

REGULAMIN SIŁOWNI

1. Przed przystąpieniem do korzystania z siłowni klient zobowiązany jest złożyć oświadczenie o swoim stanie zdrowia. Oświadczenie stanowi załącznik do Regulaminu. Klienci nie mogą skorzystać z usług jeżeli:
 - obserwują u siebie objawy choroby zakaźnej; w takim wypadku powinni udać się do domu i skorzystać z teleporady medycznej,
 - są objęci kwarantanną lub izolacją,
 - mieli w ciągu ostatnich 14 dni kontakt z osobą podejrzaną o zakażenie, zakażoną lub chorą na COVID-19.
2. Dokumentem uprawniającym do korzystania z siłowni jest karnet bądź zakup pojedynczego biletu.
3. Posiadacze karnetu mogą korzystać z siłowni maksymalnie 3 dni po 2h i jest on wydawany w pierwszych dniach każdego miesiąca na okres danego miesiąca. Po upływie terminu należy wykupić nowy na kolejny okres czasu.
4. W dni ustawowo wolne od pracy siłownia jest nieczynna, ważność karnetów nie jest przedłużana o te dni.
5. Rzeszowski Dom Kultury wymaga wcześniejszych telefonicznych zapisów u trenera:
 - filia Biała – Michał Puc, tel.: 727 649 390,
 - filia Przybyszówka – Miriam Puc, tel.: 669 250 990,
 - filia Staromieście – Bartłomiej Zatwardnicki, tel.: 793 044 025.
6. Wymagana jest wcześniejsza rezerwacja zakresu godzin każdego ćwiczącego. Osoby posiadające karnety mają pierwszeństwo w zapisach na treningi.
7. Rezerwację godzin ćwiczeń można odwołać maksymalnie 2 dni przed planowanym dniem treningowym.
8. Nie zapisanie się na godziny treningowe może uniemożliwić korzystanie z siłowni.
9. Siłownia jest otwarta od poniedziałku do piątku w godz.:
 - filia Biała - poniedziałek, środa, piątek 16:00 – 21:00
wtorek, czwartek 16:00 – 20:00,
 - filia Przybyszówka – 16:00 – 20:00,
 - filia Staromieście – 15:00 – 21:00,
10. Na sali treningowej wg wytycznych Ministra Rozwoju i Głównego Inspektora Sanitarnego może ćwiczyć jednocześnie:
 - filia Biała – maksymalnie 3 osoby,
 - filia Przybyszówka – maksymalnie 5 osób,
 - filia Staromieście – maksymalnie 6 osób.
11. Klient jest zobowiązany do przychodzenia na siłownię punktualnie.
12. Klient wchodzący do budynku winien mieć maseczkę zakrywającą nos i usta.
13. Klient musi wyrazić zgodę na pomiar temperatury wchodząc do budynku.
14. Przed wejściem na siłownię klient winien zdezynfekować dłonie.
15. Ćwiczący winien używać tylko swoich akcesoriów, jak ręcznik, butelka z wodą, karimata.
16. Podczas ćwiczeń klient winien mieć swoje rękawiczki, a po każdym użyciu sprzętu dezynfekować je.
17. Klient podczas treningów na siłowni winien utrzymać odległość przynajmniej 2m pomiędzy innymi uczestnikami.

18. Klienci zobowiązani są do posiadania odpowiedniego ubioru, w tym zamiennego obuwia sportowego (wymagana zmiana obuwia w szatni). Trener Rzeszowskiego Domu Kultury zastrzega sobie prawo poproszenia o opuszczenie obiektu przez klienta który w opinii personelu ubrany jest nieodpowiednio, niestosownie lub w sposób gorszący.
19. Klient siłowni korzysta z siłowni na własną odpowiedzialność i nie może zgłaszać pod adresem Rzeszowskiego Domu Kultury żadnych roszczeń z tytułu uszkodzenia ciała lub utraty zdrowia.
20. Za zniszczenie lub uszkodzenie wyposażenia sali bądź sprzętu sportowego, użycie go niezgodnie z instrukcją użytkowania, obowiązuje odpłatność w wysokości 100% wartości szkody.
21. Rzeszowski Dom Kultury nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy pozostawione na jego terenie.
22. Na żądanie Klienta, Rzeszowski Dom Kultury wystawia fakturę VAT na kwoty opłat uiszczanych za korzystanie z siłowni.
23. Z siłowni można korzystać w zakresie posiadanych uprawnień we wszystkie dni otwarcia obiektu w przedziale godzinowym podanym w pkt. 9 Regulaminu.
24. Z pomieszczeń i urządzeń siłowni Uczestnik powinien korzystać zgodnie z ich przeznaczeniem i w sposób wskazany przez trenera.
25. W pomieszczeniach siłowni obowiązuje bezwzględny zakaz palenia, spożywania alkoholu, zażywania środków odurzających i narkotyków, przychodzenia w stanie nietrzeźwości lub pod wpływem odurzenia.
26. Klienci siłowni są zobowiązani do zachowania spokoju i porządku oraz niezakłócania innym klientom możliwości korzystania z usług siłowni. Zabrania się przynoszenia przedmiotów niebezpiecznych i innych przedmiotów, których wniesienie na teren siłowni mogłoby utrudnić korzystanie z siłowni innym uczestnikom, lub mogłoby doprowadzić do uszkodzenia lub zniszczenia mienia, bądź stanowić zagrożenie dla „bezpieczeństwa osób przebywających w siłowni, ich życia oraz zdrowia”.
27. Uczestnicy nie mogą przebywać w pomieszczeniach dla pracowników, jak również wywieszać plakatów, osobistych informacji bez zgody Dyrektora.
28. Rzeszowski Dom Kultury zastrzega możliwość zamknięcia siłowni na podstawie decyzji stosownych władz oraz z powodów niezależnych od Rzeszowskiego Domu Kultury. W sytuacji zaplanowanego zamknięcia obiektu, trener powiadomi o tym Klientów, umieszczając w siedzibie Rzeszowskiego Domu Kultury oraz w mediach własnych informację na ten temat.
29. Procedury postępowania w przypadku podejrzenia zakażenia:
 - u pracownika/trenera
W przypadku wystąpienia u pracownika wykonującego swoje zadania na stanowisku pracy niepokojących objawów sugerujących zakażenie koronawirusem osoba wyznaczona przez kierownika filii/kierownika administracji odsuwa go od pracy i odsyła transportem indywidualnym do domu (transport własny lub sanitarny). Jednocześnie Rzeszowski Dom Kultury wstrzymuje przyjmowanie klientów, powiadamia właściwą miejscowo Powiatową Stację Sanitarno-Epidemiologiczną i stosuje się ściśle do wydawanych instrukcji i poleceń. Pracownik oczekując na transport do tego czasu będzie znajdować się w wyznaczonym pomieszczeniu, w którym jest możliwe czasowe odizolowanie go od innych osób. Osoba wyznaczona przez kierownika filii/kierownika

administracji zaleca ustalenie obszaru, w którym poruszał się i przebywał pracownik, przeprowadzenie rutynowego sprzątnia oraz zdezynfekowanie powierzchni dotykowych (klamki, poręcze, uchwyty itp.).

➤ u klienta

Jeśli u klienta występują niepokojące objawy choroby podczas korzystania z siłowni zadaniem trenera jest odsunięcie go jak najszybciej od ćwiczeń i poprosić o jak najszybsze udanie się transportem indywidualnym (własnym, sanitarnym) do domu albo do najbliższego szpitala chorób zakaźnych (Kliniczny Szpital Chorób Zakaźnych w Łańcucie przy ul. Ignacego Paderewskiego 5). Jednocześnie trener przerywa ćwiczenia i odwołuje rezerwacje ćwiczących na ten dzień. Po odwołaniu wszystkich ćwiczących Rzeszowski Dom Kultury gruntownie zdezynfekuje przestrzeń, w których przebywał zakażony klient oraz zdezynfekuje urządzenia/ przyrządy, które były wykorzystywane przez niego w siłowni. Trener o zdarzeniu winien poinformować Powiatową Stację Sanitarno-Epidemiologiczną właściwą dla miejsca lokalizacji obiektu oraz ustalić listę pracowników oraz klientów obecnych w tym samym czasie w otoczeniu klienta i stosowanie się do wytycznych Głównego Inspektora Sanitarnego dostępnych na stronie gov.pl/web/koronawirus oraz gis.gov.pl stronie odnoszących się do osób, które miały kontakt z zakażonym.

30. O wszelkich zmianach niniejszego Regulaminu klienci będą informowani za pomocą mediów własnych oraz przez trenera.

31. W zakresie nieuregulowanych niniejszym Regulaminem stosuje się przepisy kodeksu cywilnego.