

## ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ БАССЕЙНА

1. Перед посещением бассейна ознакомьтесь у дежурного администратора (под роспись) с данными Правилами посещения бассейна.
2. К самостоятельным посещениям бассейна допускаются лица, достигшие 18-летнего возраста.
  - 2.1. Дети до 18 лет посещают бассейн при непосредственном сопровождении взрослого.
  - 2.2. При групповом посещении бассейна детьми, в состав группы из 10 (десяти) детей входит один сопровождающий.
  - 2.3. Ответственность за жизнь и здоровье детей до 18 лет при посещении бассейна возлагается на сопровождающих лиц.
3. РЕКОМЕНДУЕТСЯ перед посещением бассейна обследоваться у врача, для подтверждения отсутствия противопоказаний к занятиям.
4. Для посещения бассейна необходимо иметь при себе купальный костюм (плавки), плавательную шапочку, принадлежности для мытья в душе, специальную резиновую обувь, полотенце.
  - 4.1. Не допускается посещение бассейна при отсутствии купальной одежды, шапочки и предметов гигиены.
5. Посетитель бассейна до прохода в аквазону бассейна должен тщательно принять душ с применением средств гигиены, без купальной одежды.
6. Не допускается втирание в кожу различных кремов и мазей перед пользованием бассейном.
7. На территории бассейна следуйте указаниям и рекомендациям инструкторов.
8. Вход в воду осуществляется по специальным лестницам, спиной к воде.
  - 8.1. Для прыжка в воду пользуйтесь стартовыми тумбами.
9. При поточном плавании в бассейне на одной дорожке необходимо плавать против часовой стрелки по правой стороне плавательной дорожки, соблюдать интервалы 3-4 метра, не допускать столкновений. Обгон других посетителей на дорожке осуществляется только слева, не желательно проплывать между двумя встречными пловцами.
10. Соблюдайте правила пользования водными горками.
11. Для освобождения полости рта и носа от попавшей воды следует пользоваться сливными канавками.
12. **При возникновении недомогания – сразу же обратитесь к инструктору с последующим обращением в медицинский пункт.**
13. РЕКОМЕНДУЕТСЯ за 30 минут до закрытия физкультурно-оздоровительного комплекса покинуть территорию аквазоны бассейна, принять душ, пройти в раздевалку для переодевания.
14. После выхода с аквазоны бассейна посетитель принимает душ, выжимает купальную одежду, вытирается полотенцем и только после этого переходит в раздевалку.
15. Посетитель бассейна должен строго соблюдать правила внутреннего распорядка бассейна, правила техники безопасности, противопожарной безопасности, санитарно-гигиенические требования, выполнять требования персонала бассейна, в том числе требования медицинского персонала бассейна в части соблюдения санитарно-гигиенических требований.

16. За травмы и несчастные случаи, связанные с нарушением настоящих Правил или сокрытием информации о неудовлетворительном самочувствии перед посещением бассейна, администрация ответственности не несёт.
17. За сохранность ценных вещей, денег и документов, администрация ответственности не несёт.

**Запрещается:**

- В раздевалках, душевых пользоваться аэрозолями и сильно перфорированными средствами;
- Бегать в бассейне;
- Висеть на разделительных дорожках. Ложно звать на помощь. Хватать друг друга за руки, ноги, голову и другие части тела;
- Прыгать в чашу бассейна с бортиков, плавать под водой с длительной задержкой дыхания без разрешения инструктора;
- Пользоваться ластами без специального разрешения инструктора;
- Справлять естественные надобности в воду бассейна;
- Проносить на территорию стеклянные, колющие, режущие предметы, пожароопасные и взрывчатые вещества;
- Принимать пищу вне территории расположения столиков кафе;
- Входить на территорию бассейна с жевательной резинкой;
- Курить, употреблять алкогольные напитки, наркотические средства и токсичные вещества;
- Находиться в бассейне в состоянии алкогольного, наркотического или токсического опьянения;
- Приводить на территорию животных;
- Входить в служебные и технические помещения бассейна;
- Самостоятельно регулировать любое инженерно-техническое оборудование бассейна;
- Создавать конфликтные ситуации, выражаться нецензурной бранью, допускать оскорбительные выражения и хулиганские действия в адрес других лиц.

**В случае нарушения настоящих Правил посетитель может быть удален с территории фитнес-клуба службой охраны.**