



# Kardio tělocvična

## Provozní a bezpečnostní řád



### Provozovatel:

**Lagunino, z.s.**

Velvarská 157, 273 26 Olovnice

IČ: 07501935

Zastoupený statutárním zástupcem: doc. Mgr. Ing. Bc. Romanem Kotlínem, Ph.D., MHA

Odpovědnou osobou za provoz je Roman Kotlín, nebo jeho zástupce určený provozovatelem

1. Každá osoba cvičící v kardio tělocvičně je povinna dodržovat tento Provozní a bezpečnostní řád a dbát pokynů trenérů, vedoucích a pověřených osob. Osoba, která nedodržuje ustanovení tohoto řádu a/nebo nedodržuje pokyny trenérů nebo vedoucích, může být z tělocvičny vykázána.
2. Tělocvičnu smí používat pouze osoby s dobrým zdravotním stavem. Samostatně smí stroje používat osoby starší 15ti let.
3. **Nezletilé osoby mladší 15ti let smí stroje využívat výhradně pod dohledem plnoletých trenérů nebo vedoucích.**
4. Nesprávným používáním strojů, přeceněním svých schopností, či nevěnováním plné pozornosti cvičení může dojít k poranění, v extrémních případech se závažnými a trvalými následky!
5. V nepřítomnosti trenérů či zástupce provozovatele přebírá plnou odpovědnost za nezletilé osoby využívající tělocvičnu osoba konající dohled nad dětmi.
6. **Každá osoba cvičící na strojích, cvičí na vlastní nebezpečí!**
7. Provozovatel neodpovídá za bezpečnost osob využívajících tělocvičnu. Za újmu na zdraví, která je způsobena nesprávným užíváním strojů, vlastní nekázní, přeceněním vlastních schopností a zdravotního stavu, či nerespektováním bezpečnostního řádu, provozovatel nenese odpovědnost.
8. Vstup se psy a jinými zvířaty není do prostoru tělocvičny povolen.
9. Všichni jsou povinni si počínat tak, aby nezpůsobili újmu na zdraví sobě ani nikomu jinému.
10. Maximální nosnost strojů je 120 kg. **Na všech strojích platí pravidlo jedna osoba na stroji!**
11. Uživatel je povinen počínat si tak, aby neohrožoval ostatní přítomné osoby a dbal vlastní bezpečnosti.
12. Uživatel je povinen nahlásit neprodleně jakékoliv zranění, a to i zranění třetí osoby přítomnému trenérovi, vedoucímu nebo dohled vykonávající osobě.
13. Uživatel je povinen při zjištění jakéhokoliv poškození vybavení tělocvičny nebo její části, nahlásit tyto skutečnosti provozovateli, který provede kontrolu funkčnosti strojů a vybavení. Poškozené, či nefunkční stroje je nadále zakázáno používat, dokud provozovatel neprovede jejich kontrolu, případně opravu a neshledá je bezpečné k užívání.
14. Uživateli je zakázáno používat stroje označené jako **NEPOUŽÍVAT**. O tom, které stroje je možno využívat, rozhoduje vždy a výlučně provozovatelem pověřená osoba!
15. Je přísně zakázáno poškozovat veškeré vybavení tělocvičny; odhazovat odpadky kdekoli v prostoru tělocvičny mimo odpadkové koše. Dále je uživatelům zakázáno stroje jakkoliv upravovat, přemisťovat, či se je snažit opravovat.
16. Cvičení v tělocvičně je zakázáno osobám pod vlivem alkoholu a návykových a psychotropních látek. V prostoru tělocvičny je přísně zakázána konzumace alkoholických nápojů a kouření.
17. Do tělocvičny je zakázáno vstupovat s jakoukoliv zbraní, ostrými předměty, sklem a skleněnými předměty či předměty, které mohou způsobit zranění uživateli či třetím osobám.
18. Cvičit v tělocvičně je možné pouze v čisté obuvi nebo naboso.
19. Po cvičení je uživatel povinen provést desinfekci strojů – madla, sedadla, pedály. Po ukončení cvičení vyvětrejte a zavřete okna.
20. Tento řád je závazný pro všechny osoby vstupující do kardio tělocvičny.
21. Za použití kardio tělocvičny se vybírá jednorázový poplatek 500,- Kč.
22. **Seznam strojů:** veslovací trenažér, běžecký pás, rotoped, eliptický trenažér.
23. Důležitá telefonní čísla: Tísňová linka **112**; Hasiči **150**; Policie ČR **158**; Záchraná služba **155**; Odpovědná osoba provozovatele: Roman Kotlín, 605 757 026

