WYTYCZNE ADMINISTRATORA OBIEKTU DOTYCZĄCE KORZYSTANIA Z SIŁOWNI

1. Przebywać i ćwiczyć na siłowni mogą tylko osoby pełnoletnie, które potwierdziły zapoznanie się z niniejszym regulaminem oraz posiadają kartę dostępu.
2. Zabrania się udostępniania karty innym osobom pod karą jej zablokowania, co zwiąże się z zakazem wstępu na siłownię.
3. Zabrania się, aby na jedną kartę wchodziło na siłownię więcej osób niż tylko jej właściciel pod karą jej zablokowania, co zwiąże się z zakazem wstępu na siłownię.
4. Karty wydawane będą zgodnie z odrębnymi zasadami.
5. Na siłowni może przebywać jednocześnie maksymalnie 2 osoby.
6. Siłownia będzie otwarta w środy i piątki od 17:00 do 21:00 **po wcześniejszym uzgodnieniu telefonicznym** pod numerem tel. 17 85 14 438.
7. W święta i dni ustawowo wolne od pracy siłownia będzie nieczynna.
8. Każda osoba korzystająca pierwszy raz z urządzeń siłowni ma obowiązek zapoznać się z zasadami korzystania z urządzeń i sposobem wykonywania ćwiczeń, zamieszczonych przy każdym urządzeniu.
9. Przed przystąpieniem do ćwiczeń trzeba sprawdzić stan urządzeń.
10. Ćwiczyć można tylko w stroju sportowym (w tym zmienne obuwie).
11. Należy bezwzględnie zachowywać szczególną ostrożność i bezpieczeństwo podczas ćwiczeń.
12. Osoby korzystające z siłowni nie mogą być pod wpływem alkoholu, narkotyków lub innych środków odurzających.
13. Na teren siłowni zabrania się wnoszenia wszelkiego rodzaju niebezpiecznych przedmiotów, środków odurzających, substancji psychotropowych, alkoholu i wyrobów tytoniowych.
14. Należy bezwzględnie zachowywać czystość i porządek w pomieszczeniu.
15. Korzystając ze sprzętu sportowego należy pamiętać o odpowiedzialności za siebie i innych użytkowników.
16. Po każdorazowym użyciu sprzętu należy zdezynfekować go przy pomocy udostępnionego środka.
17. Za zniszczenie lub uszkodzenie sprzętu spowodowane użyciem go niezgodnie z instrukcją użytkowania obowiązuje odpłatność w wysokości 100% wartości szkody.
18. Za zniszczenie lub uszkodzenie elementów pomieszczeń siłowni obowiązuje odpłatność w wysokości 100 % wartości szkody.
19. Nie wolno wynosić z siłowni sprzętu i wyposażenia, który się w niej znajduje.
20. Nie wolno rozkręcać ani zmieniać konfiguracji sprzętu.
21. Nie wolno wieszać ubrań ani plecaków na urządzeniach do ćwiczeń.
22. Po zakończeniu ćwiczeń należy sprzątnąć i uporządkować sprzęt, z którego korzystano.
23. **Korzystanie ze sprzętu powinno odbywać się zgodnie z przeznaczeniem w sposób bezpieczny, tj. z zapewnieniem dbałości o bezpieczeństwo ludzi, poszanowanie sprzętu i sali.**
24. Wszystkie urządzenia siłowni oraz sprzęt do ćwiczeń mogą być wykorzystywane tylko zgodnie z ich przeznaczeniem.
25. Zabrania się wykonywania ćwiczeń na przyrządach uszkodzonych lub niesprawnych.
26. Szczególną uwagę należy zwracać na stan techniczny linek stalowych i mechanizmów służących do przenoszenia ciężarów. Należy dokładnie zakładać talerze na gryfy do podnoszenia ciężarów.
27. Ćwiczenie przy wykorzystaniu gryfu i obciążeń do podnoszenia ciężarów wymaga szczególnego nadzoru (nadzoru drugiej osoby).
28. Wszystkie usterki sprzętu należy zgłaszać do Administratora.

ZASADY WYDAWANIA KART DOSTĘPU DO SIŁOWNI W GMINNYM OŚRODKU SPORTU W TRZCIANIE

1. Karty wydawane będą tylko **osobom pełnoletnim zamieszkałym na terenie Gminy Świlcza**.
2. Karty umożliwiają dostęp do siłowni w GOS w Trzcianie.
3. Karty będą wydawane po opłaceniu opłaty za kartę na konto Gminnego Centrum Kultury Sportu i Rekreacji w Świlczy z siedzibą w Trzcianie 93 9159 1023 2005 5001 1144 0001.
4. **Opłata w 2026 roku wynosi 75zł/rok lub za okres faktycznego użytkowania karnetu 10 zł/miesiąc.**
5. Właścicielem karty jest Gmina Świlcza.
6. Za zgubienie karty przez użytkownika i potrzebę wyrobienia nowej będzie pobierana opłata w wysokości 50zł.
7. Wraz z opłatą użytkownik akceptuje i zobowiązany jest do przestrzegania postanowień regulaminu obiektu sportowego - siłowni.
8. Wejście na siłownię będzie odbywać się w określonych godzinach w Gminnym Ośrodku Sportu w Trzcianie.
9. **Karta wydana będzie po okazaniu potwierdzenia uiszczenia opłaty za kartę**.
10. W przypadku braku uiszczenia opłaty, karta będzie dezaktywowana, co uniemożliwi korzystanie z siłowni do momentu uiszczenia zaległości.
11. Rezygnacja z korzystania z siłowni w ciągu trwającego roku nie powoduje zwrotu wysokości opłat.
12. Przy odbiorze karty należy wpisać się na listę podając imię i nazwisko oraz adres zamieszkania. Dodatkowo osoba pobierająca kartę podpisuje oświadczenie, że zapoznała się z regulaminem i akceptuje jego zapisy w całości.
13. W przypadku nie przestrzegania regulaminu siłowni przez użytkownika pomimo uwag osób nadzorujących obiekt, karta może zostać anulowana bez wcześniejszego poinformowania.

Telefon alarmowy	Straż pożarna	Policja	Pogotowie ratunkowe
112	998	997	999