности или правил личной гигиены.

88. Грубое нарушение Правил

(1) Грубым нарушением признается любое нарушение настоящих Правил, а равно иных документов, предусмотренных пунктом 10 настоящих Правил, любых распоряжений Администрации, изданных на основании настоящих Правил, а равно нарушение общепринятых правил личной гигиены, если такое нарушение создает или может создать угрозу безопасности услуг, оказываемых Клубом Пользователям, угрозу причинения вреда здоровью и/или имуществу Посетителей, имуществу Клуба, а также снижает качество и уровень безопасности услуг, оказываемых Клубом нарушителю и/или другим Пользователям.

(2) В случае однократного грубого нарушения настоящих Правил Администрация предупреждает нарушителя о недопустимости его действий.

(3) Если Член Клуба, несмотря на своевременное и обоснованное предупреждение, в разумный срок не прекратит нарушение либо в период действия своего Контракта повторно допустит такое же или другое грубое нарушение настоящих Правил, Клуб в соответствии со статьей 36 Закона РФ «О защите прав потребителей» вправе будет отказаться от исполнения данного Контракта с прекращением действия соответствующей Карты и доступа в Клуб

указанного в ней Члена Клуба и потребовать от нарушителя полного возмещения убытков, уведомив его об этом в письменной форме.

(4) В случае однократного грубого нарушения настоящих Правил ребенком (юниором) или его уполномоченным лицом Клуб обязан незамедлительно прекратить и приостановить на текущий день оказание услуг данному ребенку (юниору) и вынести уполномоченному лицу письменное предупреждение о недопустимости нарушения, за исключением случаев, когда в соответствии с настоящими Правилами ребенок (юниор) в момент совершения им грубого нарушения находился под надзором Клуба.

(5) В случае, когда ребенок (юниор) в соответствии с настоящими Правилами находится под надзором Клуба и неоднократно (два и более раз) в течение одного занятия грубо нарушает настоящие Правила, Клуб обязан удалить данного ребенка (юниора) с занятий в игровую комнату Детского Клуба до прихода уполномоченного лица и вынести уполномоченному лицу письменное предупреждение о недопустимости нарушения.

(6) Повторное грубое нарушение настоящих Правил ребенком (юниором) или его уполномоченным лицом после вынесения уполномоченному лицу письменного предупреждения о недопустимости нарушения является основанием для одностороннего отказа Клуба от исполнения соответствующего Контракта.

(7) Перечень грубых нарушений утверждается Администрацией и доводится до сведения Посетителей с соблюдением требований пункта 31 настоящих Правил. Грубыми также считаются нарушения, прямо указанные в качестве таковых в тексте настоящих Правил.

89. Администрация вправе определять конкретные формы и размер ответственности Членов Клуба и гостей Членов Клуба за нарушение настоящих Правил в той части, в которой это не установлено Правилами и обязательными нормами закона (включая размер ущерба, подлежащего возмещению при утрате либо повреждении Карты, ключа от шкафчика, полотенца и другого имущества Клуба). Администрация вправе применять такие формы и размер ответственности при условии доведения их до сведения Посетителей с соблюдением требований пункта 31 настоящих Правил.

90. За нарушение ребенком (юниором) настоящих Правил, утвержденных Администрацией Правил техники безопасности при занятиях в Клубе, правил техники безопасности для отдельных тренажеров, другого оборудования и отдельных тренировочных зон, общепринятых правил гигиены, а равно за вред, причиненный вследствие указанных нарушений здоровью и/или имуществу ребенка (юниора), имуществу Клуба, здоровью и/или имуществу третьих лиц, ответственность несет уполномоченное лицо за исключением случаев, предусмотренных пунктом 91 настоящих Правил.

91. За нарушение ребенком (юниором) настоящих Правил, утвержденных Администрацией Правил техники безопасности при занятиях в Клубе, правил техники безопасности для отдельных тренажеров, другого оборудования и отдельных тренировочных зон, общепринятых правил гигиены, а равно за вред, причиненный вследствие указанных нарушений здоровью и/или имуществу ребенка (юниора), имуществу Клуба, здоровью и/или имуществу третьих лиц, в период пребывания ребенка в игровой комнате Детского Клуба, посещения ребенком (юниором) групповых занятий Детского Клуба, индивидуального тренинга ответственность несет Клуб.

Администрация будет благодарна за замечания и дополнения к настоящим Правилам и постарается учесть Ваши пожелания.

Перечень медицинских противопоказаний к занятиям в Клубе

1. Острые инфекционные болезни.
2. Все болезни в острой (активной) фазе.
3. Хронические заболевания в период обострения (декомпенсации).
4. Психические заболевания.
5. Органические заболевания центральной нервной системы.
6. Злокачественные новообразования.
7. Болезни опорно-двигательного аппарата: деформирующие полиартриты (артриты), спондилоартриты (разной этиологии с прогрессирующим течением и резким нарушением функции суставов и наличием болевого синдрома).
8. Коллагеновые болезни.
9. Болезни органов дыхания:
 - а) болезни, протекающие с дыхательной или легочно-сердечной недостаточностью свыше I степени;
 - б) бронхиальная астма с частыми, затяжными, трудно купируемыми приступами;
 - в) хронический бронхит с склонностью к частым обострениям и наличием резко выраженного бронхоспастического компонента;
 - г) бронхоэктатическая болезнь до полного клинического излечения;
 - д) пневмония интерстициальная с рецидивирующим течением;
10. Болезни сердечно-сосудистой системы:
 - а) аневризма аорты сердца;
 - б) аритмии (сложные нарушения ритма и проводимости, монотонная экстрасистолия, мерцательная аритмия, пароксизмальная тахикардия);
 - в) блокада левой ножки пучка Гиса или ее разветвлений;
 - г) заболевания, протекающие с недостаточностью кровообращения выше I степени (по Василенко-Стражеско);
 - д) стенокардия напряжения с частыми приступами;
 - е) постинфарктный кардиосклероз (решается в каждом конкретном случае);

ж) наличие на ЭКГ рубцовых изменений миокарда (при отсутствии в анамнезе инфаркта миокарда и жалоб на момент обследования) с отчетливыми ЭКГ-признаками выраженной недостаточности кровообращения сердечной мышцы;

з) гипертоническая болезнь с частыми кризами, а также при цифрах систолического артериального давления выше 200 мм рт. ст. или диастолического выше 110 мм рт. ст.;

и) гипертоническая болезнь (первичного или вторичного характера) или цифрах систолического артериального давления ниже 90 мм рт. ст.;

к) больные, оперированные по поводу врожденных, приобретенных пороков сердца, коронарной недостаточности, – ранее 3 месяцев после операции (в дальнейшем индивидуальный подход в зависимости от исхода операции, имевшихся осложнений, состояний кардио- и общей гемодинамики, а также предшествовавшей двигательной активности);

л) синдром Морганьи-Эдемса-Стокса.

11. Болезни органов пищеварения:

а) желудок, оперированный при декомпенсации функции органов пищеварения;

б) хронический панкреатит с рецидивирующим течением при наличии ферментативной недостаточности;

в) язвенная болезнь желудка (двенадцатиперстной кишки) с склонностью к частым рецидивам или при значительном нарушении функции органов пищеварения и нарушении питания или выраженном болевом синдроме.

12. Заболевания печени и желчных путей:

а) цирроз печени (любой этиологии), рецидивирующий с прогрессирующим течением или признаками печеночной недостаточности;

б) хронический гепатит (гепатодистрофия-«гепатозы»), рецидивирующий с выраженными функциональными расстройствами;

в) хронические холециститы калькулезной этиологии, сопровождающиеся приступами печеночной колики или рецидивирующей желтухой;

г) хронический антихолит с приступами печеночной колики и нарушением желчевыделения;

д) вторичный хронический панкреатит, обусловленный нарушением внешне секреторной функции поджелудочной железы.

13. Заболевания почек в мочевыводящих путях:

а) хронический диффузный гломерулонефрит рецидивирующего течения или при наличии признаков почечной недостаточности;

б) хронический интерстициальный нефрит различного генеза при наличии признаков почечной недостаточности;

в) хронический пиелонефрит с рецидивирующим течением, наличие выраженных функциональных нарушений или осложнений (гидропионефроз, гипертоническая перебрапатия);

г) липидно-амилоидный нефроз

14. Болезни эндокринных желез:

а) гипогликемическая болезнь;

б) гипотериоз, микседема (первичная или вторичная форма) тяжелого течения;

в) диабет несахарный;

г) диабет сахарный (первичный или вторичный) среднего и тяжелого течения или при наличии осложнений (кетоацидоз, сосудистые поражения, полиневриты и др.);

д) зоб диффузный токсический (тиреотоксикоз базедова болезнь) – тяжелая форма; эндемический зоб с выраженной гипер- или гипофункцией железы;

ж) хронический тиреоидит.

15. Болезни обмена:

а) ожирение вторичного генеза (дианцефальное, гипотиреодальное, гипогенитальное, при синдроме Иценко-Купшига);

б) подагра с прогрессирующим течением или выраженным болевым синдромом.

16. Патологический климакс.

Противопоказания к использованию нагрузочных тестов

Абсолютные противопоказания:

1. Недостаточность кровообращения выше I-Л.

2. Инфаркт миокарда (раньше, чем через 3 месяца с начала болезни).

3. Быстро прогрессирующая или нестабильная грудная жаба.

4. Гипертоническая болезнь II-III степени при систолическом АД выше 200 мм рт. ст., диастолическом выше 120 мм рт. ст.

5. Желудочковая тахикардия.

6. Выраженный аортальный стеноз.

7. Активный или недавно перенесенный тромбофлебит.

8. Острые и хронические болезни в стадии обострения.

Относительные противопоказания:

1. Частые суправентрикулярные экстрасистолы (4:40), мерцательная аритмия.

2. Повторяющаяся или частая желудочковая; эктопическая активность.
3. Легочная гипертензия.
4. Аневризма желудочковая сердца.
5. Умеренный аортальный стеноз.
6. Неконтролируемые метаболические заболевания (сахарный диабет, тиреотоксикоз, микседема).
7. Значительные увеличения сердца.

Состояния, требующие специального внимания и предосторожности:

1. Нарушение проводимости:
 - а) полная атриовентрикулярная блокада;
 - б) блокада левой ножки пучка Гиса;
 - в) синдром Вольфа-Паркинсона-Уайта.
2. Наличие имплантированного водителя ритма сердца с фиксированной частотой.
3. Контролируемые дизаритмии.
4. Нарушение электролитного баланса.
5. Применение некоторых лекарств:
 - а) препаратов наперстянки,
 - б) блокаторов адренергических бетарецепторов и препаратов подобного действия.
6. Тяжелая гипертензия, ретинопатия III степени.
7. Грудная жаба и др. проявления коронарной недостаточности.
8. Тяжелая анемия.
9. Выраженное ожирение.
10. Почечная, печеночная и др. виды метаболической недостаточности.
11. Явные психоневротические расстройства.
12. Нервно-мышечные, мышечно-скелетные и суставные расстройства, которые будут мешать проведению теста.

Дополнительные противопоказания к занятиям фитнеса:

1) сколиоз, осложненный нижним вялым парапарезом, требующий ношение специального корсета для разгрузки позвоночника

2) плоскостопие III степени

3) нарушение связочного аппарата суставов;

4) некоторые доброкачественные опухоли костной системы;

5) некомпенсированное повреждение позвоночника;

6) различные виды переломов и посттравматические состояния;

7) психические расстройства и пограничные состояния психики;

8) нарушение связочного аппарата коленного сустава (нестабильный сустав).

9) болезнь Бехтерева.

10) осложненный перелом позвоночника с повреждением спинного мозга.

11) эпилепсия с судорожными припадками, сопровождающаяся потерей сознания.

12) выраженные и частые головокружения.

13) психические заболевания различной степени выраженности.

14) тяжелые заболевания внутренних органов, препятствующие назначению физической нагрузки танцевального типа (сахарный диабет, артериальная гипертония, опухоли и т.п.).

15) наличие онкологических заболеваний.

16) туберкулез костей и суставов.

17) ряд доброкачественных опухолей костной системы (например, фиброзная дисплазия), которые способствуют развитию патологических переломов костей.

18) после перенесенных черепно-мозговых травм и инфаркта только с разрешения лечащего врача

Противопоказания к занятиям аэробикой:

1) заболевания сердечно-сосудистой системы;

2) высокое артериальное давление (при повышении нагрузки происходит значительное повышение цифр АД);

3) запущенный остеохондроз (дегенеративные изменения позвоночника, в том числе протрузии и грыжи межпозвонкового диска);

4) варикозное расширение вен – этот диагноз означает категорическое «нет» для прыжковой и степовой аэробики.

Уроки танца запрещены:

- 1) при обострении язвы желудка и двенадцатиперстной кишки;
- 2) при любых заболеваниях печени и поджелудочной железы;
- 3) при некомпенсированных заболеваниях почек;
- 4) при грыже межпозвонкового диска.

Силовые классы:

- 1) варикозное расширение вен (упражнения в положении сидя-лежа можно выполнять при начальной стадии заболевания);
- 2) нейроциркуляторная (вегето-сосудистая) дистония (с таким диагнозом человеку нельзя долго находиться в состоянии наклона – может начаться головокружение);
- 3) тяжелые формы бронхита и астмы;
- 4) высокая степень близорукости (требуется консультация врача-окулиста).

Аква-аэробика:

- 1) Многие дерматологические заболевания – лишай, онихомикоз, псориаз, экзема и пр.;
- 2) воспалительные процессы органов малого таза у женщины (крайне опасно переохлаждение, и, если вода недостаточно теплая, придется отказаться от занятий или возобновить их в бассейне с оптимальной температурой воды 25-27 град. С).

В период беременности:

Полностью исключаются:

- 1) все травмоопасные элементы – прыжки, бег, махи (в том числе в плавании),

- 2) глубокие и резкие приседания,
- 3) наклоны,
- 4) активные растяжки и прогибы спины,
- 5) различные скручивания и наклоны, которые могут привести матку в состояние гипертонуса.

Во втором триместре беременности запрещены упражнения в положении лежа на спине. Рекомендуется выполнять все упражнения в положении стойки на коленях с упором на руки. В третьем триместре нужно учитывать слабость связочного аппарата и очень осторожно выполнять растяжку в связи с выработкой гормона релаксина.

В течение всего периода беременности все упражнения желательно выполнять сидя, с дополнительной опорой спины, или в положении стоя на коленях с упором на руки. Всегда следите за своим дыханием во время выполнения упражнений, не задерживайте его; избегайте выполнения упражнений в положении лежа и стоя, следите за температурой тела и частотой пульса, ограничьте длительность тренировок максимум 30 минутами, во втором и третьем триместре – 15 минутами, не допускайте обезвоживания и пейте во время тренировок.