

Правила посещения клубов Физкульт

- 1.1 Режим работы фитнес-клуба (Клуба) устанавливается Клубом и размещается на информационной вывеске. Часы работы указаны на сайте Клуба в сети Интернет: <http://fizkult-nn.ru/>.
- 1.2 Первого января каждого года Клуб не работает.
- 1.3 Член клуба обязан приходить/покидать клуб не ранее часов начала работы клуба и не позднее часов окончания работы клуба соответственно, соблюдая и не нарушая режим работы. Член клуба обязан покинуть фитнес зоны не позднее чем за 10 минут до закрытия клуба. Клуб оставляет за собой право ограничить допуск Члена клуба в Клуб за 30 минут до его официального закрытия.
- 1.4 Клуб оставляет за собой право изменять часы работы Клуба. Информация об изменении часов работы размещается на рецепции на сайте и информационных стендах Клуба не позднее, чем за 24 часа до факта изменения.
- 1.5 Во время проведения клубных мероприятий зоны, предназначенные для тренировок, могут быть ограничены, о чем Клуб проинформирует Членов клуба путем размещения на рецепции и информационных стендах Клуба объявлений не позднее, чем за 24 часа до начала проведения указанных мероприятий.
- 1.6 Член клуба обязан обеспечить сохранность браслетов/клубной карты, средств аутентификации и идентификации, ключей или иных запирающих устройств от шкафчиков и/или сейфов/сейфовых ячеек, и не передавать их третьим лицам и не оставлять указанные средства без личного присмотра, во избежание ущерба.
- 1.7 При подаче сигнала о начале эвакуации (звукового оповещения системы ГО и ЧС, противопожарной сигнализации) в помещении фитнес-клуба Член клуба обязан выполнить следующие мероприятия: сохранять спокойствие; взять с собой личные вещи имеющие вблизи, в зимнее время взять верхнюю одежду (если это действие разумно можно успеть совершить); направиться в зону эвакуации и четко следовать указаниям сотрудников охраны и/или администраторов, задействованных в проведении эвакуации; при выходе из здания направиться к месту сбора.
- 1.8 Настоящие правила носят обязательный характер и подлежат исполнению любыми Членами клуба и гостями клуба при посещении, без исключения. Сотрудник клуба вправе принимать меры к урегулированию (пресечению) нарушения прав Клуба, других лиц, возникновении угрозы причинения вреда здоровью, имуществу, нарушения настоящих правил. Любые ситуации не описанные и не урегулированные настоящими правилами регулируются исходя из сопоставления с другими пунктами правил и смысла правоотношения.
- 1.9 Перед посещением фитнес-клуба и приобретении со-доступа необходимо ознакомится с наполнением фитнес-клуба, который предполагается посетить, ознакомится с наличием фитнес-зон и возможности оказания услуг категориям лиц, таким как дети, юниоры, лица с ограниченными возможностями, поскольку, не все фитнес-клубы имеют детский бассейн, детскую комнату или семейную раздевалку, имеют отличия по наполнению зон фитнес оборудованием и инвентарем и т.д.
- 1.10 Правила не являются исчерпывающими, поэтому Клуб вправе самостоятельно их дополнять и изменять. Фитнес-клуб (каждый в отдельности) исходя из специфики своих услуг, конфигурации помещения или фитнес-зоны, требований потребителей и по иным основаниям вправе самостоятельно дополнительно к настоящим правилам установить отдельные правило поведения (условия) посещения своего фитнес-клуба, ограничить зоны к посещению, изменить возрастные или временные рамки посещения.
- 1.11 Настоящие Правила посещения клубов ФизКульт (Правила клуба или Правила посещения фитнес-клубов) распространяются на все фитнес-клубы ФизКульт Нижегородской области без исключения.

1. Доступ в клуб

- 2.1 Вход в фитнес-клуб и пользование услугами (нахождение в фитнес-зонах фитнес-клуба) осуществляется строго при наличии у Члена клуба браслета/карты, предоставленного Клубом и закрепленного за конкретным Членом клуба по системе внутреннего учета доступа; использование браслетов/карт третьих лиц при посещении фитнес-клуба не допускается (запрещено).

2.2 Карта/браслет являются собственностью фитнес-клуба и по окончании контракта подлежат сдаче в отдел продаж Клуба. В стоимость клубной карты входит разовая выдача браслета/карты, а при его/ее утере или повреждении Член клуба обязан возместить ущерб.

2.3 Браслет/карта является персонально-индивидуальным пропуском в фитнес-клуб и не может передаваться другим лицам. В случае выявления факта использования браслета/карты лицом, за которым такая карта/браслет не закреплены, то Клуб вправе отказать такому лицу в посещении клуба и дальнейшем получении услуг (прекратить доступ к услугам), изъять браслет/карту и закрыть Члену клуба доступ в клуб до прояснения ситуации.

2.4 Для возможности предоставления доступа в Клуб (а также в целях оформления браслета/карты) Член клуба проходит фотографирование своего лица (или сканирование папиллярных узоров пальца), предоставляет свои персональные данные Клубу и согласие на их обработку.

2.5. На период действия «заморозки» клубной карты доступ в фитнес-зоны клуба не предоставляется. Заморозка предоставляется по заявлению Члена клуба или посредством личного кабинета. Заявление на использование заморозки должно быть подано Клубу до начала ее исчисления.

3. Пребывание в клубе

3.1 В целях общественной безопасности Вам/Вашиим детям, а также приглашенным Вами лицам (Гостевой визит) не разрешается проносить на территорию Клуба любые виды оружия (включая колющего, режущего) и взрывопожароопасные и/или ядовитые вещества.

3.2 Не разрешается приносить продукты питания и принимать пищу на территории фитнес-зон и раздевалок Клуба, т.к. Клуб не является предприятием общественного питания и не предназначен для употребления пищи, за исключением специализированного спортивного питания, однако, прием спортивного питания должен происходить только в необходимых случаях, во время тренировки (тренировочного процесса), для поддержания жизнедеятельности организма, исходя из рекомендации врача (инструктора) или производителя спортивного питания. Прием спортивного питания не должен создавать неудобств для других Членов клуба, не должно оставаться следов питания; спортивное питание не должно иметь резкий запах и являться актом (действием) его рекламирования, включая производителя и самого питания.

3.3 С целью предупреждения угрозы и опасности здоровью других Членов Клуба (укусы, проявление аллергических реакций, приступы астмы, боязнь животных и прочее) входить на территорию Клуба с домашними или дикими животными запрещено.

3.4 Не разрешается перемещение по территории клуба в верхней одежде (куртка, пальто, пуховик и т.д.) и уличной обуви. В Клубе организован гардероб, работающий с октября по апрель (или май) ежегодно. Сотрудник клуба вправе не допустить Члена клуба на территорию фитнес-зон и раздевалки в верхней одежде и не сменной уличной обуви.

3.5 Для тренировок в Клубе Вам необходимо переодеться в спортивную одежду (верхняя часть тела должна быть закрыта) и сменную чистую спортивную обувь, предназначенную для занятий в фитнес-клубе. Инструктор вправе не допустить Вас на тренировку в уличной обуви или обуви, не предназначенной для занятий, а также с голым торсом.

3.6 Соблюдайте личную гигиену, будьте опрятными, не пользуйтесь аэрозолями и сильным парфюмом в местах общего пользования (в раздевалках, душевых, турецкой бане, фитнес-зонах).

3.7 Все помещения Клуба и прилегающая к нему территория являются зонами, свободными от курения и алкоголя. Находиться в Клубе в состоянии любого опьянения (алкогольного, наркотического и т.д.) не разрешается (не допускается, запрещено). Курение любых табачных изделий, в том числе сигарет, сигар, электронных сигарет, с использованием любых видов техники, включая ингаляторы, в фитнес-клубе и на прилегающей к нему территории не допускается (запрещено). Запрещено распитие спиртных напитков (с любым содержанием спирта) в фитнес-клубе и на прилегающей к нему территории.

3.8 В период нахождения в Клубе необходимо соблюдать общепринятые правила общественного порядка, не использовать в своей речи нецензурную лексику, не доставлять неудобства другим членам Клуба, не унижать и не оскорблять персонал Клуба и Членов клуба, не допускать насильственные действия причиняющие физическую боль (рукоприкладство, побои, иное).

3.9 Клуб не несет ответственность, если причиной нанесения вреда здоровью Члена Клуба стало нарушение настоящих Правил, правил пользования тренажерами или явилось следствием действий третьих лиц.

3.10 В клубе ведется видеонаблюдение.

3.11 Заниматься в студиях CYCLE, PILATES, Экзарта, ЗПТ, теннис разрешается исключительно в рамках групповых тренировок по расписанию или в рамках персональной тренировки с инструктором, для игры в настольный теннис в студии настольного тенниса соответственно. Самостоятельное использование данных зон запрещено.

3.12 Занятия в фитнес-клубе сопряжены с опасностью причинения себе вреда здоровью, поэтому, при пользовании услугами клуба, будьте предельно внимательными и осторожными, неукоснительно соблюдайте правила клуба, технику выполнения упражнений, технику безопасности, внимательно читайте предупреждающие записи (информацию) на тренажерах или возле них. Не допускайте халатного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих. Если вы не знакомы с работой тренажера, то, пожалуйста, обратитесь к дежурному инструктору за информацией о работе тренажера и до получения информации от него не приступайте к занятиям на тренажере во избежание получения травм. Во избежание травмирования (получения травм) не допускается занятия на тренажерах, если вы не осведомлены о его работе, о технике выполнения упражнений на нем, имеете противопоказания (ограничения).

При использовании тренажеров, пожалуйста, не засовывайте пальцы рук или ног в движущиеся части тренажера (в том числе между плитами (блинами), секциями), в различные отверстия (в том числе, в места фиксации фиксатора высоты сиденья и иные конструктивные отверстия), не выполняйте иные действия при которых возникает риск травмирования (получения травм).

На территории фитнес-клуба не допускается использование розеток электропитания не по назначению. Включение различного оборудования в розетки допускается только по разрешению персонала Клуба. Во избежание получения электроожогов не допускается помещение в розетки любых предметов, пальцев рук, ног и т.д.

3.13 Драки и выяснения отношений между членами клуба, иными лицами на территории фитнес-клуба запрещены.

3.14 Поднимаясь или спускаясь по лестнице, придерживайтесь за поручни, во избежание подскользываний, оступлений и причинении себе травм.

3.15 При проведении мероприятий в фитнес-клубе Клубом может проводиться фото- или видеосъемка мероприятия, его участников, зрителей, гостей, с последующим размещением готового фото- или видео- материала (-ов) о проведенном мероприятии в сети Интернет на официальных страницах фитнес-клуба ФизКульт в социальной сети (группе): Вконтакте (VK), Инстаграм (Instagram), Фейсбук (Facebook), группе мессенджера «Вайбер», с размещением фотографии или видео участника (-ов), зрителя (-ей), гостя (-ей) на мероприятии.

4. Хранение вещей

4.1 При посещении фитнес-клуба не оставляйте личные вещи, одежду и обувь без личного присмотра.

4.2 Пожалуйста, используйте для хранения личных вещей шкафы в раздевалках, а для хранения ценностей - сейфовые ячейки.

4.3 Сохранность и безопасность вещей в шкафчике в раздевалке Член клуба обеспечивает самостоятельно путем закрывания шкафа на персональный замок (в фитнес-клубах ФизКульт Старт, ФизКульт Советская, ФизКульт Деловая, ФизКульт Парковая, ФизКульт Южное), который можно принести с собой или купить на рецепции клуба, а в фитнес-клубах, в которых клубная карта сдается на рецепцию клуба в обмен на ключик от шкафчика или в которых установлена система магнитных замков – путем запираания шкафа на электронный/механический замок с помощью браслета/ключа. После запираания любого замка, Член клуба обязан убедиться в том, что ящик заперт на замок и не может быть открыт без ключа или приложения к считывателю карты/браслета, и, только после этого, покинуть раздевалку.

4.4. Для хранения своих вещей в раздевалке Член клуба может использовать только один шкафчик. В случае обнаружения Клубом по окончанию рабочего дня закрытых в раздевалке шкафов Клуб оставляет за собой право срезать замочек/открыть замок с помощью мастер ключа и освободить шкаф. Вещи из шкафа будут переведены в помещение для хранения забытых вещей. Клуб не возмещает Члену клуба расходы по стоимости срезанного замка.

4.5 Ключ от сейфовой ячейки выдается на рецепции клуба бесплатно. Перед выходом из клуба ключ от сейфовой ячейки необходимо сдать сотруднику рецепции и сейфовую ячейку освободить от вещей. Хранение вещей допускается только на период непосредственного нахождения Члена клуба в фитнес-клубе.

4.6 Администрация клуба за оставленные без присмотра вещи в раздевалке (в т.ч. в шкафчике) и других помещениях клуба ответственности не несет.

4.7 Найденные в Клубе вещи хранятся в Клубе в порядке, установленном администрацией Клуба.

5. Использование услуг

5.1 Предоставляемый Клубом спортивный инвентарь необходимо применять строго по целевому назначению и не выполнять упражнений, не предназначенных с инвентарем во избежание травм и/или причинения ущерба Клубу или третьим лицам.

5.2 Самостоятельное регулирование музыкальной аппаратуры и инженерных систем Клуба строго запрещено.

5.3 На территории клуба Член клуба может пользоваться фитнес-услугами, оказанными только инструкторами клуба. Проведение персональных тренировок Членами Клуба другим Членам клуба запрещено, в том числе запрещается (не допускается) оказание консультаций и совершение иных действий, которые по своей форме, виду, поведению лица сопоставимы с проведением персональной тренировки.

Члену клуба при посещении фитнес-клуба категорически запрещается вести на территории Клуба какую-либо агитационную, рекламную (маркетинговую) и иную предпринимательскую деятельность и/или оказывать другим Членам клуба безвозмездные или возмездные консультационные услуги, касающиеся физкультурно-оздоровительных, спортивных аспектов жизнедеятельности таких Членов клуба.

Под персональной тренировкой понимается период времени, в котором происходит выполнение Членом клуба упражнений под личным контролем (присмотром) инструктора, демонстрация упражнения и техники его выполнения непосредственно инструктором.

5.4 На территории Клуба Вы можете воспользоваться дополнительными услугами, не входящими в стоимость «клубной карты» согласно перечню услуг, предлагаемых на территории Клуба, и Правил предоставления Дополнительных услуг.

5.5 Видео- и фотосъемка в Клубе разрешается только при условии отсутствия в кадре других Членов клуба и сотрудников с целью защиты частной жизни, если иное не предусмотрено в каждом отдельном фитнес-клубе (путем размещения предупреждающих табличек). Профессиональная постановочная видео- и фотосъемка должна быть в обязательном порядке согласована с администрацией Клуба и ее несанкционированное проведение не допускается.

5.6 Размещать объявления, рекламные материалы, проводить опросы и распространять товары на территории Клуба без письменного разрешения Администрации Клуба запрещено.

5.7 Бережно относитесь к предоставляемому Вам в пользование имуществу Клуба. Член Клуба несет материальную ответственность за ущерб, причиненный имуществу Клуба с возмещением стоимости поврежденного и/или утраченного имущества, согласно действующему законодательству Российской Федерации.

5.8 В случае утраты (в т.ч. утери или порчи) клубной карты, браслета, ключа от сейфовой ячейки, либо арендного ящика, номерка гардероба, полотенца или любого другого инвентаря, выдаваемого Клубом на время занятий, взимается стоимость утраченного инвентаря в размере, установленном Администрацией Клуба на день утраты.

5.9 Вы также несете солидарную ответственность за соблюдение настоящих Правил Клуба приглашенными Вами лицами (по гостевому визиту), Вашими детьми, Сопровождающими лицами¹, а также за причиненный ими ущерб имуществу Клуба. В случае отказа Гостя от возмещения причиненного им ущерба Клубу, указанный ущерб возмещается в полном объеме Членом Клуба.

5.10 В случае необходимости и для Вашего комфорта допускаются дополнения и изменения настоящих правил. Новые правила вступают в силу через 7 дней с момента размещения последних для всеобщего ознакомления на территории (рецепция, места оказания услуг)/ веб-сайте Клуба.

5.11 В случае несоблюдения Членом клуба Правил клуба, Клуб оставляет за собой право расторгнуть с Членом клуба контракт в одностороннем внесудебном порядке.

5.12 Во избежание травм настоятельно рекомендуется посещать занятия, соответствующие Вашему уровню подготовленности и перед посещением фитнес-клуба необходимо пройти медицинское обследование с получением справки о возможности посещения фитнес-клуба. Посещение фитнес-клуба без получения справки может повлечь негативные последствия для человека, включая и не ограничиваясь ухудшение состояния здоровья, работы сердца и т.д. Любое занятие в фитнес-

¹ Сопровождающее лицо – лицо старше 18 лет, сопровождающее Ребенка на территории Клуба. Сопровождающее лицо не имеет права пользоваться услугами клуба в отношении себя лично ли совместно с лицом, которого сопровождает.

клубе травмоопасно и может привести к получению травмы (ушибы, вывихи, растяжения, разрывы связок, иное) любой степени тяжести. Член клуба самостоятельно оценивает свои физические возможности, а также состояние своего здоровья для выполнения тех или иных упражнений и принимает на себя ответственность за травму (вред здоровью), причиненную (-ый) при нарушении настоящих правил, по неосторожности или осознанно, а также вопреки получения предварительного медицинского обследования на предмет возможности посещения фитнес-клуба (допуска к посещению) или игнорирования рекомендации врача. При головокружении, тошноте, потери сознания, плохом самочувствии, низком давлении и ином ухудшении состояния здоровья, необходимо немедленно прекратить тренировку и обратиться ко врачу.

6. Групповые программы

6.1 Групповые программы разрешены для посещения Членам клуба старше 18 лет.

6.2 Членам клуба 14-17 лет разрешается посещение групповых занятий, отмеченных в расписании специальным значком 

На сайте возрастное ограничение указано в описании программы.

6.3 Во избежание травм настоятельно рекомендуется посещать занятия, соответствующие Вашему возрасту, уровню подготовленности и состоянию Вашего здоровья.

6.4 Во избежание травм посещение следующих занятий (аэробных, силовых, Les Mills (за исключением занятия Body Balance), специальных программ, занятий на велотренажерах) допускается только в кроссовках с амортизацией, плотно фиксирующих голеностоп и спортивной одежде.

Инструктор имеет право не допустить Члена клуба на занятие, если Член клуба одет не в спортивную форму и не соответствует требованию настоящего пункта правил.

6.5 Опоздание на разминку опасно для Вашего здоровья. Инструктор имеет право не допустить Вас на данное занятие.

6.6 На групповом занятии не разрешается использовать свою собственную хореографию и свободные веса без соответствующего разрешения Инструктора.

6.7 Использование мобильных телефонов в залах групповых программ запрещено.

6.8 Во время занятия запрещается разговаривать с другими Членами клуба. Это отвлекает занимающихся от качественного выполнения упражнений, а инструктора от ведения урока и снижает контроль безопасности выполнения упражнений участниками урока.

6.9 Разговоры во время тренировки приводят к сбою/нарушению работы дыхательной системы и организма в целом при выполнении упражнений.

6.10 С целью обеспечения равного доступа Членов Клуба к инвентарю Клуба запрещается резервировать места в зале и оборудование для занятия.

6.11 После занятия все специальное оборудование, используемое на уроке, должно быть убрано Вами в отведенные для этого места. Вынос оборудования из залов групповых программ и самостоятельное перемещение этого оборудования между залами запрещены.

6.12 Платные групповые программы (занятие) с ограничением по количеству участников, проводятся исключительно по предварительной записи. Предварительная запись закрывается (прекращается) за 24 часа (сутки) до начала занятия. Занятие будет проведено если на него имеются записанные Члены клуба. Если занятие состоится (при наличии записанных Членов клуба) и на момент его проведения имеются свободные места, то Член клуба вправе произвести запись через администратора рецепции (рецепцию клуба) на такое занятие при уже закрытой предварительной записи.

6.13 Посещение залов групповых программ для самостоятельных тренировок в свободные часы сетки расписания групповых программ и персональных тренировок запрещено.

6.14 Необходимо помнить, что любое занятие в фитнес-клубе травмоопасно и может привести к получению травмы (ушибы, вывихи, растяжения, разрывы связок, иное) любой степени тяжести. Член клуба самостоятельно оценивает свои физические возможности, а также состояние своего здоровья для выполнения тех или иных упражнений и принимает на себя ответственность за травму (вред здоровью), причиненную (-ый) при нарушении настоящих правил, по неосторожности или осознанно, а также вопреки получения предварительного медицинского обследования на предмет возможности посещения фитнес-клуба (допуска к посещению) или игнорирования рекомендации врача. При головокружении, тошноте, потери сознания, плохом самочувствии, низком давлении и ином ухудшении состояния здоровья, необходимо немедленно прекратить тренировку и обратиться ко врачу.

7. Тренажерный зал (тренажерный зал, кардиозона)

- 7.1 Самостоятельное посещение Тренажерного зала и Кардиозоны разрешается Членам клуба с 18 лет. Членам клуба в возрасте 14-17 лет посещение Тренажерного зала и Кардиозоны разрешается строго после прохождения инструктажа.
- 7.2 Во избежание травм посещение Тренажерного зала допускается только в закрытой спортивной обуви, предназначенной для занятий в спортивных залах. Посещение кардиотренажеров – в кроссовках с амортизацией, плотно фиксирующих голеностоп.
- 7.3 С целью обеспечения равного доступа Членов Клуба к инвентарю Клуба запрещается резервировать тренажеры и оборудование тренажерного зала.
- 7.4 Для ознакомления с оборудованием тренажерного зала и во избежание травм настоятельно рекомендуется пройти инструктаж.
- 7.5 Перед выполнением упражнения на тренажере предварительно ознакомьтесь с инструкцией по пользованию тренажером и правилами выполнения, размещенными на выбранном Вами тренажере. В случае необходимости дополнительных разъяснений правил использования тренажера (в том числе в части заявленных противопоказаний), пожалуйста, обратитесь к дежурному инструктору тренажерного зала.
- 7.6 Перед каждой тренировкой в тренажерном зале обязательно проводите тщательную общую разминку, которая включает в себя использование кардиотренажеров, растягивающие упражнения. Кроме этого, перед каждым упражнением должна проводиться специальная разминка, включающая 1-2 подхода с весом, составляющим примерно 50%-70% от Вашего рабочего веса в данном упражнении.
- 7.7 Обязательно просите дежурного инструктора проконтролировать Вашу технику выполнения при освоении новых упражнений, так как в силу не сложившейся межмышечной координации могут случиться травмы: прежде всего растяжения и разрывы мышц, связок, сухожилий.
- 7.8 При освоении любого нового упражнения обязательно начинайте с веса, который позволит Вам выполнить не менее 20 повторений в подходе. Соблюдайте принцип последовательности и постепенности в наращивании нагрузок. Не торопитесь увеличивать рабочий вес.
- 7.9 При выполнении базовых упражнений с тяжелыми весами (приседания со штангой, жим штанги или гантелей лежа, жим штанги стоя или сидя из-за головы) обязательно пользуйтесь помощью страхующего лица. Выполнять страховку должен только инструктор Клуба. Выполнять упражнения с максимальной нагрузкой разрешается только в присутствии инструктора тренажерного зала.
- 7.10 Соблюдайте порядок в тренажерном зале. По окончании выполнения упражнения убирайте оборудование на место. Разбирая стоящую на стойках штангу, снимайте диски попеременно (один диск с одной стороны, затем - один с другой). В противном случае диски, оставшиеся на одном конце штанги, перевесят гриф и приведут к переворачиванию и падению штанги, что может быть травмоопасным для окружающих и Вас лично.
- 7.11 По окончании использования во время тренировки гантелей различных весов, для соблюдения порядка в тренажерном зале, пожалуйста, возвращайте гантели на стойку с учетом калибровки веса.
- 7.12 Занимаясь на тренажерах, начинайте занятия с умеренной нагрузки, повышая ее постепенно, в соответствии с рекомендациями, полученными при инструктаже.
- 7.13 Контролируйте нагрузку с помощью измерения частоты сердечного сокращения (пульса) в соответствии с рекомендациями, полученными от инструктора тренажерного зала.
- 7.14 Внимательно следуйте инструкциям по использованию каждого конкретного тренажера.
- 7.15 Запрещено отвлекать других Членов клуба во время тренировки разговорами и вторжением в личное пространство.
- 7.16 Необходимо помнить, что любое занятие в фитнес-клубе травмоопасно и может привести к получению травмы (ушибы, вывихи, растяжения, разрывы связок, иное) любой степени тяжести. Член клуба самостоятельно оценивает свои физические возможности, а также состояние своего здоровья для выполнения тех или иных упражнений и принимает на себя ответственность за травму (вред здоровью), причиненную (-ый) при нарушении настоящих правил, по неосторожности или осознанно, а также вопреки получения предварительного медицинского обследования на предмет возможности посещения фитнес-клуба (допуска к посещению) или игнорирования рекомендации врача. При головокружении, тошноте, потере сознания, плохом самочувствии, низком давлении и ином ухудшении состояния здоровья, необходимо немедленно прекратить тренировку и обратиться ко врачу.

8. Аквазона

(большой бассейн/детский бассейн²/игровая аквазона³/джакузи)

- 8.1 Аквазона в каждом фитнес-клубе может отличаться. Не все аквазоны оборудованы джакузи, не все имеют игровую аквазону/детский бассейн.
- 8.2 Перемещение по аквазоне допускается только в специализированной обуви (сланцах), имеющей противоскользящую поверхность и обеспечивающей противоскольжение. Пол аквазоне мокрый и скользкий. Необходимо быть осторожным. Можно подскользнуться и причинить себе травму.
- 8.3 При заключении контракта Член Клуба обязан предоставить в отдел продаж справку о допуске к посещению бассейна и обновлять ее не реже 1 раза в 3 месяца.
- 8.4 По требованию санитарных правил (СанПиН 2.1.2.1188-03 «плавательные бассейны») принятие душа посетителями аквазоны (бассейн/игровая аквазона/джакузи) с тщательным мытьем с помощью мочалки и мыла (геля для душа) без купального костюма является обязательным. При нарушении данного условия посещения аквазоны, сотрудник фитнес-клуба вправе не допустить в зону и требовать соблюдения условия посещения.
- 8.5 Перед посещением бассейна/игровой аквазоны/джакузи не допускается втирание в кожу различных кремов и мазей по причине возможного нанесения вреда своему здоровью.
- 8.6 Перемещение на территории раздевалки, душевых и бассейна (в т.ч. игровой аквазоны) без купальных тапочек, имеющих противоскользящую подошву, запрещено. Во избежание травм Дежурный инструктор вправе не допустить Вас в зону бассейна/ игровую аквазону в случае несоблюдения этого правила.
- 8.7 При посещении бассейна/игровой аквазоны/джакузи необходимо надевать купальный костюм и шапочку для плавания⁴. Волосы должны быть полностью убраны под шапочку. Погружаться в чашу бассейна в обуви запрещено. В случае несоблюдения этого правила дежурный инструктор имеет право не допустить Вас к занятиям в бассейне.
- Под купальным костюмом в настоящих правилах понимается экипировка для плавания, изготовленная из лайкры, нейлона, полиамида, полиэстера, микрофибры или ПБТ, закрывающая такие части тела, как пах, ягодицы (у мужчин) и грудь, пах, ягодицы (у женщин).*
- 8.8 Инвентарь, предназначенный для водных групповых программ (персональных тренировок), использовать для самостоятельных занятий запрещено.
- 8.9 Использование ласт с длиной плавника свыше 15 см и пластиковых ласт запрещено во избежание причинения травм.
- 8.10 Вынос инвентаря из аквазоны запрещен.
- 8.11 Запрещено сидеть на разделительных дорожках, а также переплывать над ними в центральной части бассейна.
- 8.12 Во избежание травм не разрешается бегать по территории бассейна/ игровой аквазоне, плавать поперек бассейна, прыгать с разделительных стенок и бортиков бассейна (в т.ч. детского, если таковой имеется в клубе).
- 8.13 Использовать тумбочки для прыжков допускается только с разрешения Дежурного инструктора бассейна.
- 8.14 Родитель ребенка до 5-ти⁵ лет или Сопровождающее ребенка указанного возраста лицо, являющиеся Членами клуба или посещающие Клуб на условиях гостевого визита, может находиться в чаше детского бассейна⁶ вместе со своим ребенком при условии одновременного нахождения в детском бассейне не более 10 человек. С одним ребенком в чаше бассейна может находиться только один Родитель или Сопровождающее лицо, являющиеся Членами клуба или посещающие Клуб на условиях гостевого визита.
- 8.15 Правила посещения бассейна детьми в возрасте от 1 года до исполнения 14 лет отражены в пункте 11 настоящих Правил, а для фитнес-клубов оказывающих услуги по «грудничковому плаванию» - от 6 месяцев.

² В клубе ФизКульт Старт аквазона (большой бассейн/детский бассейн/игровая аквазона) отсутствует, также отсутствует детская комната и семейная («унисекс») раздевалка.

³ Игровая аквазона – это зона заплеска бассейна, на территории которой находятся фонтаны, водяные пушки для игр и т.д. Для клубов, в которых имеется аквазона

⁴ Шапочка для плавания – это плавательный аксессуар, изготовленный из резины, силикона или ткани и используемый для исключения попадания волос в воду бассейна и засорения фильтров, а также для защиты волос от хлорированной воды

⁵ В клубе ФизКульт Родионова до исполнения 4-х лет

⁶ Для фитнес-клубов, в которых имеется детский бассейн

8.16 Для комфортного плавания в бассейне и распределения потока занимающихся в Клубе существует расписание часов работы бассейна в зависимости от возраста Членов клуба. При посещении бассейна Члены клуба обязаны руководствоваться расписанием занятий в водной зоне, размещенном в клубе.

8.17 Дорожки должны быть использованы по прямому назначению согласно информационным табличкам. Движение по дорожкам осуществляется по правой стороне, отдых членов клуба разрешается только у бортиков бассейна, кроме места для разворота.

8.18 В клубе в рамках расписания занятий в водной зоне предусмотрены часы только для взрослого плавания для Членов клуба старше 18 лет (фитнес-плавание, восстановительное плавание, релакс-плавание и т.д.). Плавание Членов клуба до исполнения 18 лет в эти часы не разрешается. Дежурный инструктор вправе не допустить Члена клуба в возрасте до исполнения 18 лет для свободного плавания в бассейне в обозначенные расписанием часы.

8.19 На время проведения групповых занятий в бассейне зона, предназначенная для плавания, может быть ограничена или изменена, при этом Члены клуба, не участвующие в занятии, должны перейти на свободные от занятий дорожки.

9. Водные групповые программы

9.1 Водные групповые программы разрешены для посещения Членам клуба старше 18 лет.

9.2 Членам клуба 14-17 лет разрешается посещение водных групповых занятий, отмеченных в расписании специальным значком. 

На сайте возрастное ограничение указано в описании программы.

9.3 Водные групповые программы проводятся в специально отведенной зоне. Выполнение упражнений программы вне обозначенной зоны запрещается с целью предупреждения получения травм членами клуба, занимающимися свободным/ спортивным плаванием.

9.4 Во избежание травм настоятельно рекомендуем посещать занятия, соответствующие Вашему возрасту, уровню подготовленности. Инструктор имеет право не допустить Вас на водное групповое занятие, несоответствующее Вашему уровню подготовленности.

9.5 Опоздание на занятие более чем на 10 мин. (пропуск разминки) опасно для Вашего здоровья. Инструктор имеет право не допустить Вас на данное занятие.

9.6 Во время занятия запрещается разговаривать с другими Членами клуба. Это отвлекает занимающихся от качественного выполнения упражнений, а инструктора от ведения урока и снижает контроль безопасности выполнения упражнений участниками урока. Разговоры во время тренировки приводят к сбою/нарушению работы дыхательной системы и организма в целом при выполнении упражнений.

9.7 С целью обеспечения равного доступа Членов Клуба к инвентарю Клуба запрещается резервировать оборудование, предназначенное для водных групповых занятий.

9.8 После занятия все специальное оборудование должно быть убрано Вами в специально отведенные для этого места.

9.9 Необходимо помнить, что любое занятие в фитнес-клубе травмоопасно и может привести к получению травмы (ушибы, вывихи, растяжения, разрывы связок, иное) любой степени тяжести. Член клуба самостоятельно оценивает свои физические возможности, а также состояние своего здоровья для выполнения тех или иных упражнений. При головокружении и ином ухудшении состояния здоровья необходимо немедленно прекратить тренировку и обратиться ко врачу.

9.10 Платные групповые программы (занятие) с ограничением по количеству участников, проводятся исключительно по предварительной записи. Предварительная запись закрывается (прекращается) за 24 часа (сутки) до начала занятия. Занятие будет проведено если на него имеются записанные Члены клуба. Если занятие состоится (при наличии записанных Членов клуба) и на момент его проведения имеются свободные места, то Член клуба вправе произвести запись через администратора рецепции (рецепцию клуба) на такое занятие при уже закрытой предварительной записи.

10. Посещение раздевалок/душевых/ турецкой бани/финской сауны

10.1 Для людей с ограниченными возможностями и для родителей с разнополыми детьми от 3-х лет до наступления 8 лет (мама с сыном/сыновьями, папа с дочерью/дочерьми, мама с сыном и дочерью, папа с сыном и дочерью) в клубе предусмотрена раздевалка Унисекс⁷. Посещение общей

⁷ Семейная раздевалка имеется в клубах ФизКульт: Мещера, Деловая, Спорт, Родионова, Парковая, Бурнаковский, Корабли

женской/мужской раздевалки родителями с разнополыми детьми старше 3-х лет, а так же посещение семейной раздевалки («унисекс») мужчинами/женщинами без детей запрещается.

10.2 Во избежание приступов астмы и различных случаев аллергической реакции у других членов клуба не допускается пользование любыми косметическими средствами (масло, мед, кофе, скраб, пилинг, маски и другие ароматические препараты) в раздевалках/ душевых/ турецкой бане/ финской сауне. Перед посещением турецкой бани/ финской сауны не допускается втирание в кожу различных кремов и мазей по причине возможного нанесения вреда своему здоровью.

10.3 С целью соблюдению правил общей гигиены в душевых/раздевалках/саунах запрещено использовать бритвы, пемзы, кремы для депиляции, эпиляторы, а также прочие приспособления для проведения депиляции/пилинга.

10.4 С целью соблюдения правил общей гигиены: перед посещением турецкой бани/финской сауны принятие душа с мочалкой, мылом или гелем без купального костюма является обязательным. Дежурный инструктор вправе не допустить Вас в зону турецкой бани/финской сауны в случае несоблюдения этого правила.

10.5 Посещение турецкой бани разрешено только в купальных костюмах и купальных тапочках, имеющих противоскользкую подошву. При посещении турецкой бани необходимо быть предельно внимательным. Запрещается, в целях предупреждения травматизма, вставать в места выхода пара турецкой бани, засовывать руки, ноги и иные части тела в места выхода пара. Места выхода пара в турецкой бане отмечены специальными световыми элементами или закрыты защитной решеткой. Пар очень горячий и может вызвать ожоги различной степени тяжести. Будьте осторожны.

10.6 Посещение общей финской сауны разрешено только в купальных костюмах^б. Запрещается прикасаться к системе оборудования финской («сухой») сауны: печь, системе пожаротушения. Оборудование финской сауны очень горячее, прикосновения к нему (с ним) опасны для здоровья, можно получить ожоги, в том числе опасные для жизни.

10.7 Использование металлических изделий в сауне запрещено (за исключения специализированного инвентаря для сауны). Металл при нагреве и прикосновении с кожей человека может вызвать ожоги.

10.8 Запрещено плескать воду на датчики температуры парогенератора/каменку.

10.9 Запрещено вставать на лавки в турецкой бане/финской сауне, закидывать ноги на стены.

10.10 Турецкая баня/Финская сауна – это зоны релакса. На их территории запрещено выполнение физических упражнений, громкие разговоры, смех, крик и проч. Берегите комфорт окружающих.

11. Общие положения посещения клуба Дети (с 1 года до исполнения 14 лет) и Юниорами (с 14-ти до исполнения 18 лет)

11.1 Дети могут посещать клуб при заключении соответствующего Контракта (принятии публичной оферты), для клубов имеющих соответствующее предложение или при оплате Дополнительной услуги по визитам детей (в клубах, в которых нет контракта для детей) и Условий гостевого визита, действующих в Клубе на дату посещения.

11.2 Родители/Сопровождающие лица¹ несут персональную ответственность за детей на территории Клуба и не должны оставлять детей на территории Клуба без присмотра, за исключением нахождения Ребенка в мужской/женской раздевалке, детской комнате Клуба (при наличии таковой), на групповом занятии, соответствующем возрасту Ребенка или на персональной тренировке.

11.3 Дети и Юниоры, находясь на территории Клуба, должны соблюдать общие установленные правила посещения Клуба (разделы 1-10 настоящих Правил).

11.4 Перед началом занятий в Клубе рекомендуем пройти консультацию у Вашего педиатра для предупреждения нанесения вреда здоровью и развитию Ребенка с учетом возможных противопоказаний.

11.5 Дети и Юниоры при посещении Клуба должны быть здоровы. Во избежание распространения инфицирования просим Вас оставить ребенка дома в следующих случаях:

если у ребенка насморк, кашель, больное горло или другое инфекционное заболевание;

если у ребенка расстройство желудка, тошнота или другое кишечное недомогание;

если у ребенка повышенная температура;

если у ребенка сыпь, незажившие ранки.

11.6 Инструктор может не допустить в Детскую комнату/ Фитнес-зону ребенка/юниора, имеющего вышеперечисленные симптомы.

11.7 Посещения фитнес-зон Дети и Юниорами, при наличии таких зон в конкретном клубе, ограничено следующими условиями и требованиями:

	Возраст				
	Дети				Юниоры
	с 1 года до 2-х лет Для фитнес-клубов, оказывающих услуги по «грудничковому плаванию» от 06 месяцев до 2-х лет	с 3-х лет до 6 лет	с 7 лет до 11 лет	с 12-ти до 13 лет	с 14-ти до 17 лет
Часы нахождения в Клубе	<ul style="list-style-type: none"> В будние дни: с 07.00 до 21.00 В выходные/ праздничные дни: с 09.00 до 21.00 			<ul style="list-style-type: none"> По графику работы Клуба. После 21.00 не допускаются активные игры и громкие разговоры на территории Клуба. 	
Доступные фитнес-зоны Клуба)	<ul style="list-style-type: none"> Бассейн⁶ Игровая аквазона 	<ul style="list-style-type: none"> Бассейн⁶ Игровая аквазона Детская комната/детские залы⁸ 	<ul style="list-style-type: none"> Бассейн Игровая аквазона Детская комната/детские залы⁸ 	<ul style="list-style-type: none"> Бассейн Игровая аквазона Детская комната/детские залы⁸ Кардиозона 	<ul style="list-style-type: none"> Бассейн Игровая аквазона Кардиозона Тренажерный зал (с ограничениями) Залы групповых программ (с ограничениями)
Форма одежды для посещения	<p><u>При посещении бассейна⁶/аквазоны:</u> Ребенок должен быть одет в непромокаемый памперс и специальные трусы с резинками на ножках и талии.</p>	<p><u>При посещении бассейна⁶/аквазоны:</u> Купальный костюм и купальные тапочки. Ребенок до исполнения 4-х лет должен быть одет в непромокаемый памперс и специальные трусы с резинками на ножках и талии.</p> <p><u>При посещении Детской комнаты:</u> Удобная, свободная одежда, соответствующая комнатной температуре, и сменная чистая обувь.</p> <p><u>При посещении занятий:</u> Спортивная одежда и сменная чистая спортивная обувь.</p>	<p><u>При посещении бассейна/аквазоны:</u> Купальный костюм и купальные тапочки, имеющие противоскользкую подошву.</p> <p><u>При посещении Детской комнаты:</u> Удобная, свободная одежда, соответствующая комнатной температуре, и сменная чистая обувь.</p> <p><u>При посещении занятий:</u> Спортивная одежда и сменная чистая спортивная обувь.</p>	<p><u>При посещении бассейна/аквазоны:</u> Купальный костюм и купальные тапочки, имеющие противоскользкую подошву.</p> <p><u>При посещении занятий:</u> Спортивная одежда и сменная чистая спортивная обувь.</p>	

⁸ Для клубов, в которых имеются детские залы

	Возраст				
	Дети				Юниоры
	с 1 года до 2-х лет Для фитнес-клубов, оказывающих услуги по «грудничковому плаванию» от 06 месяцев до 2-х лет	с 3-х лет до 6 лет	с 7 лет до 11 лет	с 12-ти до 13 лет	с 14-ти до 17 лет
Сопровождение детей в Клубе	<ul style="list-style-type: none"> Посещение Бассейна^{6/} аквазоны только в присутствии Родителя/Сопровождающего лица¹. 	<ul style="list-style-type: none"> Родитель/Сопровождающее лицо¹ обязаны находиться на территории Клуба. Посещение Бассейна/ аквазоны только в сопровождении Родителя/ Сопровождающего лица. 		<ul style="list-style-type: none"> Родитель/Сопровождающее лицо обязаны находиться на территории Клуба. 	<ul style="list-style-type: none"> Самостоятельное посещение Клуба на условиях посещения фитнес зон.
Условия посещения Детской Комнаты	<p>Зона закрыта для посещения⁹.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Нахождение на территории не более 2-х часов подряд в день по режиму работы. Нахождение, превышающее указанный часовой лимит, оплачивается как доп.услуга Привести и забрать Ребенка из Детской Комнаты может только Родитель/Сопровождающее лицо¹. Нахождение Ребенка более времени/режима работы в детской комнате не допускается. Родитель/Сопровождающее лицо обязано забрать ребенка до истечения режима работы детской комнаты. Посещение детской комнаты без родителей/сопровождающего лица 			<p>Зона для посещения закрыта</p>
Условия посещения Кардиозоны	<p>Зона для посещения закрыта</p>		<p>Зона для посещения закрыта, кроме персональных тренировок для детей старше 9 лет с инструктором.</p>	<p>Посещение исключительно совместно с Родителем или в рамках персональной тренировки с инструктором</p>	<p>Посещение при условии прохождения инструктажа в тренажерном зале.</p>
Условия посещения Тренажерного зала	<p>Зона для посещения закрыта</p>			<p>Посещение силовых тренажеров возможно только в рамках персональной тренировки с инструктором тренажерного зала</p>	<p>Посещение при условии прохождения инструктажа в тренажерном зале и строгого соблюдения программы тренировок, полученной в рамках указанного инструктажа.</p>
Условия посещения Групповых программ	<p>Зона для посещения закрыта</p>	<p>Платные/бесплатные занятия в соответствии с возрастом ребенка</p>			<p>Посещение групповых занятий, соответствующих возрасту (в расписании занятия отмечены особым значком) </p>

	Возраст				
	Дети				Юниоры
	с 1 года до 2-х лет Для фитнес-клубов, оказывающих услуги по «грудничковому плаванию» от 06 месяцев до 2-х лет	с 3-х лет до 6 лет	с 7 лет до 11 лет	с 12-ти до 13 лет	с 14-ти до 17 лет
Условия посещения бассейна/игровой аквазоны	<ul style="list-style-type: none"> Посещение бассейна в часы детского и семейного плавания* Посещение платных/бесплатных* водных групповых занятий в соответствии с возрастом. 	<ul style="list-style-type: none"> Рекомендуется посещение бассейна в часы детского и семейного плавания* Посещение платных/бесплатных* водных групповых занятий в соответствии с возрастом. 	<ul style="list-style-type: none"> Рекомендуется посещение бассейна в часы детского и семейного плавания* Посещение платных/бесплатных* водных групповых занятий в соответствии с возрастом. Посещение детского бассейна детьми старше 9 лет запрещено. 	<p>Посещение бассейна возможно самостоятельно в часы детского и семейного плавания* при условии наличия заявления на самостоятельное посещение бассейна от Родителя и при обязательном умении ребенка самостоятельно плавать. При этом Родитель/Сопровождающее лицо обязаны находиться на территории клуба в соответствующей фитнес-зоне.</p> <p>Посещение бассейна в рамках секции по плаванию осуществляется при обязательном сопровождении детей в течение всего времени их пребывания на территории клуба инструктором по плаванию</p>	<ul style="list-style-type: none"> Самостоятельное посещение при условии соблюдения общих правил посещения бассейна/аквазоны.
Условия посещения Турецкой бани/Финской сауны	<ul style="list-style-type: none"> Посещение только в сопровождении Родителя/Сопровождающего лица¹ Рекомендуем детей в возрасте до 5 лет брать на руки и самостоятельно сажать на скамьи. Руководствоваться пунктом 10 настоящих Правил. 				<ul style="list-style-type: none"> Самостоятельное посещение при условии соблюдения общих правил посещения Турецкой бани. Руководствоваться пунктом 10 настоящих Правил.

*В случае, если в Клубе существует расписание часов работы бассейна в зависимости от возраста Членов клуба

⁹ В ФизКульт Родионова посещение Детского клуба (Fizkult Kids) детьми в возрасте от 6 месяцев до 2-х полных лет допускается только вместе с родителем/сопровождающим лицом.

Посещение фитнес-клуба ФизКульт Старт возможно только с 14 лет юниорами. Посещение фитнес-клуба ФизКульт Старт детьми до 14 лет возможно исключительно в рамках персональной тренировки с инструктором.

Клуб оставляет за собой право допустить ребенка в зону, ограниченную для него к посещению, исключительно для занятия в такой зоне с инструктором Клуба.

Правила предоставления услуги «Клип-карта на персональные тренировки».

Клип-карта – предоставляет возможность в течение определенного периода времени воспользоваться комплексом (блоком) однотипных дополнительных платных услуг (Персональных тренировок), при условии обязательного внесения предварительного платежа, определенного действующим на момент покупки услуги Прейскурантом.

1. Член клуба обязан вносить платеж за Клип-карту, независимо от того, будет ли затребовано исполнение им услуги или нет.
2. При использовании всего блока услуг по Клип-карте предоставляется скидка в размере, предусмотренном действующим Прейскурантом услуг (обусловленная «оптовым характером приобретения услуг»).
3. Члены клуба могут приобретать клип-карты в объеме определенных прейскурантом на дополнительные платные услуги в фитнес-подразделениях клуба: тренажерном зале, бассейне, групповых программах, детском клубе, игровом зале и т.д.
4. Оплата Клип-карты производится путем 100% предварительной оплаты с депозита члена клуба.
5. Фактическое предоставление (проведение) услуг по клип-карте Члену Клуба производится при условии 100% предварительной оплаты (наличие на депозите Члена клуба достаточной для оплаты такой услуги суммы денежных средств).
6. В случае если в течение срока действия клип-карты, Член клуба не желает продолжать пользоваться услугами по Клип-карте, скидка не предоставляется, возврат денежных средств осуществляется по формуле:

$D = E - F * G$, где

D - сумма денежных средств к возврату,

E - стоимость Клип-карты за месяц со скидкой,

F - количество проведенных Персональных тренировок,

G - базовая стоимость 1 Персональной тренировки, в соответствии с действующим Прейскурантом на момент возврата.

1. Возврат денежных средств, за неиспользованные тренировки, производится на основании письменного заявления от члена клуба. Заявление оформляется на рецепции клуба.
2. Правила не являются исчерпывающими, так как Клуб вправе самостоятельно их дополнять и изменять.

Правила предоставления услуги «Секционное занятие».

Секционное занятие – предоставляет возможность в течение определенного периода времени воспользоваться комплексом (блоком) однотипных дополнительных платных услуг в групповом формате по определенному клубом расписанию, при условии обязательного внесения платежа, определенного действующим на момент покупки услуги Прейскурантом.

1. Член клуба обязан вносить платеж за Секционные занятия, независимо от того, будет ли затребовано исполнение им услуги или нет.
2. При использовании блока услуг по Секционным занятиям, предоставляется скидка в размере, предусмотренном действующим Прейскурантом услуг (обусловленная оптовым характером предоставления услуг).
3. Члены клуба могут приобретать Секционные занятия в фитнес-подразделениях клуба, в соответствии с действующим Прейскурантом цен на дополнительные платные услуги.
4. Секционные занятия, в различных подразделениях фитнес департамента, определяются по количеству предоставляемых услуг в блоке купленных секционных занятий и длительности проведения одной услуги, приобретенной в рамках секционного занятия, в соответствии с действующим Прейскурантом услуг.
5. Оплата Секционных занятий производится путем 100% предварительной оплаты с депозита члена клуба.
6. Фактическое предоставление (проведение) услуг по Секционным занятиям Члену Клуба производится при условии 100% предварительной оплаты (наличие на депозите Члена клуба достаточной для оплаты такой услуги суммы денежных средств).
7. Ответственность за планирование времени проведения секционных занятий лежит на инструкторе, проводящего Секционные занятия. Инструктор, проводящий тренировки в рамках секции, несет ответственность за информирование всех потребителей его услуги, Членов клуба, о времени и возможных форс-мажорных ситуациях, не дающих оказать услугу в установленном формате.
8. В случае невозможности проведения тренировки в рамках секционного занятия с инструктором, с которым она была забронирована:
 1. Клуб предоставляет другого инструктора (при устном согласии Члена Клуба);
 2. В случае если Клуб не может предоставить инструктора, для проведения тренировки в данный момент, или Член Клуба отказывается проходить тренировку с другим инструктором – тренировка в секционном занятии, считается не проведенной и не снимается с депозита Члена клуба.
9. В случае если в течение срока действия секционных занятий Член клуба не желает продолжать пользоваться услугами по секциям, возврат денежных средств осуществляется в полном объеме из расчета оставшегося количества неиспользованных тренировок:

$D = E / F * G$, где

D - сумма денежных средств к возврату,

E - стоимость секционных занятий за месяц,

F - количество тренировок, включенных в секционные занятия,
G – количество неиспользованных тренировок в секции.

Правила предоставления услуги «Малая группа».

Малая группа – предоставляет возможность Члену клуба в течение определенного периода времени воспользоваться разовой тренировкой, однотипной по формату проведения и направленности решения задач с другими Членами клуба, в формате группового занятия, при условии обязательного внесения платежа, определенного действующим на момент покупки услуги, Прейскурантом.

1. Член клуба обязан вносить платеж за Занятия в Малой группе, независимо от того, будет ли затребовано исполнение им услуги или нет.
2. При использовании услуги в Малой группе, стоимость определяется в соответствии с действующим Прейскурантом услуг и цен на данные услуги. Стоимость в расчете на одну услугу в малой группе, дешевле, чем разовая услуга, приобретенная в формате персональной тренировки.
3. Члены клуба могут приобретать занятия в формате Малых групп в фитнес-подразделениях клуба в соответствии с действующим Прейскурантом услуг.
4. Оплата занятий в Малой группе производится путем 100% предварительной оплаты с депозита Члена клуба, за каждую разовую тренировку.
5. Фактическое предоставление (проведение) услуг по занятиям в Малой группе Члену Клуба производится при условии 100% предварительной оплаты (наличие на депозите Члена клуба достаточной для оплаты такой услуги суммы денежных средств).
6. В случае невозможности проведения тренировки в малой группе с инструктором, с которым она была забронирована:
 1. Клуб предоставляет другого инструктора (при устном согласии Члена Клуба);
 2. В случае если Клуб не может предоставить инструктора, для проведения тренировки в данный момент, или Член Клуба отказывается проходить тренировку с другим инструктором – тренировка в малой группе, считается не проведенной, для данного члена клуба и не снимается с его депозита.
7. Правила не являются исчерпывающими, так как Клуб вправе самостоятельно их дополнять и изменять.

Правила длительного пользования (аренды) шкафами индивидуального пользования в клубах сети ФизКульт

1. Правила длительного пользования шкафчиками (далее по тексту «Правила») являются дополнением к Правилам посещения клуба и являются обязательными для исполнения Членами клуба, Клубом и третьими лицами.
2. Минимальный единовременно оплачиваемый Членом клуба период пользования Дополнительной услугой не может быть менее 1 месяца.
3. Шкаф в длительное пользование (далее Аренда) предоставляется Членам клуба с текущей даты оплаты услуги сроком от 1-го (одного) месяца. 1 месяц аренды равен количеству дней с даты оплаты услуги аренды по дату, предшествующую аналогичной дате оплаты следующего месяца, включительно. Если такая же дата отсутствует в следующем календарном месяце, то окончанием расчетного месяца считается последнее число календарного месяца.
 4. В аренду сдаются только отведенные для этой цели шкафы.
 5. Аренда шкафа оформляется на рецепции клуба.
 6. Оплата стоимости услуги аренды шкафа в соответствии с утвержденным прейскурантом вносится ежемесячно не менее, чем за один день до окончания срока аренды, либо за несколько месяцев вперед.
7. Ключи (замки) от шкафов хранятся на рецепции Клуба и выдаются члену клуба при каждом посещении.
8. Покидая Клуб Член клуба должен сдать ключи (замки) от шкафов на рецепции Клуба.
9. В случае досрочного отказа от пользования Дополнительной услугой по инициативе Члена клуба размер остатка неиспользованных денежных средств за Дополнительную услугу пересчитывается исходя из установленной прейскурантом Клуба на дату оплаты Дополнительной услуги стоимости минимального периода Дополнительной услуги (т.е. без учета предоставленной при оплате Члену клуба по специальной цене (скидки и прочие опции)), умноженной на количество полных и неполных периодов пользования Дополнительной услугой на дату получения Клубом заявления Члена клуба на отказ от Дополнительной услуги.
10. Приостановка Членом клуба Периода оказания услуг/срока действия контракта/договора/Клубной карты (Заморозка) не предусматривает автоматическую приостановку срока аренды шкафа.
11. Оплаченный Членом клуба период аренды и пользования шкафом не предоставляет Члену клуба право пользоваться услугами Клуба в период использования Заморозки или после окончания оплаченного Периода оказания услуг (срока действия Контракта).

12. Если Член клуба в период действия Заморозки начал пользоваться шкафом, Услугами, Дополнительными услугами, заявление на Заморозку автоматически отменяется и перенос срока Периода оказания услуг/действия Контракта не производится.

13. Член клуба не позднее последнего оплаченного дня пользования шкафом должен освободить его от личных вещей и аксессуаров, сдать (оставить) ключ (замок) от него на рецепции Клуба.

14. В случае не поступления от Члена клуба оплаты за новый период аренды и пользования шкафом в течение 3 дней после окончания последнего оплаченного периода аренды и пользования шкафом, Клуб вправе без предупреждения Члена клуба в одностороннем порядке на 4 (четвертый) день неоплаченного периода, изъять на основании акта все предметы из шкафа и предоставить другому Члену клуба за плату право пользования шкафом.

15. Предметы, изъятые Клубом в порядке, предусмотренном Правилами, считаются переданными соответствующим Членом клуба на хранение Клубу. Максимальный срок такого хранения составляет 1 (один) месяц.

16. По истечении срока хранения, указанного в пункте 15 Правил, Клуб не несет ответственности за сохранность и/или повреждение предметов.

17. За утерю ключей (замков) от шкафов Член клуба по требованию обязан оплатить Клубу соответствующую плату в размере, предусмотренном Преискурантом.

18. Члены Клуба вправе размещать в шкафах личные вещи и аксессуары для занятий спортом.

19. Членам Клуба запрещается:

- выносить за пределы помещений Клуба ключи (замки) от шкафов;
- передавать ключи (замки) от шкафов другим Членам клуба, третьим лицам;
- хранить в шкафах: ценные вещи, деньги и т.д.; продукты питания; мокрые предметы, а также предметы, запрещенные публичной офертой и действующим законодательством РФ.

20. Клуб оставляет за собой право при появлении неприятных запахов из арендованного шкафа, вскрыть шкаф, предварительно проинформировав об этом Члена клуба, арендующего шкаф.

21. Клуб не гарантирует предоставление шкафа для длительного пользования в случае отсутствия в наличии таковых.

22. Клуб осуществляет доступ третьих лиц к предметам, размещаемым в шкафах Членами клуба, только при соблюдении следующих требований:

* При наличии у Клуба письменного и лично предоставленного Членом клуба оригинала заявления с указанием персональных данных и полномочий третьего лица на распоряжение предметами Члена клуба;

* Или предъявления третьим лицом оригинала доверенности, выданной Членом клуба и нотариально удостоверенной с указанием соответствующих полномочий по распоряжению предметами Члена клуба, или оригинала иного надлежащим образом оформленного документа, подтверждающего полномочия третьего лица.

23. Правила не являются исчерпывающими, так как Клуб вправе самостоятельно их дополнять и изменять.

Правила пользования дополнительными платными услугами/ товарами в фитнес-клубах Нижегородской Фитнес Группы

Общие положения:

Понятия, используемые в Правилах пользования дополнительными платными услугами :

- Дополнительная платная услуга – услуга, оказываемая Клубом Члену Клуба, стоимость которой не входит в стоимость Контракта и оплачивается дополнительно путем предварительной оплаты. В том случае, если услуга приобретена на весь срок действия Контракта Члена Клуба, при прекращении действия Контракта по любому из оснований, такая услуга считается оказанной в полном объеме.
- Депозит (условное понятие) – денежные средства, вносимые Членом Клуба или иным лицом за Члена Клуба, в кассу Клуба (или на расчетный счет или иными способами оплаты) и учитываемые Клубом на Индивидуальном лицевом счете Члена Клуба, в качестве предварительной оплаты будущих услуг/ товаров/ работ, реализуемых Клубом, возмещение расходов (вреда). На сумму депозита никакие проценты, в том числе проценты за пользование денежными средствами и в порядке ст. 317.1 не начисляются и не выплачиваются. Клуб осуществляет списание с депозита в счет оплаты услуг/работ/товаров при фактическом ее оказании/приобретении/выполнении без дополнительного распоряжения Члена Клуба, в том числе при наличии оснований к возмещению вреда. Денежные средства с депозита Члена Клуба могут быть, также, списаны в счет иных расчетов по указанию Члена Клуба. Движение денежных средств по депозиту не является финансовой услугой; данные по списанию признаются верными по данным внутренней системы учета Клуба.
- Персональная тренировка – физкультурно-оздоровительная услуга Клуба, представляющая из себя тренировку, проводимую конкретным инструктором с конкретным Членом Клуба при условии обязательного внесения платежа, определенного действующим на момент покупки услуги Прейскурантом.
- Клип-карта – предоставляет возможность в течение определенного периода времени воспользоваться комплексом (блоком) однотипных дополнительных платных услуг (в т.ч. Персональных тренировок), при условии обязательного внесения платежа, определенного действующим на момент покупки услуги Прейскурантом.
- Секционное занятие – предоставляет возможность в течение определенного периода времени воспользоваться комплексом (блоком) однотипных дополнительных платных услуг в групповом формате по расписанию, определённого клубом, при условии обязательного внесения платежа, определенного действующим на момент покупки услуги Прейскурантом.

- Малая группа – предоставляет возможность в течение определенного периода времени воспользоваться разовой тренировкой, однотипной по формату проведения и направленности решения задач с другими Членами клуба, в формате группового занятия, при условии обязательного внесения платежа, определенного действующим на момент покупки услуги Прейскурантом.
- Платный урок – предоставляет возможность воспользоваться разовым посещением урока, за дополнительную плату, согласно Прейскуранта цен на дополнительные услуги клуба на момент покупки. Урок проводится в групповом формате, совместно с другими Членами клуба. Форматы платных уроков вносятся в расписание групповых уроков клуба, в подразделениях Групповые программы, Водные программы, Детский клуб и определяются специальными значками, обозначающими платный урок.
- Семинар – предоставляет возможность воспользоваться разовым посещением мероприятия (мастер-класс, ворк-шоп, лекция), за дополнительную плату, согласно Прейскуранта цен на дополнительные услуги клуба на момент покупки. Семинар проводится в групповом формате с другими Членами клуба. Информирование об организации семинаров проводится через информационные носители в клубе, соц. сетях и персональное приглашение.
- Аренда (условное понятие) шкафа – предоставление Члену Клуба на время его нахождения в фитнес-клубе во временное индивидуальное длительное пользование (от 1 месяца) конкретного шкафа в помещении Клуба для хранения личных вещей при условии обязательного внесения платежа, определенного действующим на момент покупки услуги Прейскурантом.
- Аренда (условное понятие) халата/ полотенца/ очков для солярия/ очков для плавания и т.п. предметы - предоставление Члену Клуба на время его нахождения в фитнес-клубе во временное пользование предмета, при наличии таковых, при условии обязательного внесения платежа, определенного действующим на момент покупки услуги Прейскурантом.
- Аренда (условное понятие) теннисного корта/ игрового зала/ гольф-зоны/ зала групповых программ и т.п. помещения – предоставление члену клуба на определенное время возможности индивидуального пользования помещением, в т.ч. для занятия спортом и фитнесом, при наличии таковых, при условии обязательного внесения платежа, определенного действующим на момент покупки услуги Прейскурантом.

Порядок пользования дополнительными платными услугами/ товарами:

1. Члены Клуба могут приобретать дополнительные платные услуги/ товары Клуба, не входящие в стоимость Контракта, в соответствии с Прейскурантом услуг.
2. Покупка дополнительных услуг производится через депозит Члена Клуба, который Член Клуба обязуется пополнять в случае намерения на приобретение дополнительных платных услуг / товаров Клуба.
3. В подтверждение факта пополнения депозита и списания средств с депозита за дополнительные платные услуги/ товары, Клуб направляет Члену Клуба уведомление на указанный номер мобильного телефона (при наличии согласия на смс-информирование и отсутствие запрета на получение push-уведомлений) с указанием суммы пополнения депозита и суммы списания средств с депозита с перечнем услуг, за которые осуществлено списание денежных средств с депозита.

4. Аренда ящика производится в соответствии с действующими Правилами длительного пользования (аренды) шкафами индивидуального пользования.
5. Прейскурант цен находится на рецепции клуба.
6. Бронирование дополнительных платных услуг (аренда шкафа, халата и т.п.) производится на рецепции фитнес-клуба.
7. Бронирование дополнительных платных фитнес-услуг производится на рецепции клуба и через Личный Кабинет Члена Клуба.
8. Продажа и фактическое предоставление (проведение) дополнительных платных услуг/ товаров Члену Клуба производится только при наличии на его депозите достаточной для оплаты такой услуги/ товара суммы денежных средств* в соответствии с действующими Правилами соответствующих фитнес-услуг.
9. При покупке дополнительных услуг при посещении клубов НФГ по со-доступу можно пользоваться депозитом, пополняемым как в «родном» клубе, так и в любом другом клубе Нижегородской Фитнес Группы, а также через Личный Кабинет Члена Клуба.
10. Опоздание на тренировку не является основанием для увеличения ее продолжительности.
11. Отмена брони персональной тренировки может быть произведена не позднее, чем за 12 часов до её начала через администратора рецепции фитнес-клуба или через инструктора, проводящего тренировку, а также через Личный Кабинет Члена Клуба.
12. В случае неявки Члена Клуба на персональную тренировку без отмены брони за 12 часов – тренировка считается проведенной, услуга оказанной.
13. В случае невозможности проведения персональной тренировки с инструктором, с которым она была забронирована:

- Клуб предоставляет другого инструктора (при устном согласии Члена Клуба);

- в случае если Клуб не может предоставить инструктора для проведения фитнес-услуг в данный момент, или Член Клуба отказывается проходить тренировку с другим инструктором – фитнес-услуга считается НЕ проведенной.

14. Правила не являются исчерпывающими, так как Клуб вправе самостоятельно их дополнять и изменять.

** При наличии долга на депозите, необходимо сначала погасить долг. В случае наличия долга любая сумма, вносимая на депозит, идет в учет погашения долга.*

Текст настоящих правил приведен с учетом внесенных изменений, согласно Приказу № 205 от 29.11.2019 г.