



ПРАВИЛА Спортивного клуба «Красный кирпичник»

1. Общие положения

- 1.1. Спортивный клуб «Красный кирпичник», расположенный по адресу: 196655, г. Санкт-Петербург, г. Колпино, Балканская дорога, д. 10, помещение 6Н (далее – Клуб).
- 1.2. В Клубе установлены правила (далее - Правила Клуба), обязательные для всех Членов Клуба. Неотъемлемой частью настоящих Правил Клуба - Приложением № 1 к ним является утвержденный Администрацией Клуба Перечень медицинских противопоказаний к занятиям в Клубе (далее - Перечень медицинских противопоказаний) и Правила техники безопасности (Приложение № 2 к настоящим Правилам Клуба).
- 1.3. До начала занятий в Клубе Вам необходимо ознакомиться с настоящими Правилами, включая Перечень медицинских противопоказаний Приложением № 1 к Правилам Клуба, Правила техники безопасности Приложением № 2 к Правилам Клуба (далее - Правила безопасности), а также правилами посещения зон Клуба, правилами посещения групповых занятий, правилами пользования тренажерами, иным спортивным оборудованием и инвентарем, инструкцией по технике безопасности их использования.
- 1.4. Цель Правил Клуба - создание безопасных и комфортных условий для тренировок, а также нахождения Членов Клуба на территории Клуба. С действующими Правилами Клуба, включая Перечень медицинских противопоказаний и Правила безопасности, Вы всегда можете ознакомиться лично на странице Клуба в сети Интернет, в уголке потребителя на информационном стенде в Клубе. Соблюдение настоящих Правил Клуба является обязательным условием для возможности использования услуг Исполнителя. Если кто-либо из посетителей Клуба нарушает Правила Клуба, Администрация Клуба вправе потребовать прекратить такое нарушение, воздержаться от нарушения, предложить посетителю покинуть территорию Клуба и/или отказаться от исполнения Договора в отношении Члена Клуба, нарушающего настоящие Правила Клуба.
- 1.5. Настоящие Правила Клуба разработаны в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации, в том числе: Гражданским Кодексом Российской Федерации, Законом Российской Федерации «О защите прав потребителей», Правилами бытового обслуживания населения в Российской Федерации, Правилами оказания физкультурно- оздоровительных услуг, утвержденными постановлением Правительства Российской Федерации от 30.01.2023 года № 129.

2. Термины и определения, используемые в Правилах Клуба, Договоре, иных документах Клуба и прейскурантах

Для целей настоящих Правил Клуба используются следующие основные термины и определения:

«Абонентский договор на оказание услуг по организации и проведению физкультурно-оздоровительных мероприятий» (далее – Договор или Абонемент) - соглашение между Членом Клуба и Клубом, заключенное по форме, установленной Клубом, в порядке и на условиях, установленных настоящими Правилами Клуба и выбранным Видом Клубной карты, определяющее их взаимоотношения при оказании Основных и Сопутствующих услуг.

«Администрация клуба» - выполняющие административные функции сотрудники Клуба, осуществляющие управление работой Клуба, осуществляющие контроль за соблюдением Членами Клуба и посетителями Клуба Правил Клуба, осуществляющие обеспечение пропускного режима на территории Клуба, оформляющие Договоры, дополнительные соглашения к Договорам, иные соглашения на оказание услуг, не предусмотренных Договором.

«Активация Вида Клубной Карты» - событие, с наступлением которого Стороны Договора связывают начало срока оказания Услуг по Виду Клубной карты.

«Акцент» - полное и безоговорочное принятие условий Оферты путем оплаты в порядке и на условиях Договора и Правил Клуба.

«Вид Клубной карты» - набор Основных услуг, Сопутствующих и/или Дополнительных услуг (если предусмотрены видом Клубной карты). неотделимых друг от друга, сгруппированных по усмотрению Клуба в зависимости от продолжительности, порядка предоставления, особенностей предоставления, режима,

состава и т.п. Продолжительность предоставления Сопутствующих услуг, включенных в вид Клубной карты, может отличаться от продолжительности предоставления Основных услуг.

«Дистанционный способ» - способ заключения Договора посредством использования информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (на сайте Клуба, в официальном сообществе Клуба), на основании ознакомления потребителя с предложенным Клубом описанием услуг.

«Дополнительные услуги» - все прочие услуги, не входящие в состав Основных и Сопутствующих услуг, оплачиваемые Членом Клуба отдельно по ценам, указанным в Прейскуранте цен Клуба или иной оферте Исполнителя.

«Инфраструктура Клуба» - оснащенные спортивным инвентарем и спортивным и технологическим оборудованием помещения Клуба, включающая в себя:

- предназначенное для индивидуальных спортивно-оздоровительных занятий и физкультурно-оздоровительных мероприятий членов Клуба спортивное оборудование, тренажеры, снаряды, инвентарь и т.п.;
- залы для групповых занятий, т.е. помещения Клуба, предназначенные для группового проведения тренировочных, оздоровительных занятий;
- специализированные помещения Клуба, предназначенные для гигиенических процедур и иных мероприятий (душевые и т.п.);
- иные помещения и оборудование Клуба (гардероб, раздевалки, рецепция, зона ожидания и т.д.).

«Клуб» - индивидуальный предприниматель, оказывающий и обеспечивающий оказание услуг Членам Клуба и осуществляющий продажу сопутствующих товаров в эксплуатируемом Клубом объекте недвижимого имущества (по адресу: 196655, г. Санкт-Петербург, г. Колпино, Балканская дорога, д. 10, помещение 6Н), оснащенном техническим и спортивным оборудованием, предназначенным для оказания услуг населению по организации и проведению физкультурных, физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий, с соответствующим названием (Спортивный клуб «Красный кирпичник»), установленным Клубом.

«Ключ» - средство идентификации – по выбору Клуба это клубная карта или иное аналогичное средство (устройство), позволяющее идентифицировать Члена Клуба, предназначенное для фиксации получения Членом Клуба Дополнительных услуг, обеспечения взаимодействия между Членом Клуба и Клубом в ходе предоставления Основных, Сопутствующих и/или Дополнительных услуг. На период получения услуг для доступа в Клуб Члену Клуба оформляется Ключ. В зависимости от вида доступа в Клуб Ключ может иметь вид пластиковой карты, браслета, брелока и т.п.

«Личный кабинет» * - организованная Клубом система самообслуживания, доступ к которой предоставляется зарегистрированным пользователям с использованием сети Интернет на Сайте Клуба, и/или официальном сообществе Клуба, в целях самостоятельного управления услугами и, получения информации об услугах и иного взаимодействия с Клубом.

«Начало оказания услуг по Виду Клубной карты» - дата, которой определяется момент начала активации Виду Клубной карты. Моментом начала оказания услуг по виду Клубной карты Стороны договорились и согласны считать день активации услуг по Виду Клубной карты, которая в зависимости от порядка оплаты:

- соответствует дате первого платежа в случае, если оплата производится с использованием банковской карты без участия Члена Клуба,
- соответствует дате первого посещения Клуба, но не позже, чем через 30 (тридцать) календарных дней, с даты Акцепта, при этом если Член Клуба в течение 30 (тридцати) календарных дней не активировал услуги по Виду Клубной карты при посещении, то услуги по Виду Клубной карты считаются активированными с 00.00 часов 31 (тридцать первого) дня с даты Акцепта.

«Несовершеннолетний посетитель» - физическое лицо младше 16 (шестнадцати) лет, обладающее правами на предоставление ему услуг в соответствии с выбранным Видом Клубной карты и/или условиями Договора, в результате акцепта, совершенного законным представителем такого лица и/или иным акцептантом, которые несут ответственность за исполнение Несовершеннолетним посетителем Правил Клуба. Лица в возрасте от 16 до 18 лет, имеющие паспорт гражданина РФ, для целей настоящих Правил Клуба по правам и обязанностям приравниваются к Членам Клуба, т.е. самостоятельно несут ответственность за соблюдение Правил Клуба.

«Основные услуги» - услуги населению по организации и проведению физкультурных, физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий, имеющих социальную направленность, предоставляемые Члену Клуба в виде возможности пользования Инфраструктурой Клуба в соответствии с назначением помещений и оборудования, и с соблюдением установленных особенностей использования в пределах помещений Клуба. В соответствии с видом заключенного Договора (Видом Клубной карты) Член Клуба имеет право на получение следующих услуг:

- «Стартовый вводный инструктаж» («вводный инструктаж») в тренажерном зале, зале групповых программ зале единоборств*;
 - занятия в зоне тренажерного зала, в кардио зоне *, залах групповых программ Клуба (по расписанию) *.
- Посещение Членом Клуба занятий или пользование услугами, не предусмотренными его видом Клубной Карты, оплачивается Членом Клуба в соответствии с действующим Прейскурантом Клуба.

«Официальное сообщество» - Интернет-ресурс, официальное сообщество Клуба в социальной сети «В Контакте», размещенное в сети Интернет по сетевому адресу: <https://vk.com/sportkirpichnik>.

«Персональная тренировка» - сопутствующая услуга, представляющая собой платное индивидуальное, физкультурно-оздоровительное занятие с персональным инструктором/тренером, проводимое исключительно для одного Члена Клуба. Индивидуальное физкультурно-оздоровительное занятие оплачивается Членом Клуба по цене, указанной в действующем Прейскуранте цен Клуба или иной оферте Клуба.

«Правила Клуба» - настоящие Правила посещения и принципы работы Клуба. Данные Правила обязательны для исполнения Членом Клуба, Несовершеннолетним посетителем, посетителями, инструкторами/тренерами, работниками Клуба и любыми иными третьими лицами, находящимися на территории Клуба. Правила не являются исчерпывающими, Администрация Клуба вправе их изменять и дополнять по своему усмотрению путем размещения новой редакции Правил Клуба на Сайте Клуба, на рецепции Клуба и в помещениях общего доступа Клуба.

«Прейскурант» - перечень товаров и услуг с указанием цен, предлагаемых Клубом, доводимый до сведения Членов Клуба, посетителей Клуба, в том числе путем размещения в отделе продаж Клуба*, на рецепции Клуба, а также на информационных стендах в Клубе.

«Приобретение вида Клубной Карты» - заключение Договора.

«Приостановление срока оказания услуг (Заморозка)» - приостановление срока оказания услуг по Договору, согласованное Клубом.

«Разовое посещение» - абонентский договор на оказание услуг по организации и проведению физкультурно-оздоровительных мероприятий продолжительностью один день.

«Сайт Клуба» - информационный веб-ресурс, размещенный в сети Интернет по адресу: <https://sportkirpichnik.ru>.

«Сопровождающее лицо» - физическое лицо старше 18 (Восемнадцати) лет, являющееся законным представителем/сопровождающим лицом Несовершеннолетнего посетителя, которое несет ответственность за исполнение Несовершеннолетним посетителем Правил Клуба.

«Сопутствующие услуги» (иные физкультурно-оздоровительные занятия/мероприятия) - все иные физкультурно-оздоровительные мероприятия/занятия, проводимые на территории Клуба, не входящие в состав Основных услуг, оказываемые Члену Клуба инструкторами/тренерами Клуба и оплачиваемые по цене, указанной в действующем Прейскуранте или иной оферте Клуба.

«Стартовый вводный инструктаж» («вводный инструктаж») - физкультурно-оздоровительная услуга, представляющая собой ознакомительное посещение для всех посетителей Клуба, которые ранее не были Членами Клуба. Вводный инструктаж включает в себя ознакомление посетителя Клуба с зонами Клуба, с Правилами безопасности для посетителей Клуба, и включает в себя проведение инструктажа по технике безопасности для посетителей Клуба. Ознакомление и инструктаж проводятся в Зонах Клуба в зависимости от вида Клубной карты. Стартовый вводный инструктаж включает ознакомление с оборудованием, объяснение правил посещения отдельных зон Клуба, техники выполнения отдельных упражнений, а также объяснение общих тренировочных принципов. Стартовый вводный инструктаж («вводный инструктаж») является бесплатным.

«Стороны» - Клуб и Член Клуба, упоминаемые совместно Стороны, используют приведенные выше понятия, термины и определения при толковании настоящих Правил Клуба. Заголовки разделов (пунктов разделов) используются в настоящих Правилах исключительно для удобства использования последних и не влияют на толкование условий настоящих Правил Клуба.

«ФОМ» - сопутствующая услуга, представляющая собой платное физкультурно-оздоровительное мероприятие, проводимое инструкторами/тренерами Клуба для группового состава Членов Клуба и посетителей Клуба, на составительной основе, оплачиваемое по цене, указанной в действующем Прейскуранте цен или иной оферте Клуба.

«Член Клуба» - физическое лицо, старше 16 (шестнадцати) лет, принявшее условия Правил Клуба и обладающее правами на предоставление ему услуг в соответствии с выбранным видом Клубной карты и условиями Договора в результате Акцепта, совершенного самим Членом Клуба и/или его законным представителем и/или иным акцептантом или физическое лицо старше 18 лет, принявшее условия Правил Клуба и обладающее правами на предоставление ему услуг в соответствии с Договором в результате Акцепта, совершенного самим Членом Клуба и/или иным акцептантом.

3. Членство в Клубе

3.1. Членство

Минимальный возраст, с которого физическое лицо может стать Членом Клуба - 16 (шестнадцать) лет. Членство в Клубе предполагает право пользоваться Инфраструктурой Клуба, в соответствии с видом Клубной Карты, а также право участвовать в массовых Клубных мероприятиях, организуемых для Членов Клуба. Участие в массовых внутриклубных мероприятиях может быть ограничено временем пребывания в Клубе, согласно виду членства.

В зависимости от наличия и/или условия ограничений виды Клубных Карт могут быть следующих видов:

- без ограничений - право посещения Клуба и всех его зон в любое время и любой продолжительностью, в пределах установленного режима работы Клуба и срока оказания услуг;
- с ограничениями - право посещения Клуба и его отдельных зон в определенные дни, дни недели, время суток или количеству посещений, в соответствии с условиями Договора. При приобретении вида Клубной Карты с ограничением, нахождение на территории Клуба за рамками таких ограничений, является дополнительной платной услугой и оплачивается отдельно, по стоимости – Разовое посещение, в соответствии с действующим Прейскурантом.

Членство в Клубе является персональным (именным). Срок действия Членства ограничен сроком действия вида Клубной Карты (сроком оказания услуг).

3.1.1. Клуб оставляет за собой право в одностороннем порядке прекратить предоставление услуг Члену Клуба при невыполнении им требований, установленных настоящими Правилами Клуба, при невыполнении рекомендаций Администрации Клуба/персонала Клуба, а также в случае поступления жалоб (не менее двух) от других Членов Клуба на поведение данного Члена Клуба, причиняющего им дискомфорт.

3.2. Оформление

3.2.1. Перед заключением Договора Член Клуба вправе ознакомиться с Клубом. Консультирование Члена Клуба по видам и категориям членств и с условиями их приобретения, ознакомительную презентацию по Клубу проводит ответственный сотрудник Клуба в часы его работы.

3.2.2. Членство в Клубе приобретается путем акцепта Членом Клуба оферты, оплаты услуг по виду Клубной карты. Оформить Договор и приобрести Сопутствующие и Дополнительные услуги Член Клуба может одним из следующих способов: дистанционным способом на Сайте; в отделе продаж Клуба*; на ресепции Клуба; через Официальное сообщество Клуба, через мобильное приложение * и другими, предусмотренными законом способами. Стоимость, порядок оплаты, отдельные условия Договора на предоставление Основных, Сопутствующих и Дополнительных услуг могут отличаться в зависимости от места оформления Договора.

3.2.3. Настоящие Правила Клуба являются неотъемлемой частью любого Договора, заключаемого Клубом с Членом Клуба, и принимаются Членом Клуба путем присоединения к ним в целом в момент его заключения. Акцепт Договора означает безусловное согласие Члена Клуба с настоящими Правилами Клуба.

3.2.4. В силу статьи 429.4. Гражданского Кодекса Российской Федерации Договор с Членом Клуба является договором с исполнением по требованию (абонентским договором). Член Клуба вносит платеж по Договору за право требовать от Клуба предоставления, предусмотренного Договором и видом Клубной карты исполнения в затребованных Членом Клуба количестве или объеме, определяемых Членом Клуба самостоятельно. Если Член Клуба, которому, согласно Договору, должны предоставляться услуги, не затребовал соответствующее исполнение по Договору от Клуба, услуги считаются предоставленными в надлежащем качестве и объеме (т.е. независимо от фактического посещения Клуба Членом Клуба).

3.2.5. Срок действия любого Договора с Членом Клуба, период предоставления услуг, стоимость и порядок оплаты услуг указываются при оформлении. Услуги оказываются по адресу фактического нахождения Клуба.

3.2.6. С согласия Клуба и по установленным последним Правилам Клуба, Член Клуба вправе оформить частичную или полную переуступку права по Договору третьему лицу (если это предусмотрено условиями Договора и до окончания срока его действия осталось не менее 31 дня), приостановить действие Договора путем его «заморозки» (если это предусмотрено условиями Договора). Переоформленное Членство в последующем не может быть переоформлено на другое лицо. Переоформление годового Членства возможно не позднее, чем за 3 (три) месяца до окончания срока его действия. Переоформление полугодового Членства возможно не позднее, чем за 45 (сорок пять) дней до окончания срока его действия. О желании оформить частичную или полную переуступку по Договору третьему лицу, Член Клуба должен сообщить путем направления письменного заявления на адрес Клуба почтовым отправлением. Срок рассмотрения заявления, направленного Членом Клуба 30 (тридцать) календарных дней, с даты получения данного заявления Клубом.

3.2.7. В соответствии со ст. 6 Федерального закона «О персональных данных» Оператор в период с момента заключения Договора с Членом Клуба/иным акцептантом и до момента достижения цели обработки персональных данных обрабатывает данные Члена Клуба/иного акцептанта, в том числе, персональные биометрические данные Члена Клуба с использованием средств автоматизации или без использования таких средств. Под обработкой данных понимается: любое действие (операция) или совокупность действий (операций), совершаемые с использованием средств автоматизации или без использования таких средств с персональными данными, в том числе биометрическими персональными данными, предоставленными Членом Клуба, включая сбор, запись, систематизацию, накопление, хранение, уточнение (обновление, изменение), использование, передачу (предоставление и доступ), обезличивание, блокирование, удаление, уничтожение персональных данных; согласие на обработку персональных данных, в том числе биометрических персональных данных действует со дня подписания настоящего согласия субъекта персональных данных и до исполнения Сторонами обязательств по Договору, либо в случае отзыва субъектом персональных данных согласия на обработку его персональных данных, направленного на адрес электронной почты: kolpinofc@outlook.com, в сроки,

установленные п.п. 5 ст.21 Федерального закона от 27 июля 2006 г. № 152-ФЗ «О персональных данных». Настоящим Член Клуба дает свое согласие на обработку персональных данных, разрешенных для распространения, без запретов и условий на обработку персональных данных, а именно: использовать его фото изображение и/или видео изображение путем включения в изображения и/или аудиовизуальные произведения, создаваемые Клубом, которые могут быть обнародованы и/или использованы на Сайте Клуба, в Официальном сообществе Клуба, в иных официальных группах (сообществах и т.п.) социальных сетей в Интернете, а так же путем сообщения в эфир по кабелю в Клубе.

3.2.8. Член Клуба/иной акцептант несет полную ответственность за достоверность указанного им при заключении Договора с Клубом адреса электронной почты, а также номера мобильного телефона, подтверждает, что по указанному номеру отсутствует блокировка на входящие СМС-сообщения с буквенных адресатов, а также несет самостоятельную ответственность за ущерб, причиненный третьим лицам в результате сообщения Членом Клуба/иным акцептантом недостоверных сведений.

3.2.9. В случае изменения номера мобильного телефона и/или адреса электронной почты, Член Клуба/иной акцептант обязуется незамедлительно устно и не позднее 3 (трех) календарных дней, с момента такого изменения письменно путем оставления заявления в Клубе сообщить новый номер мобильного телефона и/или адрес электронной почты. В случае возникновения у Клуба сомнений в достоверности и точности, ранее полученных от Члена Клуба/иного акцептанта данных Член Клуба/иной акцептант обязан в течение 10 (десяти) рабочих дней с момента получения уведомления от Клуба представить доказательства (информацию, документы), подтверждающую действительность таких данных.

3.2.10. Член Клуба/иной акцептант дает согласие на получение сообщений уведомительного и рекламного характера, не касающихся хода исполнения Договора с Клубом, оказания Основных, Сопутствующих и Дополнительных услуг, на номер мобильного телефона и адрес электронной почты, указанные при заключении Договора, а также по адресам контактов, размещенных им в сети Интернет (в том числе, но не ограничиваясь, персональными страницами в социальных сетях). Член Клуба/иной акцептант вправе отозвать данное согласие и отказаться от получения сообщений.

3.2.11. Член Клуба обязан самостоятельно знакомиться с информацией, размещаемой на Сайте и в Официальном сообществе. Клуб не несет ответственности за неполучение Членом Клуба информации, если она была своевременно размещена Клубом одним из указанных ниже способов. Член Клуба может самостоятельно получить информацию, позвонив по телефону Клуба в часы его работы.

3.2.12. Заявления, уведомления, сообщения, извещения, требования или иные юридически значимые сообщения, в том числе о дате открытия отдельных зон Клуба, считаются надлежащим образом направленными Клубом Члену Клуба, с момента размещения соответствующей информации на Сайте Клуба, в Официальном сообществе Клуба, информационных стендах на территории Клуба, а равно направления сообщения на адрес электронной почты и/или СМС на абонентский номер оператора мобильной связи, указанные Членом Клуба при выборе Клубной карты и акцепте Оферты - на выбор Клуба, а Член Клуба, соответственно, получившим такое юридически значимое сообщение в связи с вышеуказанными обстоятельствами, по вопросам исполнения настоящего Договора и/или работы Клуба и/или в связи с ними.

3.3. Приостановление срока оказания услуг (заморозка), продление Абонемента

3.3.1. В случае если заморозка предусмотрена Договором и видом Клубной Карты, Член Клуба вправе по письменному заявлению (по форме Клуба), путем обращения на телефонную линию Клуба по номеру телефона, указанного на Сайте Клуба, либо самостоятельно через личный кабинет на сайте Клуба *, временно приостановить срок оказания услуг по виду Клубной карты. Заявление в Клуб должно быть передано на имя Администрации Клуба не позднее, чем за один день до заявляемого срока приостановки.

Минимальный срок единовременной заморозки услуг по виду Клубной карты не может быть менее 7 (семи) календарных дней. Общий срок (суммарное количество дней) заморозки в течение всего срока действия Абонемента не может превышать указанного в Договоре числа дней.

При пользовании Членом Клуба права на Заморозку, срок оказания услуг по виду Клубной карты сдвигается пропорционально количеству фактически использованных дней заморозки. Исключение составляют случаи, когда Член Клуба в период действия заморозки начал пользоваться услугами по виду Клубной карты ранее истечения минимального количества дней единовременно используемой заморозки, предусмотренного настоящими Правилами Клуба. В таких случаях заявление на заморозку автоматически отменяется и перенос срока оказания услуг по виду Клубной карты не производится.

В случае если Член Клуба не уведомил Клуб о приостановке действия услуг по виду Клубной карты в установленном порядке и не посещает Клуб, то услуги за период, в который Член Клуба не посещал Клуб, считаются выполненными в полном объеме и надлежащего качества без компенсации неиспользованного времени. Члену Клуба следует самостоятельно контролировать остаток дней заморозки.

Член Клуба лишается права использовать неиспользованное количество дней заморозки, если такое количество дней меньше минимального количества дней одновременно используемой заморозки, установленного настоящими Правилами Клуба, а также в случае окончания срока действия Абонемента.

Приостановление членства, не используемое в течение срока действия вида Клубной карты, не заменяется денежной компенсацией и не переносится на другую Клубную карту.

Дополнительная услуга «Заморозка» может предоставляться Члену Клуба после ее оплаты на рецепции Клуба в размере, предусмотренном действующим Прейскурантом Клуба. Право Члена Клуба на использование платной заморозки прекращается по истечении периода оказания услуг.

3.3.2. Продление срока оказания услуг по виду Клубной карты (абонемента).

3.3.2.1. По согласованию с Администрацией Клуба возможно продление действия полугодового и годового Договора в связи с травмами и тяжелыми заболеваниями Члена Клуба, возникшими во время действия Договора. В том случае Члену Клуба необходимо обратиться в Клуб с заявлением в письменном виде на имя Администрации Клуба с просьбой о рассмотрении возможности продления срока действия Абонемента, с обязательным указанием основания и представить Клубу следующие подтверждающие документы (в копиях):

Для подтверждения факта травмы/заболевания:

- работающему Члену Клуба - больничный лист (копию, заверенную работодателем),
- несовершеннолетнему посетителю, не работающему Члену Клуба - справку с печатями учреждения здравоохранения, установленной формы.

Для подтверждения количества дней, запрашиваемых по продлению Клубного Членства:

- больничный лист/ справку (выписной эпикриз) с указанием точного диагноза, сроков лечения.

Заявление и подтверждающие документы должны быть представлены Членом Клуба в течение 14 дней, с момента выдачи медицинского документа, подтверждающего выздоровление Члена Клуба.

Рекомендации, в том числе к занятиям лечебной физкультурой, на период восстановления/реабилитации после травм/ заболеваний, не являются противопоказаниями к посещению Клуба и к продлению Клубного Членства.

Максимальный срок продления действия полугодового и годового Договора, в связи с травмами и тяжелыми заболеваниями Члена Клуба, возникшими во время действия Договора, предоставляемый по согласованию с Администрацией Клуба, не более 90 календарных дней.

3.3.2.2. По согласованию с Администрацией Клуба возможно продление действия полугодового и годового Вида Клубной карты в связи с беременностью и родами Члена Клуба. Продление действия Членства для беременных осуществляется при:

- Наличие справки от врача, установленной формы и с указанием срока беременности и предполагаемой даты родов;
- Наличие письменного заявления от Члена Клуба на имя Администрации Клуба;
- Наличие справки о противопоказании физических нагрузок. При наступлении беременности и по заявлению Члена Клуба Членство в Клубе может быть продлено на срок до 90 (девяноста) календарных дней (на период беременности – 30 календарных дней до предполагаемой даты родов и послеродовой период - 60 календарных дней), при предоставлении Членом Клуба свидетельства о рождении ребенка.

4. Правила пребывания в Клубе

4.1. Страхование от несчастных случаев

Клуб настоятельно рекомендует, а Член Клуба вправе заключить от своего имени и за свой счет в качестве страхователя и выгодоприобретателя Договор добровольного страхования от несчастных случаев и причинения вреда жизни и здоровья.

4.2. Часы работы Клуба и оказания услуг

Режим работы Клуба указан на информационных стендах в Клубе, сообщается в описании Клуба на Сайте, доводится до сведения посетителя при заключении Договора. Администрация Клуба вправе самостоятельно устанавливать режим работы Клуба и оставляет за собой право на его изменение в одностороннем порядке, вправе самостоятельно определять, в какие нерабочие праздничные дни из перечня установленных законодательством нерабочих праздничных дней Клуб не осуществляет свою работу.

Занятия в Клубе необходимо завершить за 20 минут до окончания работы Клуба и покинуть Клуб не позднее установленного времени окончания работы Клуба или времени, предусмотренного видом Вашей Клубной Карты, в зависимости оттого, что наступает ранее. Вход в Клуб до его открытия и за 45 минут до закрытия Клуба, либо окончания режима посещения, предусмотренного Видом Клубной карты, запрещается.

Члены Клуба и Несовершеннолетние посетители могут находиться в помещении Клуба в рамках временного диапазона, предусмотренного видом Клубной Карты. В случае нахождения на территории Клуба за пределами,

установленными Видом Клубной карты, такое посещение оплачивается исходя из стоимости разового визита по действующему Прейскуранту Клуба на дату факта.

Если Член Клуба и/или Несовершеннолетний посетитель, которому, согласно Договору, должны предоставляться услуги, не воспользовался имеющимся правом по Договору, услуги считаются предоставленными в надлежащем качестве и объеме (т.е. независимо от фактического посещения Клуба Членом Клуба).

Отношения, не урегулированные Договором, регулируются в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации.

Клуб может изменять часы работы и в случаях технической или иной необходимости, а также обстоятельств, не зависящих от Клуба, временно закрывать помещения и/или зоны Клуба (отдельные тренировочные территории и пр.), а также весь Клуб целиком, в том числе для проведения профилактических, ремонтно-восстановительных или аварийных работ и мероприятий, без выплат любого рода компенсаций. Клуб вправе ограничить доступ к оборудованию, вышедшему из строя и требующему замены или проведения ремонтно-восстановительных работ.

Клуб не несет ответственность за неоказание услуг и/или неудобства, связанные с проведением городскими (районными) службами сезонных и/или профилактических и/или ремонтно-строительных и/или аварийных ремонтно-восстановительных работ и/или вследствие действия обстоятельств непреодолимой силы.

О невозможности оказывать услуги по Видам Клубных Карт полностью или частично, Клуб информирует Члена Клуба и/или Несовершеннолетнего Посетителя путем размещения соответствующей информации на рецепции (входных дверях) Клуба и/или на официальном Сайте Клуба в сети Интернет, в течение 1 (Одного) календарного дня с момента возникновения невозможности оказывать предусмотренные настоящим Договором услуги или с момента, когда Клубу стало известно, что невозможность оказывать услуги в полном объеме возникнет в будущем.

Клуб вправе изменять режим работы отдельных зон и помещений, формировать расписание занятий, вносить изменения в расписание занятий, о чем обязуется уведомить Члена Клуба путем размещения соответствующей информации о данных изменениях на Сайте Клуба в сети Интернет и/или в объявлениях на рецепции Клуба за 1 (один) календарный день до начала действия изменений. Следите за информацией на информационных стендах и рецепции Клуба.

4.3. Здоровье

4.3.1. Акцептом Договора Член Клуба заверяет и гарантирует, что в отношении него и/или Несовершеннолетнего посетителя, представителем которого он является, не установлено медицинских или иных противопоказаний, делающих нежелательным или невозможным посещение Клуба для занятий физкультурой и спортом, потребления иных услуг Клуба, в соответствии с перечисленными в Перечне противопоказаний (Приложение № 1 к настоящему Правилу Клуба) и полностью принимает на себя ответственность за состояние своего здоровья и состояние здоровья Несовершеннолетнего посетителя, представителем которого он является.

4.3.2. Член Клуба обязан самостоятельно контролировать состояние своего здоровья и здоровья Несовершеннолетнего посетителя, представителем которого он является, и сообщать сотрудникам Клуба о любых изменениях в состоянии своего здоровья и/или здоровья Несовершеннолетнего посетителя, которые могут повлиять на безопасность потребления услуг Клуба. Член Клуба обязан регулярно проходить медицинские обследования в целях обеспечения безопасности занятий физкультурой и спортом для его здоровья.

4.3.3. Клуб вправе запрашивать у Члена Клуба сведения об общем состоянии здоровья Члена Клуба/Несовершеннолетнего посетителя, отсутствии медицинских противопоказаний для занятий физкультурой и спортом и потребления иных услуг Клуба, подтверждающие безопасность потребления услуг Клуба Членом Клуба. Член Клуба до начала занятий должен предоставить сотрудникам Клуба заключение от терапевта или лечащего врача о возможности Члена Клуба заниматься физкультурой и спортом, оформленное надлежащим образом, свидетельствующее о том, что Член Клуба здоров и не представляет опасности для здоровья окружающих.

4.3.4. Члену Клуба необходимо уведомлять персонал Клуба о любых случаях ухудшения самочувствия, случившихся во время его пребывания в Клубе, а также воздержаться от посещения Клуба при возникновении/наличии у Члена Клуба медицинских противопоказаний, включая, но не ограничиваясь, возникновения острых инфекционных (в том числе кожных) заболеваний, наличия открытых ран, обострения хронических заболеваний, вплоть до момента полного выздоровления или снятия обострения хронических заболеваний. Клуб не несет ответственности за вред жизни или здоровью Члену Клуба, возникший в результате неисполнения Членом Клуба условий настоящего пункта. В случае ухудшения самочувствия Член Клуба обязан немедленно проинформировать об этом сотрудника Клуба, а при его отсутствии - любое находящееся рядом лицо. Члену Клуба, которому стало известно об ухудшении самочувствия другого Члена Клуба, рекомендовано незамедлительно самостоятельно вызвать выездную бригаду скорой медицинской помощи, позвонив на единый номер вызова скорой медицинской помощи, а также уведомить об этом любого сотрудника Клуба.

4.3.5. При наличии ограничений к занятиям физической культурой и спортом, подтвержденных заключением врача, Клуб имеет право, по просьбе Члена Клуба, разработать индивидуальную программу занятий на основании представленного Членом Клуба заключения лечащего врача и указанных в ней рекомендаций. В случае непредставления Членом Клуба медицинской справки или выписки из медицинской документации медицинского учреждения, оказывающего медицинскую помощь Члену Клуба на постоянной основе, содержащую рекомендации (заключение) врача по возможным допустимым физическим нагрузкам при занятии им физической культурой и спортом, Администрация Клуба вправе считать, что у Члена Клуба отсутствуют соответствующие противопоказания. Клуб не несет ответственности за вред жизни или здоровью Члена Клуба, возникший в результате неисполнения Членом Клуба условий настоящего пункта.

4.3.6. Клуб надлежащим образом информирует Членов Клуба и Несовершеннолетних посетителей о факторах риска и мерах по предупреждению травм и соблюдению требований безопасности посредством проведения его сотрудниками инструктажа по технике безопасности, путем размещения информационных табличек и сообщений на территории Клуба, знакомит Членов Клуба с основными рекомендациями при посещении всех зон Клуба.

Инструктаж по технике безопасности проводится инструктором/тренером Клуба при проведении тренировки, дежурным инструктором/тренером тренажерного зала *, зала групповых занятий, консультантом *, при оказании его услуг.

До начала потребления услуг Клуба Член Клуба обязан пройти инструктаж по технике безопасности. Прохождение Членом Клуба инструктажа по технике безопасности подтверждается подписью Члена Клуба в соответствующем журнале проведения инструктажа. В случае, если Член Клуба отказался от прохождения инструктажа по технике безопасности и/или отказался от предоставленного Клубом Стартового вводного инструктажа («вводный инструктаж»), в рамках которого также проводится инструктаж по технике безопасности, вне зависимости от причин неиспользования, Член Клуба самостоятельно несет риски, связанные с нарушением правил техники безопасности и не вправе заявлять, что ему не проводился инструктаж по технике безопасности. Клуб не несет ответственности за любые негативные последствия, вызванные неисполнением Членом Клуба техники безопасности и основных рекомендаций при посещении разных зон Клуба или нарушением правил пользования оборудованием Клуба. В процессе потребления услуг Клуба Член Клуба обязан соблюдать требования безопасности, санитарно-гигиенические требования и медицинские требования в целях обеспечения безопасности занятий физкультурой и спортом, безопасности потребления услуг Клуба для его здоровья.

4.3.7. Нарушение Членом Клуба настоящих Правил Клуба, наличие медицинских противопоказаний, выявленных у Члена Клуба после начала оказания услуг и послуживших основанием для временного прекращения оказания услуг, расценивается как отказ Члена Клуба от исполнения Договора. Администрация Клуба может прекратить/ограничить оказание услуг в случае, если действия Члена Клуба нарушают Правила Клуба.

Неисполнение Членом Клуба Правил Клуба и/или представление недостоверных сведений о состоянии здоровья, является введением Клуба в заблуждение, в результате чего последний не может обеспечить оказание услуг и освобождается от ответственности за вред, причиненный здоровью Члена Клуба.

Клуб принимает все необходимые меры для предотвращения наступления вреда жизни и/или здоровью Члена Клуба, вместе с тем, не несет ответственности за возможное ухудшение состояния здоровья Члена Клуба, вследствие обострения хронического заболевания, несоблюдения техники безопасности или несчастного случая. Член Клуба подтверждает, что информирован Клубом о медицинских противопоказаниях для получения услуг по виду Клубной карты и что на основании этой информации от Клуба и самостоятельно полученного заключения от врача, самостоятельно принял решение о возможности получения услуг, предоставляемых Клубом.

4.3.8. При беременности Члена Клуба и его личном желании посещать Клуб в период беременности, Член Клуба обязан представить справку из женской консультации о сроке, течении беременности и об отсутствии противопоказаний к занятиям (далее - Справка), либо с указанием определенной зоны и направления занятий в Клубе. Справка предоставляется Членом Клуба каждый триместр беременности. После истечения срока действия ранее предоставленной справки Член Клуба обязуется предоставить Клубу новую Справку. В период беременности Клуб настоятельно рекомендует Члену Клуба воспользоваться услугами только персонального тренера. В случае, если Член Клуба отказывается от Сопутствующих услуг персонального тренера в присутствии инструктора/тренера, самостоятельно продолжает посещать стандартные занятия и/или не представляет Справку, Клуб не несет ответственность за состояние здоровья Члена Клуба. Скрывая факт беременности от Клуба, продолжая посещать стандартные занятия в Клубе, Член Клуба снимает тем самым ответственность с Клуба и его сотрудников за тренировочный процесс и его последствия. Инструктор/тренер вправе не допустить Члена Клуба до участия в физкультурно-оздоровительном занятии, не предусмотренном для участия в период беременности.

В случае нежелания Члена Клуба продолжать заниматься в Клубе в период беременности, Клуб предоставляет Члену Клуба возможность продления Абонемент в соответствии с Правилами Клуба, строго при наличии у Члена Клуба Вида Клубной карты сроком действия 6 и 12 месяцев.

4.3.9. Клуб просит Вас внимательно относиться к состоянию Вашего здоровья. Во избежание получения физической травмы Член Клуба обязан соблюдать правила посещения всех зон Клуба и рекомендации инструкторов (сотрудников) Клуба. Правила посещения зон Клуба находятся в визуальном доступном для Члена Клуба месте (информационный стенд).

4.4. Допуск в Клуб.

На период получения услуг по виду Клубной карты для доступа в Клуб Члену Клуба оформляется Ключ, который одновременно является подтверждением Клубного Членства и пропуском в Клуб. В зависимости от вида доступа в Клуб Ключ может иметь вид пластиковой карты, браслет, брелок, ПИН код с идентификацией по фото * и т.д. и т.п. Клуб осуществляет идентификацию личности Члена Клуба через Ключ и привязанное к Ключу фотоизображение. Во всех случаях, акцепт Договора, означает согласие Члена Клуба на сбор, предоставление, хранение и обработку его персональных, биометрических и иных данных Клубом. Право потребления услуг по Договору, заключенному между Клубом и Членом Клуба имеет только Член Клуба.

В целях обеспечения безопасности Членов Клуба допуск в Клуб осуществляется через турникеты * путем гарантированной идентификации личности Члена Клуба с использованием Ключа. Член Клуба обязан предъявлять Ключ при каждом посещении Клуба.

Член Клуба обязан получить Ключ от Клуба до момента первого посещения Клуба. Ключ является собственностью Клуба, его стоимость не входит в стоимость Договора с Членом Клуба. В случае утери или повреждения Ключа его стоимость должна быть возмещена Клубу в размере, указанном в действующем Прейскуранте цен Клуба. В случае утери, повреждения, а также при отсутствии у посетителя Ключа при очередном посещении Клуба Член Клуба обязан приобрести у Клуба новый Ключ для получения Основных и/или Дополнительных и/или Сопутствующих услуг.

Для оформления Ключа Член Клуба обязан пройти фотографирование в отделе продаж Клуба/на рецепции Клуба, для привязки фотоизображения к Ключу. Представляемое Членом Клуба фотоизображение должно одновременно соответствовать следующим критериям: большую часть снимка должна занимать голова Члена Клуба; лицо должно быть изображено прямо (анфас); фотоизображение должно быть неретушированным; не должно быть парика, головного убора, темных очков и других аксессуаров, затрудняющих точную идентификацию; изображение Члена Клуба на фотографии должно соответствовать его повседневному внешнему виду.

4.4.1. Клуб имеет право:

Запросить у Члена Клуба предъявить Ключ для его проверки, по окончании которой, работник Клуба незамедлительно возвращает Ключ Члену Клуба;

В случае непредъявления или отказа от передачи Ключа для проверки сотруднику Клуба, последующего непредъявления документа, удостоверяющего личность Члена Клуба, Клуб вправе отказать Члену Клуба в посещении Клуба, в связи с невозможностью идентификации посетителя, как Члена Клуба, при этом такой отказ не влечет для Клуба каких-либо негативных последствий и не является нарушением или отказом от исполнения настоящего Договора со стороны Клуба;

В случае невозможности или затруднительности идентифицировать личность Члена Клуба по Ключу, либо при отсутствии Ключа, Клуб имеет право запросить у Члена Клуба документ, удостоверяющий личность.

В случае, если Ключ будет использован для потребления услуг Клуба третьим лицом, не имеющим права потребления таких услуг (в том числе в случае утери или кражи Ключа), все услуги, потребленные по Ключу Члена Клуба до момента фиксации сообщения об утере, признаются потребленными Членом Клуба лично и должны быть оплачены им.

Клуб вправе трактовать использование третьим лицом Ключа Члена Клуба как волеизъявление последнего на приобретение разового визита в Клуб для такого третьего лица. В таком случае Член Клуба обязан оплатить стоимость разового визита в Клуб для такого третьего лица, а также все иные услуги, потребленные таким лицом.

4.4.2. Член Клуба обязан

Обеспечить сохранность Ключа и не передавать Ключ третьим лицам. Передача Ключа третьим лицам строго запрещена.

Член Клуба обязан предъявлять Ключ при каждом посещении Клуба сотруднику рецепции Клуба, осуществляющему фиксацию входа и начала посещения Клуба. Сотрудник рецепции Клуба осуществляет идентификацию личности Члена Клуба через Ключ и привязанное к нему фотоизображение. Член Клуба обязан фиксировать выход из Клуба, так как при отсутствии фиксации Членом Клуба выхода из Клуба, у Клуба возникает право на получение оплаты дополнительного времени пребывания Члена Клуба в Клубе. При завершении посещения Клуба Член Клуба обязан самостоятельно осуществить фиксацию выхода и окончания посещения Клуба, приложив Ключ к турникету *, работающему на выходе из Клуба.

Член Клуба разрешает использовать его изображение и/или видеоизображение путем включения в изображения и/или аудиовизуальные произведения, создаваемые Клубом, которые могут быть обнародованы и/или

использованы на Сайте (в том числе в онлайн-трансляциях Клуба), в официальных группах (сообществах и т.п.) социальных сетей в Интернет, а также путем сообщения в эфир в Клубе.

В случае утери или кражи Ключа немедленно сообщить об этом в Клуб.

В случае утраты или порчи Ключа, предоставить письменное заявление об утрате Ключа и выдаче нового Ключа, оплатить технические работы по повторному изготовлению Ключа, в соответствии с действующим Прейскурантом Клуба. В момент приобретения/получения нового Ключа Член Клуба обязан вновь пройти фотографирование в отделе продаж Клуба/на рецепции Клуба/у консультанта по продажам, для привязки фотозображения к новому средству идентификации.

4.5. Ваше первое посещение Клуба

При первом посещении Клуба Член Клуба обязан:

- иметь при себе документ, удостоверяющий личность, Ключ;
 - пройти Стартовый вводный инструктаж («вводный инструктаж») - ознакомительное посещение для всех Клиентов Клуба, которые ранее не были Членами Клуба, включающее в себя инструктаж по технике безопасности. Ознакомление проводится в зонах Клуба в зависимости от вида Клубной карты.
 - ознакомиться с программами и расписанием групповых занятий, предлагаемых в Клубе;
 - до начала занятий в Клубе ознакомиться с настоящими Правилами Клуба, Перечнем противопоказаний к занятиям в Клубе (Приложением № 1 к Правилам Клуба), Правилами безопасности (Приложение № 2 к Правилам Клуба), включающими в себя правила посещения зон Клуба, правила пользования Инфраструктурой Клуба, правила посещения групповых занятий, а также правилами пользования тренажерами, иным спортивным оборудованием и инвентарем, инструкцией по технике безопасности их использования, пройти инструктаж по технике безопасности. Ознакомиться с Правилами, которые являются обязательными для исполнения всеми Членами Клуба, Член Клуба может лично на странице Клуба в сети Интернет, в уголке потребителя, на информационном стенде. Членам Клуба необходимо соблюдать Правила безопасности и общепринятые правила личной гигиены и воздерживаться от занятий при наличии медицинских противопоказаний.
- Член Клуба всегда может обратиться за помощью или с вопросом к сотрудникам Клуба.

4.6. Хранение и порядок пользования отдельным имуществом Исполнителя

При входе в Клуб следует надевать бахилы* или менять уличную обувь на обувь, не используемую на улице.

На время фактического пребывания в Клубе верхнюю одежду и головные уборы Член Клуба вправе самостоятельно разместить в открытом гардеробе Клуба *, расположенном возле стойки администраторов Клуба. Верхняя одежда и головные уборы, а также, какие-либо вещи, помещенные в верхнюю одежду и/или в головной убор, не считаются переданными Клубу и принятыми Клубом на хранение, и Клуб не несет за них ответственность.

Если иное не предусмотрено Правилами Клуба, на время фактического пребывания в Клубе в целях пользования Услугами, Члену Клуба на безвозмездной основе может предоставляться право использовать один шкафчик в раздевалке, которая соответствует полу Члена Клуба. Исключение составляют Несовершеннолетние посетители в возрасте до 7 лет, для которых могут быть организованы специальные места для переодевания *. В случае посещения Клуба с одним из родителей и/или с сопровождающим лицом Несовершеннолетние посетители в возрасте до 7 лет пользуются раздевалкой, соответствующей полу родителя и/или сопровождающего лица.

Шкафчики в раздевалках предназначены для хранения предметов одежды, обуви, которые необходимы Члену Клуба до начала, на время и после окончания пользования Услугами, а также косметических средств и прочих личных недорогостоящих вещей, которые могут понадобиться Члену Клуба в связи с использованием Услугами, или непосредственно до, на время или после их окончания, если иное не предусмотрено Правилами.

Шкафчики в раздевалках не предназначены для хранения вещей, выполненных из драгоценных металлов, камней и/или из дорогостоящих материалов, в том числе, но не ограничивая: часов, украшений и прочих аналогичных предметов, технически сложных и/или электронных устройств, средств связи, и/или иных ценных, значимых и/или памятных личных вещей, в том числе денег, иных валютных ценностей, ценных бумаг и других драгоценных вещей.

В Клубе могут быть оборудованы шкафчики-ячейки, которые предназначены для хранения на безвозмездной основе следующих недорогостоящих вещей на общую стоимость всех одновременно находящихся в шкафчике-ячейке вещей не более пятидесяти тысяч рублей: украшения, часы, телефоны и прочие технически сложные и/или электронные устройства, механизмы, сумочки, портмоне, кошельки и/или подобные предметы.

В целях обеспечения сохранности помещаемых в шкафчики вещей, Член Клуба обязан каждый раз закрывать его с использованием установленного в шкафчике запирающего устройства и ключа, выдаваемого на стойке администраторов Клуба, и убедиться, что запирающее устройство сработало, шкафчик закрыт. Вещи, находящиеся в незакрытых с применением встроенных запирающих устройств шкафчиках, не считаются помещенными в специальное место для их хранения в Клубе.

Если иное не предусмотрено Правилами Клуба/Договором/Клубом перед тем, как покинуть Клуб Член Клуба обязан:

- освободить шкафчик от всех вещей, вернуть на стойку администраторов Клуба ключ от шкафчика;
- забрать в гардеробе верхнюю одежду и/или головные уборы.

Если иное не установлено Клубом, ежедневно после окончания времени работы Клуба все шкафчики открываются Клубом и/или уполномоченными им лицами в целях проведения санитарной обработки, и в случае выявления в них вещей, освобождает от них. Вещи, обнаруженные в гардеробе и/или шкафчиках, которые не закрыты с использованием предусмотренных запирающих устройств, и/или обнаружены после окончания времени работы Клуба, признаются Клубом бесхозными.

Клуб не принимает на хранение и не предоставляет индивидуальные сейфы для хранения денег, иных валютных ценностей, ценных бумаг и других драгоценных или дорогостоящих вещей.

4.7. Порядок оказания Основных и Дополнительных услуг

Клуб оказывает услуги Члену Клуба только в том объеме и в те часы, которые предусмотрены приобретенным им Видом Клубной карты. Член Клуба обязан самостоятельно контролировать и соблюдать объем и часы посещения Клуба, предусмотренные его Видом Клубной карты, и не допускать их нарушения. Член Клуба до начала следующего посещения Клуба обязан оплатить дополнительное время пребывания в Клубе, которое выходит за пределы установленного режима работы Клуба и/или не входит в стоимость Вида Клубной карты, проведенное им в текущее посещение.

Стоимость дополнительного времени пребывания в Клубе, по стоимости - Разовое посещение, указана в действующем Прейскуранте Клуба. Стоимость дополнительного времени пребывания начинается автоматически рассчитываться с момента, когда пребывание Посетителя в Клубе выходит за временные рамки режима посещения, установленного Видом Клубной карты, или за рамки режима работы Клуба. Расчет стоимости дополнительного времени пребывания заканчивается в момент фиксации выхода Члена Клуба. Стоимость потребленного дополнительного времени автоматически записывается как долг Члена Клуба за потребленную Сопутствующую услугу.

4.8. На всей территории Клуба Членам Клуба запрещается:

- Оставлять без присмотра Несовершеннолетних посетителей в возрасте до 13 лет на территории Клуба, в том числе в раздевалках;
- Курить, или использовать какие-либо курительные приборы, устройства, приспособления, средства, имитирующие процесс курения (электронные сигареты, кальяны, вапорайзеры и т. п.), находиться в нетрезвом состоянии, употреблять спиртные напитки, наркотические вещества и запрещенные медикаменты, а также при наличии остаточных явлений алкогольного опьянения;
- Приводить с собой в Клуб животных;
- Находиться в тренировочных зонах в верхней одежде, уличной обуви;
- Оставлять собственный инвентарь на хранение в Клубе без предварительной договоренности с Администрацией Клуба;
- Самостоятельно менять температурный режим, уровень освещения, направленность телевизионных панелей и громкость звукового сопровождения;
- Самостоятельно пользоваться музыкальной и другой аппаратурой Клуба, в т.ч. включать и демонстрировать аудио-, видео- и иные произведения с использованием /применением любых носителей и/или оборудования в помещениях Клуба. Администрация Клуба оставляет за собой право на выбор произведений, транслирующихся в помещениях Клуба;
- Передвигать тренажеры, выносить штанги и гантели из зоны свободных весов, выносить из зон/студий/залов оборудование, предназначенное для занятий;
- Принимать пищу в местах, предназначенных для занятий, в зонах отдыха и раздевалках;
- Использовать стеклянную посуду для напитков на территории Клуба;
- Тренироваться в зонах/залах во время технического перерыва, используемого сотрудниками Клуба для установки и демонтажа специального оборудования;
- Входить на территорию, предназначенную для служебного пользования, за исключением случаев, когда имеется специальное разрешение;
- Во время занятий запрещено перемещаться по залу, если Вы не участвуете в тренировочном процессе данного занятия, использовать во время занятия собственные методики тренировок, собственную хореографию;
- Вставать в обуви на коврики, предназначенные для тренировок на полу, находиться в обуви на специальном покрытии в зале единоборств;
- Выносить из зала спортивный инвентарь и оборудование;
- Использовать мобильные телефоны во время занятий.

- Посещать зоны раздевалок Клуба, не соответствующие половой принадлежности Члена Клуба, указанной в документе, удостоверяющем личность Члена Клуба;
- Совершать любые действия сексуального, интимного характера;
- Оставлять на территории помещений Клуба свои транспортные средства: велосипеды, самокаты и т.д.;
- Совершать акты дефекации, мочеиспускания, сморкаться, за исключением зоны туалетных комнат;
- Препятствовать соблюдению режимов уборки и/или проветривания помещений Клуба;
- Приносить и/или пользоваться в помещениях Клуба электробытовыми нагревательными приборами;
- Употреблять нецензурные выражения, проявлять агрессию, высказывать оценочные суждения в адрес других Членов Клуба и/или сотрудников и руководства Клуба (в том числе, не ограничиваясь: в отношении сотрудников и руководства о профессиональной непригодности, уровне подготовки, компетенции, полномочиях, внешнем виде и т.д.), провоцировать и/или участвовать в драке, совершать любые иные противоправные действия, а равно действия, нарушающие общественный порядок, угрожающие жизни и здоровью, имуществу, затрагивающие честь и достоинство любых лиц, находящихся на территории Клуба, включая сотрудников и руководство Клуба, создавать дискомфорт другим членам Клуба, оказывать давление на сотрудников и руководства Клуба различными способами (угрозы, шантаж и т.д.);
- Использовать помещения Клуба и прилегающие территории в политических и/или религиозных целях, в том числе, ноне ограничиваясь, для проведения собраний, митингов, пикетов, отправления обрядов;
- В период беременности посещать фитнес-тренировки, не разрешенные для беременных;
- Самостоятельно заниматься в зонах/студиях/залах, предназначенных для организации физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятий, во время технического перерыва, используемого сотрудниками Клуба для уборки или установки, демонтажа оборудования, инвентаря;
- На территории Клуба запрещается проводить фото- и видеосъемку без предварительного согласования с Администрацией Клуба, а также проводить фото- и видеосъемку других Членов Клуба и/или сотрудников Клуба с дальнейшим обнародованием и использованием полученных изображений без их согласия (ст. 151.1 ГК РФ). В случае нарушения данного условия Членом Клуба, Клуб оставляет за собой право расторгнуть с таким Членом Клуба договор в одностороннем порядке.
- Сбирать и/или распространять любыми способами персональные данные и/или информацию о частной жизни других Членов Клуба и/или сотрудников Клуба;
- Оказывать какие-либо услуги, выполнять работы, осуществлять продажу товаров, осуществлять маркетинговую, консультационную, коммерческую и предпринимательскую деятельность (в том числе услуги персонального тренинга), без письменного согласия Клуба, оформленного посредством заключения договора на оказания услуг между Клубом и Членом Клуба.
- В связи с угрозой возникновения негативных последствий для жизни и здоровья как самого Члена Клуба, так и других Членов Клуба/Несовершеннолетних посетителей, Члену Клуба запрещено самостоятельно оказывать на территории Клуба физкультурные, спортивные и иные услуги, включая, но не ограничиваясь: составлять тренировочные программы и программы питания, оказывать консультационную и иную помощь другим Членам Клуба во время тренировочного процесса, контролировать или принимать участие в тренировочном процессе других Членов Клуба за исключением услуг, оказываемых в рамках дополнительных договоров, заключенных им с Клубом.
- Члену Клуба запрещено пользоваться любыми услугами, оказываемыми другими Членами Клуба на территории Клуба, в связи с угрозой возникновения негативных последствий для его жизни и здоровья, за исключением услуг, оказываемых данному Члену Клуба третьим лицом, осуществляющим предпринимательскую деятельность на территории Клуба в соответствии и на основании заключенных с Клубом гражданско-правовых сделок.
- На всей территории Клуба Членам Клуба/Гостям Клуба/Несовершеннолетним посетителям запрещена: пропаганда либо публичное демонстрирование нацистской атрибутики или символики, либо атрибутики или символики экстремистских организаций, либо иных атрибутики или символики, пропаганда либо публичное демонстрирование которых запрещены федеральными законами; пропаганда нетрадиционных сексуальных отношений и (или) предпочтений, либо смены пола, выразившаяся в распространении информации и (или) совершении публичных действий.
- Запрещено проведение любых публичных акций, несогласованных с Администрацией Клуба. Под публичными акциями понимается также распространение разного рода листовок, проведение рекламных кампаний, видео- и/или фотосъемка данных акций.

4.9. Этикет в Клубе

При входе в Клуб следует надевать бахилы* или менять уличную обувь на обувь, неиспользуемую на улице. Члены Клуба обязаны соблюдать чистоту и нормы гигиены во всех помещениях Клуба.

4.9.1. Форма одежды

4.9.1.1. Для тренировок в Клубе необходимо иметь чистую, предназначенную для этого закрытую специальную спортивную обувь и одежду. Верхняя и нижняя части тела, интимные места, должны быть закрыты (используйте футболки, майки, спортивные брюки, шорты, кроссовки), обувь с закрытым носком и пяткой. В целях безопасности, запрещается тренироваться босиком, в пляжных или домашних тапочках и т.п., исключения составляют специальные групповые занятия, а также занятия в зоне единоборств.

4.9.1.2. Во избежание травматизма на групповых или индивидуальных занятиях по различным видам единоборств - необходима специальная форма одежды и специальные атрибуты, в соответствии с направлением тренировки.

4.9.1.3. Перед занятиями не рекомендуется использовать средства, имеющие резкий запах. Одежда для тренировок должна быть чистая и опрятная. Не допускается использование одежды с атрибутикой или символикой, запрещенной законом или схожими с таковой до степени смещения.

4.9.1.4. Нахождение посетителей Клуба в тренировочных зонах в верхней одежде и уличной обуви, а также в джинсах - не допускается.

4.9.2. Личная гигиена

Необходимо соблюдать общие нормы гигиены. Член Клуба обязан соблюдать правила личной гигиены при посещении Клуба.

4.9.2.1. Члену Клуба запрещается в тренировочных зонах использовать косметическую продукцию с запахом, парфюмерию, маски, скрабы, мази, крема, настойки, масла и другие остро пахнущие жидкости и средства, портящие или загрязняющие оборудование и отделку помещений Клуба (глина, мед и др.).

4.9.2.2. Членам Клуба на территории Клуба запрещается бриться, делать эпиляцию и другие подобные процедуры.

4.9.2.3. Рекомендуется использовать на территории Клуба для напитков закрывающиеся емкости (спортивные питьевые бутылки).

4.9.2.4. В целях гигиены при посещении тренажерного зала обязательно использовать полотенце, открытые части тела не должны соприкасаться с тренажерами.

4.9.3. Соблюдение тишины

На территории Клуба соблюдайте правила поведения. Запрещается громко и агрессивно разговаривать, использовать ненормативную лексику и делать все, что может помешать окружающим Вас Членам Клуба и сотрудникам Клуба. Клуб стремится обеспечить спокойную обстановку для своих Членов.

4.9.4. Музыка в Клубе

Многие Члены Клуба любят слушать музыку во время занятий. В Клубе предусмотрено наличие музыкального оборудования *. Выбор произведений для музыкального сопровождения и громкость воспроизведения осуществляется Администрацией Клуба. К сожалению, невозможно, чтобы музыкальное сопровождение нравилось всем Членам Клуба. Если общее музыкальное сопровождение Вам мешает, Вам следует при себе иметь портативный проигрыватель с наушниками и пользоваться им по мере необходимости.

5. Особенности оказания услуг в тренировочных зонах Клуба (тренажерный зал, залы групповых занятий, зал единоборств)

Члену Клуба не рекомендуется посещать тренировочные зоны в следующих случаях:

- при малейшем недомогании в связи с угрозой возникновения негативных последствий для его жизни и здоровья;
- натошак в связи с риском наступления гипогликемической реакции организма;
- при наличии инфекционных, остро- респираторных и кожных заболеваний - это опасно для Вашего здоровья и для здоровья окружающих.

Сотрудник Клуба вправе не допускать Члена Клуба в тренировочные зоны при наличии оснований полагать, что у Члена Клуба имеются признаки заболевания, а также, если его состояние (в том числе психическое) может угрожать жизни и здоровью других Членов Клуба.

Член Клуба вправе пользоваться Инфраструктурой Клуба только с разрешения и в присутствии сотрудника Клуба.

Помещения Клуба используются Клубом в соответствии со следующим приоритетом:

1. Проведение групповых занятий с Членами Клуба;
2. Проведение сотрудниками Клуба персональных тренировок для Членов Клуба;
3. Самостоятельное использование помещений Членами Клуба *.

Исполнитель вправе занять любое помещение Клуба, в том числе любое оборудование/инвентарь, для проведения индивидуальных/групповых занятий, мастер-классов, мероприятий или соревнований. Член Клуба обязан освободить Помещение или оборудование/инвентарь Клуба по просьбе сотрудника Клуба.

5.1. Тренажерный зал

5.1.1. Перед началом занятий в тренажерном зале необходимо пройти первичный инструктаж у дежурного инструктора/тренера * и ознакомиться с правилами пользования тренажерным залом.

5.1.2. Напоминаем Вам, что каждую тренировку обязательно начинайте с разминки. Общая разминка в начале тренировки подготовит организм к последующим физическим нагрузкам. Разминке должны быть подвергнуты, по возможности, все группы мышц, связок, суставов, а также органов и систем, которые будут задействованы в ходе Вашего физкультурного занятия, в том числе (но не только) сердечно-сосудистая система. Отсутствие или недостаточная разминка перед занятием физкультурой, равно как и чрезмерно интенсивная разминка могут повысить опасность травм и неблагоприятно сказаться на здоровье.

5.1.3. Перед началом занятий на тренажерах настоятельно рекомендуется ознакомиться с инструкцией данного тренажера и следовать инструкции по технике безопасности.

5.1.4. Перед началом упражнения Член Клуба обязан убедиться, что используемое оборудование/тренажер находится в исходном безопасном и/или выключенном состоянии, отсутствуют посторонние предметы, которые могут повлиять на его безопасное использование, надлежащим образом закреплены крепежи и дополнительное оборудование на тренажере.

5.1.5. Если Вы используете оборудование более одного подхода, будьте внимательны к тем людям, которые хотели бы воспользоваться тем же оборудованием. Если Вы заметили, что кто-то ждет, когда Вы закончите упражнения, первым предложите заниматься вместе - делать подходы по очереди. Большинство ожидают от Вас предложения потренироваться на оборудовании во время Вашей передышки.

5.1.6. Члену Клуба запрещено использовать тренажеры, оборудование Клуба не по назначению, резервировать тренажеры, оборудование в тренировочных зонах, в том числе оставляя на них полотенце или личные вещи. При выполнении упражнений с отягощением, в том числе базовых (становая тяга, приседания и т.п.) рекомендуется пользоваться атлетическим поясом *, а при необходимости - специализированной одеждой, обувью, снаряжением.

5.1.7. Члены Клуба могут тренироваться самостоятельно или пользоваться услугами инструкторов/тренеров и персональных инструкторов/тренеров Клуба.

5.1.8. Для проведения занятий в тренажерном зале Члены Клуба должны использовать только спортивный инвентарь Клуба. Члены Клуба несут ответственность за порчу и утрату спортивного инвентаря Клуба.

5.1.9. Во всех тренировках и спортивных мероприятиях Клуба Члены Клуба участвуют на свой риск. Клуб не несет ответственности за вред, причиненный здоровью в результате выполнения физических упражнений Членами Клуба в нарушение требований инструкторов Клуба и/или предписаний врача

5.1.10. В тренажерный зал запрещено приносить с собой сумки, ценные вещи, за сохранность которых Клуб ответственности не несет.

5.1.11. При занятиях на кардио оборудовании запрещено пользоваться электронными устройствами и мобильными телефонами.

5.1.12. Запрещается передвигать тренажеры, выносить из специально отведенных зон и помещений Клуба оборудование и другое имущество Клуба, без письменного согласия Администрации Клуба.

5.1.13. После завершения упражнения Член Клуба обязан убрать используемое им оборудование и предметы личного пользования, зафиксировать и/или привести в безопасное нерабочее положение используемый тренажер, разобрать штангу и вернуть на место блины, гантели и гири.

5.1.14. Члену Клуба запрещено бросать и иным образом неаккуратно использовать оборудование Клуба: в том числе бросать гантели и ударять их одна о другую, бросать штанги, в связи с угрозой повреждения оборудования, предметов интерьера и отделки помещений Клуба, а также риска причинения вреда здоровью Членов Клуба. Член Клуба несет ответственность за сохранность и порчу имущества, оборудования и предметов интерьера, с которыми он взаимодействует при получении услуг Клуба. Член Клуба обязан возместить Клубу и/или третьим лицам всякий ущерб, который причинен в результате действий/бездействия Члена Клуба, в том числе ущерб, причиненный в результате неисполнения или ненадлежащего исполнения Членом Клуба настоящих Правил Клуба.

5.1.15. При занятиях на тренажерах и со свободным весом Члены Клуба должны устанавливать вес и делать количество подходов, соответствующие их функциональным возможностям.

5.1.16. Упражнения в тренажерном зале, предполагающие использование максимального веса необходимо выполнять только под наблюдением инструктора/тренера.

5.1.17. Поднимать штангу без использования замков запрещено – это опасно для Вашего здоровья.

5.1.18. При занятиях в тренажерном зале откажитесь от жевательной резинки.

5.1.19. Член Клуба обязан пользоваться полотенцем при использовании тренажеров, чтобы избежать попадания на них пота.

5.1.20. Любой из тренажеров может быть ограничен для пользования по техническим причинам (ремонт, профилактические работы). Члену Клуба запрещено продолжать участие в тренировочном процессе с

использованием неисправного, поврежденного или сломанного оборудования и тренажеров, а также самостоятельно устранять неисправности и поломки. В случае поломки тренажеров и оборудования Член Клуба обязан сообщить об этом сотруднику Клуба.

5.1.21. Членам Клуба запрещено использование на территории Клуба музыкальной аппаратуры для публичного воспроизведения аудио произведений, также запрещено самостоятельно использовать музыкальную и иную аппаратуру Клуба, в том числе воспроизводить любые аудио, видео и иные произведения в помещениях Клуба.

5.1.22. Клуб настоятельно рекомендует Членам Клуба отказаться от использования стаканов для питья при нахождении на территории тренажерного зала. В целях безопасности Членов Клуба, а также оборудования/тренажеров Клуба на территории тренажерного зала Членам Клуба рекомендуется использовать только шейкеры и индивидуальные бутылки для питья. На территорию тренажерного зала строго запрещено приносить с собой еду и горячие напитки во избежание негативных последствий от их употребления, запрещено оставлять емкости с водой в зале, возле тренажеров и спортивных снарядов, а также на музыкальной аппаратуре.

5.1.23. При возникновении любых вопросов, связанных с тренировочным процессом, в том числе вопросов по использованию оборудования/тренажеров Члену Клуба следует обратиться к сотрудникам Клуба.

5.1.24. Нахождение несовершеннолетних посетителей в тренажерном зале не допускается, за исключением проведения персональной тренировки или группового занятия для детей под непосредственным руководством инструктора/тренера Клуба. Участие несовершеннолетних посетителей во взрослых групповых занятиях по расписанию групповых занятий запрещено в виду несоответствия рекомендуемой нагрузки и размера оборудования.

5.1.25. Администрация Клуба вправе занять любое помещение Клуба, в том числе любое оборудование/инвентарь, для проведения индивидуальных занятий, мастер-классов или соревнований. Член Клуба обязан освободить Помещение или оборудование/инвентарь Клуба по просьбе сотрудника Клуба.

5.1.26. Клуб не несет ответственности за недостижение Членом Клуба/Несовершеннолетним посетителем желаемого результата (определенной физической формы, спортивного результата и т.п.). Тренировки являются физкультурными.

5.2. Групповые занятия

5.2.1. Групповые занятия проводятся в соответствии с расписанием. С действующим расписанием Вы можете ознакомиться на рецепции Клуба, на Сайте Клуба, в Официальном сообществе Клуба.

5.2.2. Перед началом групповых занятий необходимо пройти первичный инструктаж у инструктора/тренера и ознакомиться с правилами посещения данной зоны Клуба.

5.2.3. Во избежание травм рекомендуется посещение групповых занятий, соответствующих Вашему уровню подготовленности. Члену Клуба рекомендуется выбирать нагрузку в соответствии с его уровнем подготовленности и наращивать интенсивность занятий постепенно. Ответственность за выбор того или иного вида групповых занятий и возможный риск получения травм разной степени, Член Клуба несет самостоятельно.

5.2.4. Запрещается резервировать места в зале до начала занятия, самостоятельно перемещать из зала групповых занятий оборудование для проведения групповых занятий, использовать оборудование для залов групповых занятий не по назначению, совершать любые целенаправленные действия, которые приводят к деформации либо уничтожению оборудования для залов групповых занятий, а также риску причинения вреда здоровью другим Членам Клуба. Член Клуба несет ответственность за сохранность и порчу имущества, оборудования и предметов интерьера, с которыми он взаимодействует при получении услуг Клуба. Член Клуба обязан возместить Клубу и/или третьим лицам всякий ущерб, который причинен в результате действий/бездействия Члена Клуба, в том числе ущерб, причиненный в результате неисполнения или ненадлежащего исполнения Членом Клуба настоящего пункта Правил Клуба.

5.2.5. Клуб не рекомендует Вам приступать к занятиям без разминки, разогрева мышц и связок, в связи с угрозой возникновения негативных последствий для Вашей жизни и здоровья.

5.2.6. Опоздание на групповое занятие более чем на 10 минут не дает Вам возможности безопасно включиться в тренировку. Инструктор имеет право не допустить Вас на данное занятие, по причине пропуска Вами разминочной части и инструктажа по технике безопасности.

5.2.7. На виды групповых занятий, проводимых на основании предварительной записи, опоздание на групповой урок недопустимо, так как данный формат групповых занятий предусматривает проведение обязательного инструктажа по технике безопасности в начале занятия и обязательное распределение мест для комфортного выполнения заданных упражнений. Инструктор имеет право не допустить Члена Клуба на данное групповое занятие при его опоздании к началу группового занятия.

5.2.8. В течение занятия Члену Клуба рекомендуется самостоятельно следить за своим самочувствием и состоянием здоровья.

5.2.9. На занятия допускаются только Члены Клуба в одежде и обуви, специально предназначенной для спорта и фитнеса, соответствующей виду проводимого занятия.

5.2.10. Клуб настоятельно просит Вас соблюдать личную и общую гигиену: пользоваться полотенцем при использовании тренажеров и оборудования групповых программ, убирать длинные волосы. После занятия, протереть полотенцем используемое оборудование и инвентарь, бережно убрать его на специально отведенное место.

5.2.11. В течение занятия рекомендуется пить воду или специальные напитки в закрывающихся емкостях (спортивные питьевые бутылки), приносить и употреблять пищу в данной зоне строго запрещено.

5.2.12. Во всех видах групповых тренировок Клуба Члены Клуба участвуют на свой риск. Самостоятельные тренировки Члена Клуба в интенсивном режиме или травмы, которые могли быть получены Членом Клуба ранее до проведения группового занятия, могут привести к негативным последствиям для Члена Клуба даже в случае незначительной нагрузки на занятии. Если Член Клуба не уведомил инструктора/тренера об интенсивных тренировках за сутки до посещения группового занятия или о ранее полученных травмах, то риск и ответственность за вред, причиненный здоровью в результате выполнения физических упражнений во время группового занятия, Член Клуба несет самостоятельно. Клуб не несет ответственности за вред, причиненный здоровью в результате выполнения физических упражнений Членами Клуба в нарушение требований инструкторов/тренеров Клуба и/или предписаний врачей.

5.2.13. Запрещается использовать собственную хореографию и оборудование во время участия на групповых занятиях, игнорировать рекомендации и указания инструктора/тренера Клуба, свести к минимуму любые разговоры во время проведения групповых занятий, выполнять упражнения без соответствующей команды инструктора/тренера Клуба, т.к. это может быть опасно для Вашего здоровья. В залах групповых программ запрещено самостоятельное использование Членами Клуба оборудования, которое относится к видам:

- большое оборудование для групповых занятий по направлению «Пилатес» *;

- оборудование для групповых занятий по направлению «Гимнастика на полотнах», «Воздушная гимнастика», «Воздушная акробатика» *.

5.2.14. Во время занятия запрещается использование мобильных телефонов.

5.2.15. Основываясь на сезонной активности посещения, расписание групповых занятий может быть пересмотрено Администрацией Клуба (групповое занятие может быть отменено или переведено на коммерческую основу).

5.2.16. Обращаем Ваше внимание, что некоторые групповые занятия, на которых количество занимающихся ограничено, проводятся по предварительной записи в личном кабинете и/или на рецепции Клуба, за 24 часа до начала проведения группового занятия, указанного в расписании. Порядок и необходимость записи на групповое занятие отражается в расписании на сайте Клуба/на информационном стенде Клуба. Клуб оставляет за собой право отказать Члену Клуба в возможности записи на групповые тренировки на срок - 10 календарных дней, в случае, если Член Клуба дважды и более раз записывался на групповое занятие, но не посетил дважды и более раз групповое занятие, и не отменил своевременно запись до проведения группового занятия (не менее чем за 2 часа до начала проведения группового занятия). В случае возникновения конфликтных ситуаций при посещении групповых занятий, проводимых по предварительной записи, приоритетное значение для посещения такого занятия имеет тот Член Клуба, который надлежащим образом выполнил требования предварительной записи и не допустил опоздания на групповое занятие. Инструктор/тренер Клуба или сотрудник рецепции Клуба вправе отказать в посещении посетителю, который ранее не был записан на групповой урок, был записан некорректно или опоздал к началу группового занятия.

5.2.17. Клуб оставляет за собой право заменить заявленного в расписании инструктора, проводящего групповое занятие, без уведомления Членов Клуба.

5.2.18. Клуб оставляет за собой право вносить внеплановые изменения в расписание групповых занятий (в том числе, не ограничиваясь: изменения и/или отмены заявленного в расписании формата группового занятия), о чем обязуется уведомить Членов Клуба путем размещения информации о данных изменениях на сайте Клуба и/или в объявлениях на рецепции Клуба за 1 (один) календарный день до начала действия изменений. Внесение внеплановых изменений в расписание групповых занятий, в том числе отмена группового занятия, не может являться основанием для выплаты любого рода компенсаций. Будьте внимательны!

5.2.19. При проведении на территории Клубных мероприятий, проведении некоторых групповых занятий в различных зонах Клуба по расписанию, Администрация Клуба вправе ограничивать зоны, предназначенные для проведения групповых занятий, в том числе зону единоборств, о чем Члены Клуба извещаются не менее чем за 24 часа до проведения указанных мероприятий путем размещения информации на рецепции клуба, информационных стендах Клуба* и/или на Сайте Клуба/Официальном сообществе Клуба. При необходимости ограничения зоны непосредственно в период проведения группового занятия, в том числе, но не ограничиваясь, в целях обеспечения дополнительной безопасности Членов Клуба, извещение Членов Клуба не производится.

5.3. Зона единоборств*

5.3.1. К зоне единоборств* также относятся и являются обязательными требования, указанные в п. 5.1. и п. 5.2. Правил Клуба.

5.3.2. Посещение зоны единоборств разрешается только при наличии спортивной формы и спортивной обуви (кроссовки, борцовки, боксерки и т.п.), за исключением случаев, предусмотренных спецификой тренировочного процесса. Посещать занятия рекомендуется в удобной спортивной форме без пуговиц, молний, выступающих деталей. Некоторые спортивные покрытия предполагают тренировки на нем без обуви. Вы будете обязательно проинформированы об этом сотрудниками Клуба. Просим Вас заниматься без обуви, если покрытие это предполагает. Запрещено заниматься в обуви на покрытии - татами!

5.3.3. Просим Вас соблюдать технику безопасности и правила эксплуатации оборудования в зоне единоборств.

5.3.4. Просим Вас соблюдать личную и общественную гигиену, не использовать резкие парфюмерные запахи и пользоваться полотенцем в целях личной гигиены.

5.3.5. В целях личной гигиены на занятиях в зоне единоборств Член Клуба должен использовать только личные индивидуальные перчатки и средства защиты!

5.3.6. Запрещается:

- бить ногами по груше/мешку *;
- находиться в зале в верхней одежде и уличной обуви;
- выносить или перемещать напольное покрытие (татами, маты) за пределы зоны единоборств посетителями Клуба для тренировок в других зонах! Оборудование для занятий единоборствами используется только в зоне единоборств;
- оставлять в зале предметы личного пользования;
- самостоятельно включать и использовать для личных целей аудио-звуковые системы, колонки Клуба;
- совершать любые действия, которые влекут за собой порчу оборудования;
- пользоваться услугами лиц, которые не являются сотрудниками Клуба. Это может привести к травмам и серьезным последствиям для Вашего здоровья;
- оставлять посторонние предметы в зале, проносить бьющиеся, режущие и колющие предметы. В целях Вашей безопасности не рекомендуется приходить на занятия с жевательной резинкой, а также приходить на тренировку с кольцами, серьгами, часами, цепью и другими украшениями.

5.3.7. Вовремя групповых тренировок в зоне единоборств:

- Зона единоборств может быть использована в качестве индивидуальных занятий в свободное от групповых тренировок (персональных занятий) время. В ином случае посетитель должен освободить зону единоборств по просьбе сотрудника, проводящего групповой урок и/или персональную тренировку.
- Обязательно внимательно слушать ВСЕ указания и рекомендации инструктора/тренера в процессе тренировки. Инструктор/тренер, который проводит групповую тренировку, вправе не пустить Вас на занятие, если оно не соответствует Вашему уровню подготовленности и/или возрастным ограничениям.

5.3.8. На тренировках по единоборствам допускается минимальный уровень травматизма в связи со спецификой направления деятельности. Посещение групповых и индивидуальных тренировок по единоборствам Член Клуба несет персональную ответственность за свое здоровье и возможный риск получения травм разной степени.

5.3.9. По окончании тренировки необходимо убрать за собой спортивный инвентарь, и прочее оборудование.

5.4. Гимнастические полотна, гимнастическое кольцо и иное подвесное оборудование (и/или групповое занятие с использованием подвесных конструкций)*

5.4.1. Перед посещением группового занятия с использованием подвесных конструкций необходима обязательная консультация врача до начала первой тренировки. Член Клуба должен предупредить инструктора/тренера об имеющихся проблемах со здоровьем до начала занятий, а также о полученных медицинских противопоказаниях и рекомендациях. Перед первым посещением групповой тренировки с использованием подвесных конструкций, Клуб настоятельно рекомендует Вам посетить нескольких индивидуальных занятий по данному направлению. В этом случае у инструктора/тренера будет возможность объяснить базовую технику упражнений, поработать именно в вашем темпе и ритме, с учетом возможностей и особенностей Вашего тела. Клуб обращает Ваше внимание: нельзя посещать данный вид тренировки, если Вы находитесь в состоянии беременности и/или восстанавливаетесь после травмы, операции, беременности, болезни, имеете межпозвоночные грыжи, проблемы с суставами или другие проблемы с ОДС (опорно-двигательным аппаратом). В этом случае Клуб настоятельно рекомендует заниматься с тренером индивидуально (предварительно проконсультировавшись с врачом), по программе, составленной с учетом возможностей и особенностей Вашего тела.

5.4.2. В случае невозможности выполнить заданное упражнение в группе, Вам необходимо пропустить его или выполнить упражнение в меньшей амплитуде/сделать меньше повторов, или же выполнить предложенную тренером адаптацию/облегченный вариант. Занятия с использованием подвесных конструкций представляют

собой травмоопасное направление. В обязательном порядке необходимо следовать всем указаниям инструктора и контролировать каждое свое движение на тренировке.

5.4.3. Список противопоказаний к тренировкам по направлению занятия с использованием подвесных конструкций: беременность (можно заниматься индивидуально по специальной программе), глаукома, недавно перенесенная операция, в особенности на плечах, глазах, спине, бедрах, руках или запястьях, сердечно-сосудистые заболевания, чрезмерно высокое или низкое артериальное давление, недавно перенесенные травмы (например, руки, плеча, запястий, ног, головы и т.д., уколы ботокса или другие косметические инъекции, если Вы делали их в последние 6 часов, до планируемой тренировки).

5.4.4. Для обеспечения комфортного и безопасного посещения данного группового занятия, перед каждым занятием с использованием подвесных конструкций Члены Клуба обязаны пройти инструктаж по технике безопасности, проводимый инструктором/тренером данного занятия, и расписаться в журнале инструктажа техники безопасности!

6. Сопутствующие и Дополнительные услуги, не входящие в предмет Договора

На территории Клуба и в зависимости от наличия, Член Клуба вправе получить сопутствующие и дополнительные услуги, оказываемые как Клубом, так третьими лицами*, осуществляющими предпринимательскую деятельность на территории Клуба в соответствии и на основании заключенных с Клубом гражданско-правовых сделок. Перечень и стоимость сопутствующих (физкультурно-оздоровительных занятий)* (в том числе в рамках деятельности организации и проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий по следующим направлениям мероприятий: групповых программ, детских программ) и дополнительных услуг, оказываемых Клубом, не являются закрытым, оплачиваются Членом Клуба отдельно по ценам, указанным в действующем Прейскуранте цен Клуба или иной оферте Клуба, и могут быть изменены по усмотрению Администрации Клуба. Условия и порядок приобретения/пользования сопутствующими и дополнительными услугами Член Клуба может уточнить на рецепции и/или на сайте Клуба.

При приобретении сопутствующих и /или дополнительных услуг необходимо ознакомиться со следующими Правилами пользования ими и выполнять данные правила:

- Все сопутствующие и/или дополнительные услуги Клуба предоставляются после их оплаты и списания.
- Оплата сопутствующих и/или дополнительных услуг производится Членом Клуба или уполномоченным им лицом одновременно путем стопроцентной предоплаты не позднее дня начала оплачиваемого периода. Все расчеты осуществляются в наличной или безналичной форме в рублях РФ.
- В момент покупки Членом Клуба сопутствующих или дополнительных услуг, сотрудник рецепции выдаёт Члену Клуба фискальный чек, подтверждающий оплату услуг.
- Сопутствующие и/или дополнительные услуги в Клубе могут предоставляться только сотрудниками Клуба и/или третьими лицами*, осуществляющими предпринимательскую деятельность на территории Клуба в соответствии и на основании заключенных с Клубом гражданско-правовых сделок по предварительной записи или в соответствии с расписанием.
- Все сопутствующие/дополнительные услуги имеют фиксированную продолжительность. В случае опоздания Члена Клуба/Несовершеннолетнего посетителя к запланированному времени начала занятия, время его проведения уменьшается на время опоздания.
- В случае невозможности предоставления, сопутствующей и/или дополнительной услуги инструктором/тренером Клуба, с которым была достигнута первоначальная договоренность, в том числе и по желанию Члена Клуба/Сопровождающего несовершеннолетнего посетителя лица, Администрация Клуба предоставляет для занятий другого инструктора/тренера*.
- При приобретении Членом Клуба услуг групповых программ - групповых занятий в личном кабинете * на Сайте Клуба путем онлайн оплаты или через Официальное сообщество Клуба, услуги Исполнителя считаются оказанными Члену Клуба с даты окончания срока действия, оплаченного Членом Клуба группового занятия. В случае неявки Члена Клуба на оплаченное групповое занятие, а также в случае отсутствия письменного заявления от Члена Клуба, переданного путем личного обращения в адрес Клуба, на отмену занятия и возврат денежных средств, в срок более, чем за 24 часа до начала его проведения, данное занятие считается проведенным, уплаченные за занятие денежные средства Исполнителем не возвращаются. Оплата групповых занятий производится Членом Клуба или уполномоченным им лицом одновременно путем стопроцентной предоплаты не позднее дня начала оплачиваемого периода.
- До начала получения Сопутствующей услуги Член Клуба/законный представитель Несовершеннолетнего посетителя обязан сообщить инструктору сведения о своих индивидуальных особенностях или Несовершеннолетнего посетителя (медицинских противопоказаниях, особенностях физического развития и личности, об изменениях в состоянии здоровья, наличии травм и др.), проведении самостоятельных тренировок в интенсивном режиме, которые необходимы для обеспечения в момент проведения тренировки безопасного и комфортного пребывания в Клубе как самого Члена Клуба/Несовершеннолетнего посетителя, так и других Членов Клуба/Несовершеннолетних посетителей. Самостоятельные тренировки Члена

Клуба/Несовершеннолетнего посетителя в интенсивном режиме или травмы, которые могли быть получены Членом Клуба/Несовершеннолетним посетителем ранее до проведения группового занятия, могут привести к негативным последствиям для Члена Клуба/Несовершеннолетнего посетителя даже в случае незначительной нагрузки на занятии. Если Член Клуба/Законный представитель Несовершеннолетнего посетителя не уведомил инструктора об интенсивных тренировках за сутки до посещения группового занятия или о ранее полученных травмах, то риск и ответственность за вред, причиненный здоровью в результате выполнения физических упражнений во время группового занятия Член Клуба/Законный представитель Несовершеннолетнего посетителя несет самостоятельно. Клуб не несет ответственности за вред, причиненный здоровью в результате выполнения физических упражнений Членами Клуба/Несовершеннолетними посетителями в нарушение требований инструкторов Клуба и/или предписаний врача.

- К числу наиболее распространенных Сопутствующих и Дополнительных услуг, в частности, не ограничиваясь, относятся:

6.1. Сопутствующая услуга «Персональная тренировка» (физкультурно-оздоровительное занятие) *:

- Персональная тренировка проводится инструкторами/тренерами Клуба либо третьими лицами*, осуществляющими предпринимательскую деятельность на территории Клуба в соответствии и на основании заключенных с Клубом гражданско-правовых сделок.
- Персональная тренировка оплачивается Членом Клуба отдельно по цене, указанной в Прейскуранте цен Клуба или иной оферте Клуба, и может быть изменена по усмотрению Администрации Клуба. Стоимость персональной тренировки определяется в соответствии с действующим в Клубе на момент приобретения Прейскурантом цен Клуба, в зависимости от инструктора, проводящего персональную тренировку. Оплата персональной тренировки производится Членом Клуба или уполномоченным им лицом одновременно путем стопроцентной предоплаты до проведения персональной тренировки.
- Персональная тренировка может быть проведена строго в пределах режима посещения Клуба, указанного в договоре с Членом Клуба.
- Персональная тренировка проводится по предварительной записи, производимой не позднее, чем за сутки до проведения Персональной тренировки. Член Клуба вправе получить Персональную тренировку без предварительной записи, если на момент обращения за Персональной тренировкой в Клубе имеется свободный инструктор соответствующей категории. Клуб оставляет за собой право заменить инструктора на другого.
- До начала Персональной тренировки Член Клуба обязан сообщить инструктору сведения о своих индивидуальных особенностях (медицинских противопоказаниях, особенностях физического развития и личности, об изменениях в состоянии здоровья и др.), которые необходимы для обеспечения в момент проведения Персональной тренировки безопасного и комфортного пребывания в Клубе как самого Члена Клуба, так и других Членов Клуба.
- Исходя из целей и физической подготовки Члена Клуба инструктор самостоятельно определяет для него программу тренировок, необходимость использования той или иной методики, и принимает решение о необходимости применения того или иного подхода при проведении физкультурно-оздоровительного занятия.
- Клуб не несет ответственности за недостижение Членом Клуба желаемого результата (определенной физической формы, спортивного результата и т.п.) по итогам Персональной тренировки или блока Персональных тренировок. Тренировки являются физкультурными.
- Время проведения персональной тренировки - 45 (сорок пять), 60 (Шестьдесят) минут, в зависимости от зоны Клуба и вида тренировки.
- Отмена персональной тренировки или ее перенос на другое время (с сохранением оплаты) могут быть произведены не менее чем за 24 часа до начала Персональной тренировки. В случае, если Член Клуба своевременно не уведомил Клуб о желании отменить или перенести персональную тренировку, услуга «Персональная тренировка» считается оказанной, а количество приобретенных Членом Клуба персональных тренировок уменьшается на одну.
- В случае опоздания Члена Клуба на Персональную тренировку, время проведения Персональной тренировки уменьшается на время опоздания.

6.2. Сопутствующая услуга «Детская персональная тренировка» (физкультурно-оздоровительное занятие) *:

Детская персональная тренировка предоставляется после оплаты данной услуги на рецепции Клуба согласно действующего Прейскуранта цен Клуба. Оплата детской персональной тренировки производится Сопровождающим лицом одновременно путем стопроцентной предоплаты до проведения персональной тренировки.

Сопровождающее лицо обязано обеспечить сопровождение Несовершеннолетнего посетителя в течение всего периода нахождения Несовершеннолетнего посетителя в Клубе, за исключением времени проведения занятия. Для обеспечения надлежащего сопровождения за Несовершеннолетним посетителем и оказания ему необходимой помощи, Сопровождающему лицу, не являющемуся Членом Клуба, необходимо оформить «Карту

Сопровождающего». Если Сопровождающее лицо принимает решение о самостоятельном нахождении Несовершеннолетнего посетителя на территории Клуба, оно принимает на себя ответственность за жизнь и здоровье Несовершеннолетнего посетителя, при его нахождении на территории Клуба, за исключением времени проведения занятия инструктором.

Сопровождающее лицо должно не позднее чем за 15 минут до начала физкультурно-оздоровительного мероприятия привести Несовершеннолетнего посетителя в место ожидания инструктора на территории Клуба и забрать Несовершеннолетнего посетителя в течение 15 минут после окончания физкультурно-оздоровительного занятия. Нахождение Несовершеннолетнего посетителя на территории Клуба до проведения физкультурно-оздоровительного занятия и после его окончания в сопровождении Родителя/Сопровождающего лица или самостоятельно категорически запрещено, за исключением процесса переодевания Несовершеннолетнего посетителя в раздевалке, не превышающего 15 минут.

Опоздание на физкультурно-оздоровительное занятие более чем на 10 минут не дает Несовершеннолетнему посетителю возможности безопасно включиться в тренировку. Инструктор имеет право не допустить Несовершеннолетнего посетителя на данное занятие, по причине пропуска Несовершеннолетним посетителем разминочной части и инструктажа по технике безопасности.

6.3. Сопутствующая услуга «Групповая тренировка» (физкультурно-оздоровительное занятие/мероприятие) *

Сопутствующая услуга, представляющая собой физкультурно-оздоровительное групповое занятие в группе, предоставляемая инструкторами Клуба для Членов Клуба, и оплачиваемая по цене, указанной в действующем Прейскуранте цен или иной оферте Клуба. Перед началом групповых занятий необходимо пройти первичный инструктаж у инструктора Клуба, проводящего сопутствующую групповую тренировку, и ознакомиться с правилами посещения данной зоны Клуба. Во избежание травм рекомендуется посещение групповых занятий, соответствующих Вашему уровню подготовленности.

Члену Клуба рекомендуется выбирать нагрузку в соответствии с его уровнем подготовленности и наращивать интенсивность занятий постепенно. Ответственность за выбор того или иного вида групповых занятий и возможный риск получения травм разной степени, Член Клуба несет самостоятельно. Во всех видах групповых тренировок Клуба Члены Клуба участвуют на свой риск. Клуб не несет ответственности за вред, причиненный здоровью в результате выполнения физических упражнений Членами Клуба в нарушение требований инструкторов Клуба и/или предписаний врача. Данная сопутствующая услуга предоставляется только действующим Членам Клуба.

6.4. Сопутствующая услуга «ФОМ» (физкультурно-оздоровительное мероприятие) *

«ФОМ» - сопутствующая услуга, представляющая собой платное физкультурно-оздоровительное мероприятие, проводимое инструкторами Клуба для группового состава Членов Клуба/Несовершеннолетних посетителей, на состязательной основе, оплачиваемое по цене, указанной в действующем Прейскуранте цен или иной оферте Клуба.

Каждый Член Клуба/Несовершеннолетний посетитель обязан при приобретении сопутствующей услуги «ФОМ» строго соблюдать требования раздела 5 Правил Клуба: Особенности оказания услуг в тренировочных зонах Клуба (тренажерный зал, залы групповых программ, зоны единоборств).

Данная сопутствующая услуга предоставляется только действующим Членам Клуба и Несовершеннолетним посетителям, имеющим право на посещение Клуба.

Сопутствующая услуга «ФОМ» не входит в стоимость Вида Клубной карты Члена Клуба/Несовершеннолетнего посетителя, оплачивается Членом Клуба, законным представителем Несовершеннолетнего посетителя отдельно по цене, указанной в действующем Прейскуранте цен Клуба или иной оферте Клуба, и может быть изменена по усмотрению Администрации Клуба. Физкультурно-оздоровительное мероприятие «ФОМ» может быть проведено строго в пределах режима посещения Клуба, указанного в Договоре с Членом Клуба/Несовершеннолетним посетителем.

До начала получения сопутствующей услуги «ФОМ» Член Клуба/законный представитель Несовершеннолетнего посетителя обязан сообщить Администрации Клуба сведения о своих индивидуальных особенностях или Несовершеннолетнего посетителя (медицинских противопоказаниях, особенностях физического развития и личности, об изменениях в состоянии здоровья и др.), которые необходимы для обеспечения безопасного и комфортного пребывания при проведении физкультурно-оздоровительного мероприятия как самого Члена Клуба/Несовершеннолетнего посетителя, так и других Членов Клуба/Несовершеннолетних посетителей, участвующих в мероприятии. Ответственность за участие в ФОМ и возможный риск получения травм разной степени, Член Клуба несет самостоятельно. В физкультурно-оздоровительном мероприятии Члены Клуба участвуют на свой риск по собственному волеизъявлению. Клуб не несет ответственности за любые негативные последствия, вызванные неисполнением Членом Клуба/Несовершеннолетним посетителем техники безопасности или нарушением правил пользования оборудованием при проведении физкультурно-

оздоровительного мероприятия, а также за вред, причиненный здоровью Члена Клуба/Несовершеннолетнего посетителя в результате не выполнения требований техники безопасности во время проведения ФОМ и/или нарушений Членом Клуба/Несовершеннолетним посетителем предписаний врача.

6.5. Дополнительная услуга «Карта Сопровождающего»

Для прохода Сопровождающего лица совместно с Несовершеннолетним посетителем на территорию Клуба, с целью оказания помощи Несовершеннолетнему посетителю в переодевании в раздевалке Клуба и принятии душа (при необходимости), Клубом предоставляется возможность приобрести дополнительную услугу «Карта сопровождающего». Данная услуга предоставляется Клубом исключительно на платной основе по цене, указанной в действующем Прейскуранте цен Клуба.

Дополнительная услуга «Карта Сопровождающего» дает возможность Сопровождающему Несовершеннолетнего посетителя лицу пройти на территорию Клуба совместно с ребенком, оказать ему помощь в переодевании в раздевалке и передать Несовершеннолетнего посетителя инструктору/тренеру Клуба. Время пребывания Сопровождающего лица на территории Клуба имеет фиксированную продолжительность - 15 минут.

По окончании занятия Несовершеннолетнего посетителя Сопровождающее лицо имеет право повторно пройти на территорию Клуба, забрать Несовершеннолетнего посетителя у инструктора/тренера, пройти в раздевалку, оказать Несовершеннолетнему посетителю помощь в переодевании и покинуть Клуб в течение 15 минут, с момента повторного прохода на территорию Клуба.

«Карта Сопровождающего» не предполагает возможности для Сопровождающего лица пользоваться любыми другими услугами Клуба.

Если Сопровождающее лицо принимает решение о самостоятельном посещении и нахождении в Клубе Несовершеннолетнего посетителя, оно принимает на себя ответственность за жизнь и здоровье Несовершеннолетнего посетителя при его нахождении на территории Клуба, за исключением времени проведения занятия инструктором.

7. Пребывание в Клубе Несовершеннолетних посетителей.

7.1. Сопровождающее лицо несет личную ответственность и обязуется обеспечить соблюдение Правил Клуба и техники безопасности Несовершеннолетним посетителем. В случае, если причиной вреда, причиненного здоровью Несовершеннолетнего посетителя, явилось несоблюдение настоящих Правил Клуба, Клуб освобождается от ответственности за такой вред.

7.2. Сопровождающее лицо/Несовершеннолетний посетитель обязуется сообщать Клубу сведения об индивидуальных особенностях Несовершеннолетнего посетителя (медицинских противопоказаниях, особенностях физиологии и личности, об изменениях в состоянии здоровья и др.), которые необходимы для обеспечения безопасного и комфортного пребывания в Клубе как самого Несовершеннолетнего посетителя, так и других Членов Клуба. Клуб не несет ответственности за наступление последствий, вызванных индивидуальными особенностями Несовершеннолетнего посетителя.

7.3. Представитель Несовершеннолетнего посетителя в возрасте до 3 (Трех) лет включительно обязан обеспечить непрерывное сопровождение Несовершеннолетнего посетителя на территории Клуба.

7.4. Нахождение на территории взрослых раздевалок Клуба Несовершеннолетних посетителей в возрасте от 3 (Трех) лет допускается исключительно в сопровождении Представителя Несовершеннолетнего посетителя в течение 15 (Пятнадцати) минут до начала проведения занятия/персональной тренировки и 15 (Пятнадцати) минут после окончания занятия/персональной тренировки. Несовершеннолетние посетители в возрасте с 3 (Трех) до 8 (Восьми) лет допускаются во взрослые раздевалки Клуба только в сопровождении Представителя Несовершеннолетнего посетителя и строго в соответствии с половой принадлежностью.

7.5. При наличии в Клубе детских раздевалок *, несовершеннолетние посетители в возрасте до 8 (Восьми) лет во взрослые раздевалки не допускаются. Несовершеннолетние посетители в возрасте от 8 (Восьми) лет и старше обязаны переодеваться во взрослых раздевалках Клуба в соответствии с половой принадлежностью самостоятельно.

7.6. Представитель Несовершеннолетнего посетителя обязуется не допускать посещение Клуба Несовершеннолетним посетителем, если его состояние (в том числе психическое) может угрожать жизни и здоровью других Несовершеннолетних посетителей/Членов Клуба, а также при наличии у него признаков заболевания, в том числе следующих: - насморк, кашель, болит горло, повышенная температура; - имеются признаки диареи (тошнота, кишечное недомогание); - имеются ранки на теле; - признаки инфекционного заболевания, сыпь.

7.7. Сотрудники Клуба вправе отстранить Несовершеннолетнего посетителя от персонального/группового занятия при наличии оснований полагать, что у Несовершеннолетнего посетителя имеются признаки заболевания, а также если его состояние (в том числе психическое) может угрожать жизни и здоровью других Несовершеннолетних посетителей/Членов Клуба.

7.8. Несовершеннолетним посетителям при нахождении на территории Клуба запрещено нарушать Правила Клуба, правила посещения зоны Клуба, демонстрировать вызывающее поведение, проявлять агрессию к окружающим, не выполнять указания сотрудников Клуба, неадекватно реагировать на команды инструктора, нарушать дисциплину, мешать проведению персонального/группового занятия. В случае если на персональном/групповом занятии поведение Несовершеннолетнего посетителя, несмотря на рекомендации инструктора Клуба, мешает безопасному и/или качественному оказанию услуг другим Членам Клуба/Несовершеннолетним посетителям или является травмоопасным, инструктор вправе прервать оказание услуги данному Несовершеннолетнему посетителю, отстранить его от участия в персональном/групповом занятии и досрочно вызвать Сопровождающее лицо по мобильному телефону, указанному Сопровождающим лицом.

7.9. В случае прерывания оказания услуги из-за нежелания Несовершеннолетнего посетителя следовать указаниям сотрудников Клуба, услуга считается оказанной надлежащим образом.

7.10. Сопровождающие лица, не обладающие правом пребывания в Клубе, имеют право ожидать Несовершеннолетнего посетителя только в зоне до турникетов/зоне рецепции Клуба, либо в специальной зоне ожидания на территории Клуба (при ее наличии) *.

7.11. Сопровождающие лица и прочие лица имеют право присутствия на занятии только на показательных мероприятиях (открытых уроках, соревнованиях, турнирах, фестивалях и т.п.), если иное не предусмотрено условиями их Договора. Количество мест в группах детских секций ограничено. Получить информацию о проводимых занятиях и наличии в группе свободных мест Сопровождающие лица вправе, обратившись к сотрудникам Клуба.

7.12. Сопровождающее лицо должно, не позднее чем за 15 минут до начала занятия, привести Несовершеннолетнего посетителя в место его ожидания на территории Клуба, дожидаясь передачи инструктору и забрать Несовершеннолетнего посетителя после окончания занятия. Если Сопровождающее лицо принимает решение о самостоятельном посещении и нахождении в Клубе Несовершеннолетнего посетителя, оно принимает на себя ответственность за жизнь и здоровье Несовершеннолетнего посетителя при его нахождении на территории Клуба, за исключением времени проведения занятия с инструктором.

7.13. Посещение детских секций Несовершеннолетними посетителями в возрасте от 16 (шестнадцати) до 18 (Восемнадцати) лет возможно в случае наличия у них Договора, а также в случае наличия детской секции соответствующей возрастной группы.

7.14. Занятия различными видами спорта, в том числе на персональных тренировках и групповых занятиях, могут являться травмоопасными для Несовершеннолетних посетителей. Такие занятия несут в себе риск получения Несовершеннолетним посетителем различного рода травм. Исполнитель не несет ответственности за жизнь и здоровье Несовершеннолетнего посетителя в случаях: нарушения им настоящих Правил Клуба; наличия медицинских противопоказаний к занятиям; сокрытия от Клуба сведений о наличии у Несовершеннолетнего посетителя болезней, плохого самочувствия, аллергий и иных обстоятельств, способных повлиять на жизнь и здоровье Несовершеннолетнего посетителя; невыполнения инструкций инструкторов; при получении в ходе занятия травм, если такое занятие проведено в пределах установленных правил для данного вида спорта, при соблюдении необходимых мер методического и организационного характера и техники безопасности. Клуб настоятельно рекомендует Сопровождающему лицу оформить полис медицинского страхования Несовершеннолетнего посетителя (как школьника, занимающегося спортом) от несчастного случая на занятиях, соревнованиях, других мероприятиях, проводимых в Клубе. Занятия не направлены на достижение конкретных спортивных показателей!

8. Оплата услуг. Порядок расчетов

8.1. Стоимость основных, сопутствующих и дополнительных услуг включает в себя все налоги, если такие применимы в соответствии с законодательством Российской Федерации, и устанавливается Клубом в Прейскуранте цен Клуба.

8.2. Стоимость абонеента рассчитывается согласно Таблице № 1, в которой предоставлен расчет фактически понесенных расходов Клуба, связанных с исполнением обязательств по Виду Клубной карты на весь период продолжительности оказания услуг в рамках Вида Клубной карты: Таблица N 1:

Месяц оказания услуг	Срок действия абонемента (без учета его временного ограничения, периода заморозки и подарочного периода)											
	12 мес	11 мес	10 мес	9 мес	8 мес	7 мес	6 мес	5 мес	4 мес	3 мес	2 мес	1 мес и менее
За первый месяц	30%	30%	30%	30%	30%	30%	30%	35%	60%	90%	99%	100%
За второй месяц	20%	20%	20%	25%	25%	25%	25%	30%	30%	9%	1%	-
За третий месяц	20%	20%	20%	20%	20%	20%	20%	25%	9%	1%	-	-
За четвертый месяц	15%	15%	15%	10%	10%	15%	15%	9%	1%	-	-	-
За пятый месяц	6%	6%	6%	6%	6%	6%	9%	1%	-	-	-	-
За шестой месяц	3%	3%	4%	4%	5%	3%	1%	-	-	-	-	-
За седьмой месяц	1%	2%	2%	3%	3%	1%	-	-	-	-	-	-
За восьмой месяц	1%	1%	1%	1%	1%	-	-	-	-	-	-	-
За девятый месяц	1%	1%	1%	1%	-	-	-	-	-	-	-	-
За десятый месяц	1%	1%	1%	-	-	-	-	-	-	-	-	-
За одиннадцатый месяц	1%	1%	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
За двенадцатый месяц	1%	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ИТОГО:	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

8.3. Оплата Договора производится на условиях 100% предоплаты.

8.4. В случае расторжения Договора с Несовершеннолетним посетителем / пакета персональных / групповых тренировок Несовершеннолетним посетителем, стоимость неиспользованного остатка Несовершеннолетнему посетителю/Законному представителю рассчитывается прямо пропорционально оказанным услугам: календарным дням месяца, в случае расторжения договора с Несовершеннолетним посетителем / использованным тренировкам, в случае расторжения пакета персональных / групповых тренировок с Несовершеннолетним посетителем.

8.5. Возврат денежных средств при досрочном расторжении Договора с Несовершеннолетним посетителем/пакета персональных/групповых тренировок с Несовершеннолетним посетителем производится, в соответствии с регламентом, указанным в п. 9.5. Правил Клуба, на основании письменного заявления от законного представителя Несовершеннолетнего посетителя.

8.6. В случае, если заявление о возврате денежных средств за неиспользованные персональные/групповые тренировки подано законным представителем Несовершеннолетнего посетителя Клуба по истечению срока оказания сопутствующей услуги, согласованного Сторонами и указанного в чеке/Договоре, денежные средства возврату не подлежат. Денежные средства за неиспользованные персональные/групповые тренировки, в данном случае, Стороны признают фактическим возмещением затрат Клуба на предоставление сопутствующей услуги.

8.7. Клуб вправе изменять размер стоимости услуг в соответствии с тарифной политикой Клуба, в случае возобновления Договора. Если акцепт oferty произведен в период действия предыдущего договора Клуба, то началом срока оказания услуг по виду Клубной карты является дата, следующая за днем, после окончания действия текущего договора. Об изменении стоимости услуг Клуб уведомляет Члена Клуба заблаговременно до даты введения в действие нового размера стоимости услуг путем размещения соответствующей информации на информационных стендах на территории Клуба и/или на Сайте.

8.8. Клуб вправе приостановить оказание услуг по Виду Клубной карты по окончании периода, оплаченного в порядке, установленном разделом 8 настоящих Правил Клуба до исполнения Членом Клуба финансовых обязательств, при этом время приостановки, не учитывается в сроке оказания услуг.

8.9. Отказ Плательщика от оплаты услуг по виду Клубной карты, не является основанием для освобождения Члена клуба от финансовых обязательств перед Клубом, Член клуба обязан своевременно и самостоятельно произвести оплату в порядке, установленном настоящими Правилами Клуба.

8.10. В случае расторжения Договора, возврат неиспользованного остатка стоимости по договору, внесенной по предоплате, осуществляется за вычетом фактически понесенных расходов Клуба, связанных с исполнением обязательств по договору и рассчитанных в соответствии с пунктом 8.2. настоящих Правил Клуба.

8.11. Акцептом оферты Член Клуба признает, что дополнительного подтверждения обоснованности фактически понесенных Клубом расходов, связанных с исполнением им условий договора по оказанию услуг, не требуется.

8.12. Неисполнение обязательств по оплате в рамках настоящих Правил Клуба, Стороны согласились считать отказом Члена Клуба от исполнения заключенного договора.

9. Досрочное расторжение Договора. Возврата

9.1. Досрочное прекращение Членства в Клубе возможно в следующих случаях:

- по инициативе Клуба в одностороннем внесудебном порядке в случае нарушения Членом Клуба условий оферты и/или Правил Клуба;
- по соглашению Сторон;
- по инициативе Члена Клуба (п. 1ст. 782 Гражданского Кодекса РФ).

9.2. В случае досрочного прекращения Членства Клуб возвращает Члену Клуба, в соответствии с разделом 8 «Оплата услуг. Порядок расчетов» Правил Клуба разницу между суммой денежных средств, оплаченных Членом Клуба и фактически понесенными расходами Клуба за период с даты активации Клубной Карты до даты расторжения (прекращения) Договора, с учетом периодов заморозки.

9.3. Заявить об одностороннем отказе от исполнения Договора Член Клуба может в любое время в течение всего срока его действия.

9.4. В случае нарушения Членом Клуба любого из условий Договора, Правил Клуба, которые являются неотъемлемой частью Договора, Перечня медицинских противопоказаний (Приложение № 1 к Правилам Клуба), Правил безопасности (Приложение № 2 к Правилам Клуба) Клуб вправе в одностороннем внесудебном порядке отказаться от исполнения настоящего Договора, уведомив об этом Члена Клуба, и потребовать полного возмещения убытков. Договор считается расторгнутым в дату направления Члену Клуба Уведомления о расторжении Договора заказным или ценным почтовым отправлением или в дату вручения такого уведомления Члену Клуба лично. Клуб вправе отказать Клиенту в заключении нового Договора, в том случае, если ранее сданным Клиентом был досрочно расторгнут договор по инициативе Клуба в одностороннем внесудебном порядке в связи с нарушением, данным Членом Клуба условий оферты и/или Правил Клуба.

9.5. Прекращение Договора, а также отказ от заключения Договора на новый срок автоматически влечет отказ от Дополнительных и/или Сопутствующих услуг.

В случае досрочного расторжения и/или прекращения Договора Клуб возвращает Члену Клуба неиспользованный остаток стоимости по Договору, за вычетом фактически понесенных расходов Клуба, рассчитанных в соответствии с пунктом 8.2. настоящих Правил Клуба на дату расторжения Договора. Возврат денежных средств осуществляется тем же способом, которым производилась оплата. Для расторжения Договора и получения остатка денежных средств по Договору Члену Клуба необходимо приехать в Клуб лично с документом, удостоверяющим личность либо направить письменное заявление на адрес местонахождения Клуба почтовым отправлением. Расчет суммы остатка по Договору производится на дату приема Исполнителем письменного заявления от Члена Клуба, если в заявлении не будет указан более поздний срок. Если иное не предусмотрено действующим законодательством, в случае досрочного расторжения Договора в части оказания услуг Члену Клуба неиспользованные денежные средства подлежат возврату не позднее 90 (девяносто) дней с даты получения Исполнителем соответствующего письменного заявления от Члена Клуба. Если иное не предусмотрено действующим законодательством неиспользованные денежные средства за Дополнительные услуги, Сопутствующие услуги подлежат возврату не позднее 90 (девяносто) дней с даты получения Исполнителем соответствующего письменного заявления от Члена Клуба. При расторжении Договора Член Клуба осуществляет возврат Ключа, предоставленного во временное владение на период срока действия Договора.

9.6. В случае неполучения денежных средств Членом Клуба в Клубе, возврат части денежных средств осуществляется почтовым переводом на адрес Члена Клуба, указанный им при заключении Договора (при наличии адреса). Возврат денежных средств в пользу третьих лиц Клубом не производится, за исключением случая предоставления Членом Клуба в Администрацию Клуба письменного заявления, написанного Членом Клуба собственноручно с указанием его волеизъявления на выдачу денежных средств, подлежащих возврату, третьему лицу с обязательным указанием в заявлении фамилии, имени, отчества данного третьего лица и паспортных данных третьего лица.

9.7. Если у Члена Клуба оформлено несколько Договоров и/или Пакетов услуг, то возврат производится по указанному Членом Клуба Договору/Пакету услуг и не влияет на действительность других Договоров/Пакетов услуг данного Члена Клуба.

9.8. Возврат денежных средств при досрочном расторжении пакета персональных/групповых тренировок с Членом Клуба производится, в соответствии с регламентом, указанным в настоящем Разделе Правил Клуба, на основании письменного заявления от Члена Клуба и рассчитывается прямо пропорционально оказанным услугам: использованным тренировкам.

9.9. В случае, если заявление о возврате денежных средств за неиспользованные персональные/групповые тренировки подано Членом Клуба по истечению срока оказания сопутствующей услуги, согласованного Сторонами и указанного в чеке/Договоре, денежные средства возврату не подлежат. Денежные средства за неиспользованные персональные/групповые тренировки, в данном случае, Стороны признают фактическим возмещением затрат Клуба на предоставление сопутствующей услуги.

9.10. Все споры и разногласия, связанные с заключением, исполнением и прекращением Договора, Стороны будут стремиться разрешать мирно путем переговоров. В случае если в ходе переговоров Стороны не разрешили имеющуюся спорную ситуацию, заинтересованная Сторона вправе направить другой Стороне письменное обращение (претензию). Свои претензии Члены Клуба могут предъявить следующими способами: путем подачи претензии непосредственно в Клубе, либо путем направления претензии на фактический адрес Клуба почтовым отправлением. При заключении Договора дистанционным способом на Сайте Клуба Член Клуба может направить свою претензию на адрес электронной почты Клуба: kolpinofc@outlook.com. Только указанные в настоящем пункте способы направления претензии признаются Клубом надлежащими, т.к. обращения в другой форме и другим способом могут быть не получены Клубом.

9.11. Стороны договорились, что срок рассмотрения письменного обращения составляет 10 рабочих дней с момента его получения.

10. Разное

10.1. Для оповещения Членов Клуба обо всех новостях Клубной жизни - акциях, конкурсах, соревнованиях, праздниках и других клубных мероприятиях Администрация Клуба вправе осуществлять рассылку по электронной почте, рассылку sms-сообщений на сотовый телефон Члена Клуба, а также рассылку полиграфии по адресу проживания Члена Клуба.

10.2. Акцептом Членом Клуба оферты, оплатой услуг и получением Клубной Карты Член Клуба дает свое согласие на получение от Клуба sms-сообщений, писем на электронную почту, а также рассылку полиграфии по адресу, указанном при акцепте оферты. В случае если Член Клуба желает отказаться от какого-либо способа оповещений, например, от sms-сообщений в пользу электронной почты, или отказаться от информационных рассылок вообще, он может это сделать в отделе сервиса.

10.3. Членам Клуба, несовершеннолетним лицам и Сопровождающим их лицам, в случае срабатывания пожарной сигнализации, при возникновении пожара, аварии, иной чрезвычайной ситуации необходимо сохранять спокойствие, не создавать паники, по возможности присоединиться к ближайшему сотруднику Клуба, определить свое местоположение и пути эвакуации в соответствии с ближайшим планом эвакуации, переместиться в безопасное место через эвакуационные выходы, следуя указаниям персонала Клуба.

10.4. Телефоны экстренных служб:

Вызов экстренных служб по единому номеру «112».

Пожарно-спасательная служба - «01», с мобильного телефона - «101».

Полиция - «02», с мобильного телефона - «102».

Скорая помощь - «03», с мобильного телефона - «103».

11. Ответственность

11.1. Члены Клуба несут ответственность за вред, причиненный Клубу, в соответствии с условиями оферты, настоящих Правил Клуба и действующим законодательством РФ. Клуб не несет ответственности за вред, причиненный жизни и/или здоровью Члена Клуба, наступивший в результате:

- предоставления Членом Клуба неполных/недостоверных сведений о состоянии своего здоровья;
- острого или хронического заболевания Члена Клуба;
- неосторожности Члена Клуба;
- занятия Члена Клуба по собственной программе, не согласованной со специалистом Клуба;
- нарушения Членом Клуба Правил Клуба, правил техники безопасности, рекомендаций специалистов Клуба, а также размещенных на информационных и/или предупредительных, запретительных табличках в Клубе или на оборудовании;
- действий третьих лиц,
- в иных случаях, предусмотренных договором и/или законодательством Российской Федерации.

11.2. Администрация Клуба не несёт ответственности за вред имуществу Члена Клуба, причинённый действиями/бездействием третьих лиц.

11.3. В случае причинения Членом Клуба ущерба имуществу Клуба и/или третьих лиц, в том числе, но не ограничиваясь, порчи внешнего вида имущества Клуба, Член Клуба возмещает стоимость поврежденного и/или утраченного имущества в течение 10 (десяти) календарных дней с даты получения требования.

11.4. Клуб не несет ответственности за утрату или повреждение имущества Члена Клуба, не переданного Клубу на ответственное хранение.

11.5. Стороны несут ответственность за неисполнение или ненадлежащее исполнение своих обязательств в соответствии с действующим законодательством РФ.

11.6. Стороны освобождаются от ответственности в случае возникновения форс-мажорных обстоятельств (беспорядки, стихийные бедствия, взрывы, пожары, забастовки, действия властей, законные или незаконные, перерывы в обеспечении коммунальными услугами со стороны ресурсоснабжающих организаций и т.п.). Сторона, у которой возникли такие обстоятельства, должна в десятидневный срок и любым доступным способом (путем размещения на Сайте, с помощью сообщения в СМИ, смс-рассылкой или рассылкой по адресам электронной почты и т.п.) оповестить о таких обстоятельствах другую Сторону.

12. Обратная связь

Клуб работает для Вас и хочет становиться лучше, для этого Клубу необходимо знать Ваше мнение, пожелания, предложения, а также все то, что вызывает Ваше недовольство. Клуб будет Вам очень признателен за все замечания, пожелания и предложения, которые можно излагать в специальной форме на рецепции Клуба либо путем оставления письменного обращения в книге отзывов Клуба. Клуб просит Вас принимать участие в периодически проводимом анкетировании.

13. Заключительные положения

13.1. Порядок принятия изменений и дополнений к Правилам Клуба:

Изменения и дополнения к настоящим Правилам Клуба, действительны только в том случае, если они утверждены Администрацией Клуба. Изменения и дополнения к настоящим Правилам Клуба могут быть внесены по предложению Членов Клуба или по решению Администрации Клуба.

Администрация Клуба в случае необходимости и для комфорта Членов Клуба вправе в одностороннем порядке изменять и дополнять Правила Клуба.

13.2. Настоящим устанавливается, что предложением Клуба об изменении/дополнении Правил Клуба является доведение до Членов Клуба сведений об изменении/дополнении Правил Клуба и опубликование текста таких изменений/дополнений на Сайте и непосредственно в Клубе.

13.3. Принятием предложения об изменении/дополнении Правил Клуба являются конклюдентные действия Члена Клуба в форме потребления услуг Клуба на новых условиях, после вступления изменений в силу.

13.4. Правила Клуба являются обязательными для исполнения всеми Членами Клуба и Несовершеннолетними посетителями и вступают в силу с даты заключения Договора, утверждения Клубом и распространяются на всех Членов Клуба.

* при наличии в Клубе

ПЕРЕЧЕНЬ МЕДИЦИНСКИХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ К ЗАНЯТИЯМ В КЛУБЕ

Перечень медицинских противопоказаний к занятиям в Клубе (далее - Перечень противопоказаний) является неотъемлемой частью Правил Клуба и утверждается Администрацией Клуба. До начала занятий в Клубе Вам (Член Клуба, Представитель Несовершеннолетнего посетителя) необходимо ознакомиться с настоящим Перечнем противопоказаний к Правилам Клуба, расположенным на странице Клуба в сети Интернет, в уголке потребителя на информационном стенде Клуба и/или в тренировочных зонах Клуба. Соблюдение Правил Клуба, ознакомление с Перечнем противопоказаний является обязательным условием для возможности использования услуг, предоставляемых Клубом.

Клуб рекомендует воздержаться Члену Клуба от посещения групповых занятий аэробикой, тренажерного зала, и других зон Клуба, при наличии медицинских противопоказаний, а также сообщить инструктору/тренеру либо представителю Клуба об имеющихся у Члена Клуба медицинских противопоказаниях.

1. ОБЩИЕ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ К ЗАНЯТИЯМ В ЗАЛАХ ГРУППОВЫХ ПРОГРАММ, В ТРЕНАЖЁРНОМ ЗАЛЕ, В ДРУГИХ ЗОНАХ КЛУБА:

1. Острые инфекционные болезни
2. Все болезни в острой (активной) фазе.
3. Хронические заболевания в период обострения (декомпенсации).
4. Психические заболевания
5. Органические заболевания центральной нервной системы.
6. Злокачественные новообразования.
7. Доброкачественные новообразования - до полного излечения.
- Лица, имеющие временные расстройства после хирургического лечения доброкачественных новообразований, допускаются к занятиям спортом после полного излечения.
8. Болезни опорно-двигательного аппарата: деформирующие полиартриты (артриты), спондилоартриты (разной этиологии с прогрессирующим течением суставов и наличием болевого синдрома).
9. Коллагеновые болезни.
10. Болезни органов дыхания:
 - а) болезни, протекающие с дыхательной или легочно-сердечной недостаточностью выше I степени;
 - б) бронхиальная астма с частыми, затяжными, трудно купируемыми приступами;
 - в) хронический бронхит с склонностью к частым обострениям и наличие резко выраженного бронхоспастического компонента;
 - г) бронхоэктатическая болезнь до полного клинического излечения;
 - д) пневмония интерстициальная с рецидивирующим течением.
11. Болезни сердечно-сосудистой системы:
 - а) аневризма аорты сердца;
 - б) аритмии (сложные нарушения сердечного ритма и проводимости, монотонная экстрасистолия, мерцательная аритмия, пароксизмальная тахикардия);
 - в) блокада левой ножки пучка Гиса или ее разветвлений;
 - г) заболевания, протекающие с недостаточностью кровообращения выше I степени (по Василенко-Стражеско);
 - д) стенокардия напряжения с частыми приступами;
 - е) постинфарктный кардиосклероз (решается в каждом конкретном случае);
 - ж) наличие на ЭКГ рубцовых изменений миокарда (при отсутствии в анамнезе инфаркта миокарда и жалоб на момент обследования) с отчетливыми ЭКГ-признаками выраженной недостаточности кровообращения сердечной мышцы;
 - з) гипертоническая болезнь с частыми кризами, а также при цифрах систолического артериального давления выше 200 мм рт. ст. или диастолического выше 110 мм рт. ст.
 - и) гипотоническая болезнь (первичного или вторичного характера) или цифрах систолического артериального давления ниже 90 мм рт. ст.;

к) больные, оперированные по поводу врожденных, приобретенных пороков сердца, коронарной недостаточности, - ранее 3 месяцев после операции (в дальнейшем индивидуальный подход в зависимости от исхода операции, имевшихся осложнений, состояний кардио- и общей гемодинамики, а также предшествовавшей двигательной активности);

л) синдром Морганьи-Эдемса-Стокса.

12. Болезни органов пищеварения:

а) желудок, оперированный при декомпенсации функции органов пищеварения;

б) хронический панкреатит с рецидивирующим течением при наличии ферментативной недостаточности;

в) язвенная болезнь желудка (двенадцатиперстной кишки) с склонностью к частым рецидивам или при значительном нарушении функции органов или выраженном болевом синдроме.

13. Заболевания печени и желчных путей:

а) цирроз печени (любой этиологии), рецидивирующий с прогрессирующим течением или признаками печеночной недостаточности;

б) хронический гепатит (гепатодистрофия - «гепатозы»), рецидивирующий с выраженными функциональными расстройствами;

в) хронические холециститы калькулезной этиологии, сопровождающиеся приступами печеночной колики или рецидивирующей желтухой;

г) хронический ангиохолит с приступами печеночной колики и нарушением желчевыделения;

д) вторичный хронический панкреатит, обусловленный нарушением внешней секреторной функции поджелудочной железы.

14. Заболевания почек в мочевыводящих путях:

а) хронический диффузный гломерулонефрит рецидивирующего течения или при наличии признаков почечной недостаточности;

б) хронический интерстициальный нефрит различного генеза при наличии признаков почечной недостаточности;

в) хронический пиелонефрит с рецидивирующим течением, наличие выраженных функциональных нарушений или осложнений (гидронефроз), гипертоническая нефропатия;

г) липидно-амилоидный нефроз.

15. Болезни эндокринных желез:

а) гипогликемическая болезнь.

б) гипотериоз, микседема (первичная или вторичная форма) тяжелого течения;

в) диабет несахарный;

г) диабет сахарный (первичный или вторичный) среднего и тяжелого течения или при наличии осложнений (кетоацидоз, сосудистые поражения, полиневриты и др.);

д) зоб диффузный токсический (тиреотоксикоз базедова болезнь) - тяжелая форма; эндемический зоб с выраженной гипер- или гипотоксической функцией железы;

ж) хронический тиреоидит.

16. Болезни обмена:

а) ожирение вторичного генеза (дисэнцефальное, гипотиреодальное, гипогенитальное, при синдроме Иценко-Кушинга);

б) подагра с прогрессирующим течением или выраженным болевым синдромом.

17. Патологический климакс.

18. Травмы и заболевания ЛОР-органов. Лица, имеющие временные функциональные расстройства после обострения хронических заболеваний ЛОР-органов, их травм и хирургического лечения, допускаются к занятиям спортом после полного излечения.

19. Травмы и заболевания глаз

Дальнозоркость. При этом виде аномалии рефракции вопрос о занятиях физической культурой и спортом решается в зависимости от остроты зрения и возможности пользоваться коррекцией.

Небольшим степеням дальнозоркости, как правило, свойственна высокая (без коррекции) острота зрения: 1,0 или 0,9—0,8. При подобной остроте зрения и дальнозоркости небольших степеней возможны занятия всеми видами спорта.

Лица, имеющие дальнозоркость +4,0 Д и выше, при снижении относительной остроты зрения, когда коррекция является обязательной, могут быть допущены к занятиям только теми видами спорта, где допустимо использование очков. При этом очки должны быть легкими, прочно фиксированными, обладать высокими оптическими свойствами, а в летнее время иметь желто-зеленые светофильтры.

В случае дальнозоркости высоких степеней (выше +6,0 Д), которая обычно встречается при микрофтальме с тенденцией к возникновению отслойки, занятия спортом противопоказаны.

При дальнозорком и близоруким астигматизме слабых степеней и относительно высокой остроте зрения возможны занятия всеми видами спорта.

20. Кожно-венерические заболевания

1. Инфекции и другие воспалительные болезни кожи и подкожной клетчатки, трудно поддающиеся лечению; распространенные формы хронической экземы, диффузный нейродермит с распространенной лихенификацией, пузырчатка, герпетический дерматит, распространенный псориаз, распространенная абсцедирующая и хроническая язвенная пиодермия, ограниченные и часто рецидивирующие формы экземы, диффузный нейродермит с очаговой лихенификацией кожного покрова, дискоидная красная волчанка, фотодерматиты.

2. Другие болезни кожи и подкожной клетчатки: хроническая крапивница, рецидивирующий отек Квинке, ограниченная склеродермия.

3. Болезнь, вызываемая вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ), включая ВИЧ-инфицирование.

4. Сифилис и другие венерические болезни: третичный, врожденный сифилис; первичный, вторичный и скрытый сифилис при замедленной негитации классических серологических реакций.

Лица с первичным, вторичным, скрытым сифилисом, гонореей и другими венерическими болезнями (мягкий шанкр, лимфатическая лимфогранулема, паховая гранулема, негенококковые уретриты) могут быть допущены к занятиям спортом после проведения контроля излеченности и снятия с диспансерного учета.

5. Микозы: актиномикоз, кандидоз внутренних органов, кокцидиоз, гистоплазмоз, бластомикозные инфекции, споротрихоз, хромомикоз, мицетомы. Лица, страдающие дерматофитиями, вызванными грибами (микроспорум, эпидермофития, трихофитон), могут быть допущены к занятиям спортом после проведения контроля излеченности и снятия с диспансерного учета.

21) Заболевания половой сферы

1. Заболевания мужских половых органов (гиперплазия, воспалительные и другие болезни предстательной железы; водянка яичка, орхит и эпидидимит; гипертрофия крайней плоти и фимоз; болезни полового члена; водянка яичка или семенного канатика; нахождение обоих яичек в брюшной полости или паховых каналах; другие болезни мужских половых органов) со значительными и умеренными нарушениями функций. При наличии заболеваний, поддающихся консервативному или оперативному лечению, — до их полного излечения.

2. Воспалительные заболевания женских половых органов (вульвы, влагалища, бартолиниевых желез, яичников, маточных труб, матки, тазовой клетчатки, брюшины) — до полного излечения.

3. Выраженное варикозное расширение вен в области вульвы.

4. Крауроз вульвы.

5. Генитальный и экстрагенитальный эндометриоз.

6. Выраженные нарушения положения женских половых органов.

7. Резко выраженные или сопровождающиеся нарушением функций пороки развития и недоразвитие женской половой сферы (выраженный инфантилизм органов), гермафродитизм.

8. Опушение или частичное выпадение женских половых органов.

9. Стойкие нарушения менструальной функции.

2. ПРОТИВПОКАЗАНИЯ К ЗАНЯТИЯМ В ТРЕНАЖЕРНОМ ЗАЛЕ:

Противопоказания к использованию нагрузочных тестов:

Абсолютные противопоказания:

1. Недостаточность кровообращения в стадии декомпенсации.

2. Инфаркт миокарда (раньше, чем через 3 месяца с начала болезни).

3. Стенокардия покоя.

4. Гипертоническая болезнь II-III степени при систолическом АД выше 200 мм рт. ст., диастолическом выше 120 мм рт. ст.

5. Желудочковая тахикардия.

6. Выраженный аортальный стеноз.

7. Активный или недавно перенесенный тромбофлебит.

8. Острые заболевания и хронические болезни в стадии обострения.

Относительные противопоказания:

1. Частые суправентрикулярные экстрасистолы (4:40), мерцательная аритмия.

2. Повторяющаяся или частая желудочковая экстрасистолия; эктопическая активность.

3. Легочная гипертензия.

4. Аневризма желудочковой сердца.

5. Умеренный аортальный стеноз.

6. Неконтролируемые метаболические заболевания (сахарный диабет, тиреотоксикоз, микседема).

7. Значительные увеличения сердца.

Состояния, требующие специального внимания и предосторожности:

1. Нарушение проводимости:
 - а) полная атриовентрикулярная блокада;
 - б) блокада левой ножки пучка Гиса;
 - в) синдром Вольфа-Паркинсона-Уайта.
2. Наличие имплантированного водителя ритма сердца с фиксированной частотой.
3. Контролируемые дисаритмии.
4. Нарушение электролитного баланса.
5. Применение некоторых лекарств:
 - а) препаратов наперстянки,
 - б) блокаторов адренергических бета-рецепторов и препаратов подобного действия.
6. Тяжелая гипертония, ретинопатия III степени.
7. Стенокардия, и др. проявления коронарной недостаточности.
8. Тяжелая анемия.
9. Выраженное ожирение.
10. Почечная, печеночная и др. виды метаболической недостаточности.
11. Неврозы и психопатии в фазе клинической манифестации.
12. Нервно-мышечные, мышечно-скелетные и суставные расстройства, которые будут мешать проведению теста.

Клуб рекомендует воздержаться Члену Клуба/Несовершеннолетнему посетителю от посещения групповых занятий, тренажерного зала и других зон Клуба, при наличии у последнего патологического состояния, состояния болезни или расстройства с неизученным влиянием физической культуры (фитнеса) на их течение.

3. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ К ЗАНЯТИЯМ ФИТНЕСА:

- 1) сколиоз, осложненный нижним вялым парапарезом, требующий ношение специального корсета для разгрузки позвоночника
- 2) плоскостопие III степени
- 3) нарушение связочного аппарата суставов;
- 4) некоторые доброкачественные опухоли костной системы;
- 5) некомпенсированное повреждение позвоночника;
- 6) различные виды переломов и посттравматические состояния;
- 7) психические расстройства и пограничные состояния психики;
- 8) нарушение связочного аппарата коленного сустава (нестабильный сустав).
- 9) болезнь Бехтерева.
- 10) осложненный перелом позвоночника с повреждением спинного мозга.
- 11) эпилепсия с судорожными припадками, сопровождающаяся потерей сознания.
- 12) выраженные и частые головокружения.
- 13) психические заболевания различной степени выраженности.
- 14) тяжелые заболевания внутренних органов, препятствующие назначению физической нагрузки танцевального типа (сахарный диабет, артериальная гипертония, опухоли и т.п.).
- 15) наличие онкологических заболеваний.
- 16) туберкулез внегрудной локализации: периферических и брыжеечных лимфатических узлов, перикарда, брюшины, кишечника, костей и суставов, мочеполовых органов, глаз, кожи, других органов.
- 17) ряд доброкачественных опухолей костной системы (например, фиброзная дисплазия), которые способствуют развитию патологических переломов костей.
- 18) после перенесенных черепно-мозговых травм и инфаркта только с разрешения лечащего врача.
- 19) иные патологические состояния, болезни или расстройства с неизученным влиянием физической культуры (фитнеса) на их течение.

4. ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ К ЗАНЯТИЯМ В ЗАЛАХ ГРУППОВЫХ ПРОГРАММ:

(в том числе по направлениям: силовые, аэробные, танцевальные, интервальные, круговые, функциональные, йога, пилатес, все виды тренировок на баланс и укрепление опорно-двигательного аппарата, тренировки на развитие гибкости и восстановление, тренировки на подвесных конструкциях и т.п., единоборства):

Аэробные направления:

- 1) заболевания сердечно-сосудистой системы;
- 2) высокое артериальное давление (при повышении нагрузки происходит значительное повышение цифр АД);
- 3) запущенный остеохондроз (дегенеративные изменения позвоночника, в том числе протрузии и грыжи межпозвоночного диска);
- 4) варикозное расширение вен – этот диагноз означает категорическое «нет» для прыжковой и степовой аэробики.

5) Иные патологические состояния, болезни или расстройства с неизученным влиянием физической культуры (фитнеса) на их течение.

УРОКИ ТАНЦА ЗАПРЕЩЕНЫ:

- 1) при обострении язвы желудка и/или двенадцатиперстной кишки;
- 2) при любых заболеваниях печени и поджелудочной железы;
- 3) при некомпенсированных заболеваниях почек;
- 4) при грыже межпозвонкового диска.
- 5) при иных патологических состояниях, болезнях или расстройствах с неизученным влиянием физической культуры (фитнеса) на их течение.

Силовые классы:

- 1) варикозное расширение вен (упражнения в положении сидя-лежа можно выполнять при начальной стадии заболевания);
- 2) нейроциркуляторная (вегето-сосудистая) дистония (с таким диагнозом человеку нельзя долго находиться в состоянии наклона – может начаться головокружение);
- 3) тяжелые формы бронхита и астмы;
- 4) высокая степень близорукости (требуется консультация врача-окулиста).
- 5) Иные патологические состояния, болезни или расстройства с неизученным влиянием физической культуры (фитнеса) на их течение.

В ПЕРИОД БЕРЕМЕННОСТИ:

При посещении беременным Членом Клуба групповых программ необходимо предоставить справку из женской консультации о сроке, течении беременности и об отсутствии противопоказаний к занятиям с формулировкой: «Спортивные занятия на суше для беременных посещать может».

1. При проведении занятий полностью исключаются:

- 1) все травмоопасные элементы – прыжки, бег, махи;
- 2) глубокие и резкие приседания,
- 3) наклоны,
- 4) активные растяжки и прогибы спины,
- 5) различные скручивания и наклоны, которые могут привести матку в состояние гипертонуса.

2. Во втором триместре беременности запрещены упражнения в положении лежа на спине. Рекомендуется выполнять все упражнения в положении стойки на коленях с упором на руки.

3. В третьем триместре нужно учитывать слабость связочного аппарата и очень осторожно выполнять растяжку в связи с выработкой гормона релаксина.

4. В течение всего периода беременности все упражнения желательно выполнять сидя, с дополнительной опорой спины, или в положении стоя на коленях с упором на руки.

Всегда следите за своим дыханием во время выполнения упражнений, не задерживайте его; избегайте выполнения упражнений в положении лежа и стоя, следите за температурой тела и частотой пульса, ограничьте длительность тренировок максимум 30 минутами, во втором и третьем триместре – 15 минутами, не допускайте обезвоживания и пейте во время тренировок.

5. РЕКОМЕНДАЦИИ К ОТКАЗУ ОТ ПОСЕЩЕНИЯ КЛУБА ГРАЖДАНАМ, СТРАДАЮЩИМ ХРОНИЧЕСКИМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ, входящими в перечень заболеваний, требующих

соблюдения режима самоизоляции, в период распространения коронавирусной инфекции COVID-19:

1. Болезнь эндокринной системы - инсулинозависимый сахарный диабет, классифицируемая в соответствии с Международной классификацией болезней - 10 (МКБ-10) по диагнозу E10;
2. болезни органов дыхания из числа: другая хроническая обструктивная легочная болезнь, классифицируемая в соответствии с МКБ-10 по диагнозу J44, астма, классифицируемая в соответствии с МКБ-10 по диагнозу J45, бронхоэктатическая болезнь, классифицируемая в соответствии с МКБ-10 по диагнозу J47,
3. болезнь системы кровообращения - легочное сердце и нарушения легочного кровообращения, классифицируемая в соответствии с МКБ-10 по диагнозам I27.2, I27.8, I27.9,
4. наличие трансплантированных органов и тканей, классифицируемых в соответствии с МКБ-10 по диагнозу Z94,
5. болезнь мочеполовой системы 1 - хроническая болезнь почек 3-5 стадии, классифицируемая в соответствии с МКБ-10 по диагнозам N18.0, N18.3 - N18.5. 2;
6. новообразования из числа: Злокачественные новообразования любой локализации, в том числе самостоятельных множественных локализаций, классифицируемые в соответствии с МКБ-10 по диагнозам C00-C80, C97, острые лейкозы, высоко злокачественные лимфомы, рецидивы и резистентные формы других

лимфопролиферативных заболеваний, хронический миелолейкоз в фазах хронической акселерации и бластного криза, первичные хронические лейкозы и лимфомы I, классифицируемые в соответствии с МКБ-10 по диагнозам C81-C96, D46).

Правила Клуба, неотъемлемой частью которых является Перечень медицинских противопоказаний, являются обязательными для исполнения всеми Членами Клуба/Несовершеннолетними посетителями и вступают в силу с даты утверждения Клубом и распространяются на всех Членов Клуба/Несовершеннолетних посетителей. Учитывая, что занятия физкультурно-оздоровительной деятельностью на территории Клуба предполагают нагрузку на Ваш организм или Несовершеннолетнего посетителя Клуба, настоятельно рекомендуем Вам надлежащим образом ознакомиться с Перечнем противопоказаний, и при наличии заболевания из данного перечня, проконсультироваться с врачом прежде, чем прийти на занятия в Клуб и/или привести на занятия Несовершеннолетнего посетителя.

Вы несете личную ответственность за свое здоровье и здоровье Несовершеннолетних посетителей. В случае посещения тренировки, или персональной тренировки, или групповой тренировки, и других зон Клуба, Член Клуба/Несовершеннолетний посетитель гарантирует, что не имеет медицинских противопоказаний для посещения тренировок, занятий спортом и получения физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг. Клуб не несет ответственности за вред, причиненный жизни и здоровью Член Клуба/Несовершеннолетнего посетителя в результате предоставления недостоверных сведений о состоянии здоровья.

Если во время занятий Вы/несовершеннолетний посетитель почувствуете недомогание, немедленно прекратите тренировку и обратитесь к сотруднику Клуба для оказания Вам первой помощи, а в дальнейшем к врачу.

* Перечень составлен в соответствии с Государственным стандартом Российской Федерации ГОСТ Р 52025-2003 «Услуги физкультурно-оздоровительные и спортивные. Требования безопасности потребителей», Государственным стандартом Российской Федерации ГОСТ Р 56644 «Услуги населению. Фитнес-услуги. Общие требования», Государственным стандартом Российской Федерации ГОСТ Р 57116-2016 «Фитнес-услуги. Общие требования к фитнес-объектам», Государственным стандартом Российской Федерации ГОСТ Р 57138-2016 «Фитнес-услуги для детей и подростков. Общие требования» и другими действующими законодательными актами РФ, а соответствии с рекомендациями, предложенными в следующих источниках: Перечень основных заболеваний и патологических состояний, препятствующих допуску к занятиям спортом (Макарова Г.А., Краснов А.Б., 2002), Перечень медицинских противопоказаний к учебно-тренировочному процессу и участию в спортивных соревнованиях на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства (Дидур М.Д., Ефимов, А.В., 2011), Национальные рекомендации по допуску спортсменов с отклонениями со стороны сердечно-сосудистой системы к тренировочному и соревновательному процессу (2011), Допуск к занятиям спортом при пограничных состояниях здоровья (Гуревич Т.С., 2012), а также Допуск к занятиям физической культурой и спортом при заболеваниях органов зрения (Хурай А.Р., 2010), Методические рекомендации «Медицинские противопоказания к учебно-тренировочному процессу и участвующих в спортивных соревнованиях» (разработаны Федеральным государственным бюджетным учреждением «Центр лечебной физкультуры и спортивной медицины Федерального медико-биологического агентства» (ФГБУ «ЦСМ ФМБА России», 2014).