

Правила посещения фитнес клуба «ИКС-ФИТ»

1. Общие положения.

- 1.1. Двери Клуба открыты для Вас ежедневно, кроме 1-го января, с 7.00 до 24.00 часов, а в выходные и праздничные дни с 8.00 до 23.00 часов. Вы можете пользоваться залами и оборудованием Клуба только в часы его работы. Вход в клуб прекращается за полчаса до его закрытия.
- 1.2. Карты дневных, утренних или иных ограниченных во времени посещений регламентируют время работы Клуба для данной категории карт. Член Клуба, обладающий картой такого вида, обязан покинуть клуб до наступления обозначенного времени. При нарушении указанного правила администрация вправе сократить общий срок действия карты пропорционально неоплаченному времени посещения.
- 1.3. Действие карты активируется в течение одного месяца с момента ее оплаты по договору.
- 1.4. Ваша членская карта является пропуском в Клуб. Предъявляйте её на посту охраны и на рецепции. Член или гость Клуба, не имеющий клубной карты, обязан предъявить документы, удостоверяющие личность.
- 1.5. Ключи от шкафчиков выдаются в обмен на клубную карту, а в случае её отсутствия, на документ, удостоверяющий личность. Полотенца выдаются бесплатно. В случае утери членской карты, ключа от шкафчика, полотенца, номера от гардероба или халата, взимается оплата согласно прейскуранту.
- 1.6. В период нахождения в Клубе личные вещи и одежда Члена клуба должны храниться в шкафчиках. Вход в залы Клуба со спортивными сумками, пакетами, рюкзаками запрещается. Для хранения ценных вещей предусмотрены специальные сейфы на рецепции. За сохранность вещей администрация Клуба несет ответственности только при условии Их сдачи в сейф, которая оформляется актом сдачи-приемки.
- 1.7. Забытые вещи хранятся в Клубе в течение месяца и затем передаются в благотворительные организации.
- 1.8. Оплата за услуги принимается предварительно в безналичной форме в рублях.
- 1.9. Оплата за услуги наличными деньгами может быть произведена только в кассе Клуба.
- 1.10. Для членов Клуба за отдельную плату предлагаются дополнительные услуги: персональные тренировки, массаж, солярий, консультации специалиста тест-кабинета и другие. Для использования дополнительных услуг необходимо согласовать время с соответствующими специалистами, записаться на рецепции и произвести оплату. Вы можете перенести или отменить забронированную услугу не позднее, чем за 12 часов. В противном случае, возврат оплаченной суммы не производится. Действие клип-карт на персональные тренировки имеют определенный срок действия и карты блокируются по его истечению.
- 1.11. Стоимость дополнительных услуг, а также их продолжительность, может быть изменена по усмотрению Администрации Клуба.
- 1.12. После оплаты членства и перед началом занятий член Клуба должен пройти обследование в тест-кабинете Клуба, спортивное тестирование и вводные инструктажи. Все риски причинения вреда своему здоровью в процессе самостоятельных занятий член клуба принимает на себя.
- 1.13. Во избежание травм и нанесения ущерба здоровью, рекомендуем Вам посещать занятия, выполнять упражнения и тренировочные нагрузки, соответствующие Вашему уровню подготовленности.
- 1.14. Для тренировок в Клубе необходимо иметь предназначенную для этого одежду и обувь. В верхней одежде и уличной обуви находиться в помещениях Клуба не разрешается. Администрация Клуба вправе не допускать Вас на тренировку в уличной обуви.
- 1.15. Во время проведения клубных мероприятий (включая групповые занятия на кардио тренажерах) зона, предназначенная для тренировок, может быть ограничена.
- 1.16. Клуб оставляет за собой право в течение года полностью закрываться для проведения технических и иных клубных мероприятий не более 4 дней в году. Дни такого закрытия не компенсируются.
- 1.17. Клуб оставляет за собой право в течение года полностью закрывать зону бассейна для проведения ремонтных и профилактических работ с оборудованием, чашей и помещениями бассейна не более 14 дней в году. Дни такого закрытия не компенсируются. Информирование Клиентов о закрытии клуба или его отдельных зон происходит при помощи смс-информирования, или объявлениями во всех зонах клуба, в т.ч. через объявления по громкой связи. Информирование Контактного лица Заказчика о закрытии клуба или его отдельных зон происходит при помощи уведомления, направленного на электронную почту.
- 1.18. Члены клуба вправе пользоваться перечнем услуг Клуба в соответствии с видом членства, определенным Договором.
- 1.19. Являясь членом и следуя рекомендациям Международной Ассоциации спортивных, оздоровительных и теннисных клубов IHRSA, Клуб, объявляя о своём статусе как **международного и поликультурного**, придерживается принципов равенства, взаимоуважения, равноправия и адекватного отношения к его Правилам со стороны всех членов Клуба.
- 1.20. Просим Вас соблюдать правила общей гигиены и чистоту во всех помещениях Клуба. Не разрешается приносить в клуб продукты питания, напитки, спортивные добавки, медикаменты. Принимать пищу в местах, предназначенных для тренировок, в зонах отдыха и раздевалках не разрешается. Не разрешается проводить праздничные встречи без согласования с администрацией.
- 1.21. Во избежание несчастных случаев, Правила пользования саунами не допускают непосредственного полива водой теплоносителей, а также использования косметических средств (кремов, средств для пилинга, масел и т.п.).
- 1.22. После окончания тренировок необходимо вернуть использованное оборудование в специально отведенные места. Члены клуба несут материальную ответственность за утерю или порчу используемого ими инвентаря Клуба, а также за порчу любого имущества Клуба.
- 1.23. Члены Клуба на его территории могут пользоваться услугами только инструкторов клубов «X-FIT». Проведение персональных тренировок членами Клуба не разрешается. Использование помещений Клуба его членами с целью извлечения доходов или иной выгоды запрещено.
- 1.24. Самостоятельное использование музыкальной и другой специализированной аппаратуры Клуба не разрешается.
- 1.25. Кино и фотосъемка в Клубе без специальной договоренности с администрацией Клуба не разрешена.
- 1.26. Гостевые визиты в Клуб запрещены, за исключением, когда данная услуга включена в комплекс услуг клубной карты.
- 1.27. Все помещения Клуба являются зонами, свободными от курения.
- 1.28. Не разрешается находиться в Клубе в нетрезвом виде, а также распивать спиртные напитки на территории Клуба, принимать наркотические средства.
- 1.29. За сохранность и ущерб, причиненный автомобилю, а также за сохранность имущества, находящегося в автомобиле, во время его нахождения на парковке администрация ответственности не несет.
- 1.30. Член Клуба имеет право пользования парковкой только в течение времени своего нахождения в Клубе.
- 1.31. Член Клуба обязуется соблюдать требования службы охраны территории Клуба, касающиеся парковки автомобиля.
- 1.32. Въезд на территорию Клуба разрешен только по клубной карте.

- 1.33. В случае необходимости допускается введение администрацией иных, не предусмотренных настоящим Договором, внутренних Правил посещения Клуба, о чём Член клуба информируется при посещении Клуба.
 - 1.34. Администрация Клуба не несет ответственности, за вред, причиненный действиями (бездействиями) третьих лиц, а также, если причиной нанесения вреда, в том числе здоровью, стало нарушение правил пользования тренажерами, правил безопасности на воде, а также положений настоящих Правил.
 - 1.35. Клуб не несет ответственности за вред, связанный с ухудшением здоровья, если состояние здоровья члена клуба ухудшилось в результате острого заболевания, обострения травмы, последствий перенесенной операции или хронического заболевания, имевшихся у члена клуба до момента посещения.
 - 1.36. Администрация Клуба не несет ответственность за вред, связанный с любым ухудшением здоровья Члена клуба и травмами, явившимися результатом или полученными в результате любых занятий, предлагаемых в Клубе, в том числе занятий в тренажерном зале, бассейне, залах аэробики и т.д. Член клуба полностью берет на себя ответственность за состояние своего здоровья и состояние здоровья своих несовершеннолетних детей, посещающих Клуб вместе с ним. Член Клуба не вправе требовать от Исполнителя какой-либо компенсации морального, материального вреда или вреда причиненного здоровью Члену клуба, как в течение срока действия клубной карты, так и по истечении срока ее действия, за исключением случаев, прямо предусмотренных действующим законодательством.
 - 1.37. Продление членства в Клубе должно быть оформлено до истечения срока действия выданной ранее карты.
 - 1.38. Член клуба не вправе требовать возврата полной или частичной стоимости Услуг, в том числе в случае, когда Член Клуба не воспользуется предоставляемыми услугами в течение действия клубной карты.
 - 1.39. По письменному заявлению Члена клуба Исполнитель приостанавливает оказание Услуг на условиях и на срок, определенный видом членства («заморозка клубной карты») не менее 7 дней, предоставление Услуг возобновляется по истечению указанного в заявлении срока. В случае приостановки оказания Услуг срок действия клубной карты автоматически пролонгируется на срок приостановки оказания Услуг. Условия настоящего пункта не распространяется на виды членства, продолжительностью менее 6 месяцев.
 - 1.40. Администрация Клуба не несет ответственности перед Членом Клуба за приостановку или прекращение работы Клуба, обусловленных действием обстоятельств непреодолимой силы, т.е. чрезвычайных и непредотвратимых при данных условиях обстоятельств, возникших помимо воли и желания сторон и которые нельзя предвидеть или избежать (объявленная или фактическая война, гражданские волнения, террористические акты, эпидемии, блокада, пожары, землетрясения, наводнения и другие природные стихийные бедствия, а также издание актов государственных органов и прочие явления форс-мажорного характера).
 - 1.41. В случае невозможности предоставления услуг, если это неисполнение явилось или является следствием действия обстоятельств непреодолимой силы, а также в случаях реконструкции, ремонта здания или отдельной его части, Клуб вправе в одностороннем порядке предоставить возможность посещения другого клуба Сети «ИКС-ФИТ» и обеспечить оказание им аналогичных услуг. Временное изменение места оказания услуг не является основанием расторжения Договора.
За технические неудобства, вызванные проведением городскими властями сезонных профилактических и ремонтно-строительных работ, Клуб ответственности не несёт. Компенсация, как правило, осуществляется путем добавления дней к сроку договора и действию клубных карт или возвратом денежных средств на расчетный счет Заказчика.
 - 1.42. В случае нарушения Членом клуба положений Правил посещения фитнес клуба «ИКС-ФИТ» действие клубной карты прекращается в одностороннем порядке по решению администрации Клуба без возврата как полной, так и частичной стоимости Услуг.
 - 1.43. Правила клуба и текущие административные объявления, вывешенные в клубе в общедоступных местах и на всеобщее обозрение, обязательны для соблюдения наряду с данными правилами.
- ## 2. Правила посещения бассейна
- 2.1. Перед первым посещением бассейна Член Клуба должен пройти вводный инструктаж с инструктором бассейна.
 - 2.2. Перед посещением бассейна Член Клуба должен принять душ.
 - 2.3. Не разрешается нахождение в бассейне в не предназначенной для этого одежде и обуви.
 - 2.4. Рекомендуем Вам посещать занятия в бассейне в плавательной шапочке. Желательно иметь справку от врача, разрешающую посещать занятия в бассейне.
 - 2.5. Групповые занятия по аквааэробике проводятся по расписанию, которое может быть заблаговременно изменено администрацией Клуба. На занятия необходимо приходить по расписанию, без опозданий. Опоздание на занятие более чем на 10 минут опасно для Вашего здоровья, инструктор имеет право не допустить клиента на данное занятие. Правила посещения групповых занятий указаны дополнительно в расписании, вывешенном на рецепции Клуба.
 - 2.6. Во избежание травм не разрешается бегать по кафельному покрытию бассейна и прыгать в воду с бортиков.
 - 2.7. Во время проведения групповых занятий в бассейне зона для плавания может быть ограничена
- ## 3. Правила посещения тренажерного зала.
- 3.1. В целях Вашей безопасности не разрешается нахождение в тренажерном зале в обуви, которая не предназначена для тренировок, (в том числе в тапочках, за исключением спортивных), а также в обуви, которая может разрушать специальные покрытия пола, иным образом изменять их свойства, оставлять на них следы.
 - 3.2. Упражнения с максимальными весами в тренажерном зале допускается выполнять строго с инструктором.
 - 3.3. Не разрешается бросать на пол диски, гантели и другое оборудование, по окончании тренировки необходимо убрать за собой оборудование.
 - 3.4. При пользовании тренажерами просим использовать полотенца (класть на скамейки и другие плоские поверхности, которые соприкасаются с телом).
 - 3.5. Просим, в соответствии с этическими правилами профессионализма и уважения других членов Клуба, контролировать себя и воздерживаться от громких звуков и ненормативной лексики при выполнении упражнений с максимальными весами.
 - 3.6. Просим перевести Ваши мобильные средства связи на режим «без звука».
- ## 4. Правила посещения спортивных залов (залов групповых программ, сайкла, игровых видов спорта).
- 4.1. Прежде чем посетить групповое занятие, рекомендуем Вам пройти инструктаж в зоне групповых программ с инструктором.
 - 4.2. Не разрешается нахождение в залах в обуви, которая может разрушать специальные покрытия пола, иным образом изменять их свойства, оставлять на них следы. Занятия в специальных классах (йога, Пилатес, восточные практики и боевые искусства) проводятся босиком.
 - 4.3. Групповые занятия проводятся по расписанию, которое может быть заблаговременно изменено администрацией Клуба. На занятия необходимо приходить по расписанию, без опозданий. Опоздание на занятие более чем на 10 минут, а так же несоответствие уровня подготовки - дает право инструктору не допустить на проводимое занятие.
 - 4.4. Администрация вправе поменять заявленного в расписании инструктора и вносить изменения в расписание групповых занятий в любое время.

- 4.5. Во избежание травм, пользуясь водой во время занятий, ставьте стаканы на специальные полки. Осторожней перемещайтесь по залу со стаканами в руках. О пролитой воде немедленно сообщайте персоналу на рецепции или в тренажерном зале.
- 4.6. На групповых занятиях не разрешается использовать собственную хореографию и свободные веса без соответствующей команды инструктора.
- 4.7. Запрещается резервировать места в залах групповых программ.
- 4.8. Использование мобильных телефонов в залах аэробики не разрешается.
- 4.9. Настоятельная просьба не использовать сильных «парфюмов».

5. Правила посещения Клуба детьми

- 5.1. Дети до 3 лет в Клуб не допускаются.
- 5.2. Дети до 14 лет посещают Клуб в сопровождении родителей. Посещать Клуб имеют право дети родителей, являющихся на момент посещения Членами Клуба, и при наличии детской клубной карты.
- 5.3. Допускаются также разовые платные посещения, при условии одновременного посещения родителями Клуба по платному разовому визиту либо имеющими клубную карту.
- 5.4. Родители несут персональную ответственность за детей на территории Клуба. Дети на территории Клуба не имеют права находиться без присмотра родителей или ответственного лица.
- 5.5. Сопровождение ребенка в детскую комнату и на другие занятия доверенным лицом (няня, бабушка) происходит после оформления родителями заявления. Родители и/или сопровождающее лицо должны быть Членом Клуба. Родители не должны оставлять детей на территории Клуба без присмотра.
- 5.6. Приходить в детскую комнату и перемещаться из одной зоны в другую ребенок может только в сопровождении родителей или сотрудника клуба.
- 5.7. Не забудьте поделиться с нами индивидуальными особенностями Вашего ребенка, его предпочтениями, чертами характера, а также его состоянием здоровья (наличием заболеваний, травм, перенесенных операций и проч.), так как Вы несете персональную ответственность за здоровье Ваших детей.
- 5.8. Мы просим одевать детей в удобную спортивную форму и кроссовки
- 5.9. Не допускается приносить продукты питания и употреблять их на занятиях, а также в иных помещениях Клуба, не предназначенных для этого. Пользуйтесь услугами фитнес-бара.
- 5.10. Занятия в Студиях и персональные занятия с детьми проходят по предварительной записи.
- 5.11. С целью избежания инфицирования детей в Клубе просим оставить ребенка дома в следующих случаях:
 - ⇒ если у ребенка насморк, кашель, болит горло или другое инфекционное заболевание;
 - ⇒ если у ребенка расстройство желудка, тошнота или другое кишечное недомогание;
 - ⇒ если у ребенка повышенная температура;
 - ⇒ если у ребенка сыпь, незажившие ранки.

Ребенок должен быть абсолютно здоров. Мы знаем, что эти требования могут показаться излишне придирчивыми, но поверьте, мы хотим, чтобы Ваш ребенок оставался здоровым и чувствовал себя комфортно в нашем клубе.

5.12. Тренажерный зал.

- 5.12.1. Дети младше 14 лет могут посещать тренажерный зал только с персональным тренером по предварительной договоренности. Самостоятельно посещать тренажерный зал детям до 14 лет запрещается.
- 5.12.2. Самостоятельно на тренажерах могут заниматься дети с 14 лет до 16 лет с обязательным присутствием дежурного инструктора.

5.13. Групповые занятия.

- 5.13.1. Посещать групповые занятия для детей могут дети с 3 лет, согласно расписанию и указанному возрастному диапазону.
- 5.13.2. Детские групповые занятия проводятся по расписанию, которое может быть заблаговременно изменено администрацией Клуба. На занятия необходимо приходиться по расписанию, без опозданий. Дети, опоздавшие более чем на 10 минут после начала тренировки могут быть не допущены тренером, в целях безопасности ребенка.
- 5.13.3. Групповые занятия для детей проводятся при обязательном нахождении родителей на территории Клуба.
- 5.13.4. Родителям не разрешается вмешиваться в процесс занятия, проводимого тренером, давать команды, или иным образом отвлекать внимание занимающихся детей. Разговаривать с ребенком можно только после окончания занятия.
- 5.13.5. Мы рекомендуем приводить детей на групповые занятия соответствующие по сложности их возрасту. Возрастные ограничения указаны в описании уроков.
- 5.13.6. Групповые занятия для взрослых могут посещать дети с 10 лет только по персональной рекомендации фитнес-куратора Клуба.

5.14. Занятия в бассейне

- 5.14.1. Посещать бассейн могут дети с 3 лет согласно ниже установленным правилам:
 - 5.14.1.1. Дети с 3 до 14 лет посещают бассейн только в сопровождении родителей или персонального инструктора на персональной тренировке, проводимой по предварительной записи и оплате. **Детям младше 14 лет находиться в бассейне самостоятельно запрещено.**
 - 5.14.1.2. Дети с 6 до 12 лет могут посещать детские специальные занятия в бассейне в точном соответствии возрасту, уровню подготовки и согласно расписанию.
 - 5.14.1.3. Находясь на территории бассейна, дети должны соблюдать общие правила, установленные в Клубе. Не разрешается бегать, прыгать с бортиков, играть в воде, совершать прочие действия, которые могут помешать другим плавающим.
 - 5.14.1.4. Дети до 12 лет могут использовать джакузи, парную и сауну только в сопровождении взрослых. Запрещается использование джакузи для плавания и игр. **Детям младше 5 лет пользоваться джакузи не разрешается.**

5.15. Правила посещения детской комнаты:

- 5.15.1. Время работы детской комнаты устанавливается администрацией Клуба.
- 5.15.2. Детскую комнату посещают дети от 3 лет, имеющие детскую клубную карту. Дети, не являющиеся членами клуба, могут пользоваться разовыми платными услугами детской комнаты.
- 5.15.3. Дети, являющиеся членами детского клуба, могут находиться в детской комнате не более 3-х часов. Пребывание ребенка в детской комнате свыше указанного срока оплачивается дополнительно согласно утвержденному прейскуранту.
- 5.15.4. Передачу ребенка в детскую комнату осуществляет менеджер рецепции в сопровождении родителей.
- 5.15.5. Во время пребывания ребенка в детской комнате родители должны находиться в клубе.
- 5.15.6. Если родители не уверены, что ребенок может оставаться один, они могут периодически навещать его или сократить время посещения в первые дни.

- 5.15.7. Посещение детской комнаты не рекомендуется, если ребенок нездоров (насморк, кашель, повышенная температура и т.д.).
- 5.15.8. Не разрешается приносить личные игрушки из дома, т.к. детское оборудование проходит специальную обработку.
- 5.15.9. Запрещается приносить продукты питания, при необходимости воспользуйтесь услугами фитнес – бара.
- 5.15.10. Администрация клуба не несет ответственности за вред, причиненный здоровью ребенка как во время занятия, так и после посещения детской комнаты.

Администрация не несет ответственности за любые неблагоприятные последствия, происшедшие по вине члена клуба и их детей, связанных с нарушением положений настоящих Правил.

Ответственность

6.1. Ответственность по настоящему Договору Стороны несут в соответствии с законодательством Российской Федерации.

6.2. Клуб несет ответственность за вред, причиненный Корпоративным клиентам, при наличии вины Клуба.

6.3. В случае, когда Член Клуба не воспользуется правом посещения Клуба в течение срока действия договора и в соответствии с положениями настоящего Договора, Клуб освобождается от исполнения обязательств, предусмотренных настоящим Договором, в том числе от возврата Члену Клуба уплаченных сумм по настоящему Договору.

6.4. Клуб не несет ответственности за вред, причиненный жизни или здоровью Корпоративного клиента или его имуществу, возникший:

6.4.1. в результате действий клиентов, третьих лиц;

6.4.2. в результате нарушения Корпоративным клиентом Правил Клуба, правил техники безопасности или рекомендаций Клуба, его работников или третьих лиц при пользовании Услугами Клуба;

6.4.3. по неосторожности Корпоративного клиента;

6.4.4. в случае, если корпоративный Клиент не сообщил письменно Клубу об имеющихся у него заболеваниях и противопоказаниях;

6.4.5. в иных случаях, предусмотренных законодательством Российской Федерации.

6.5. Клуб не несет ответственности за вред, связанный с ухудшением здоровья, если состояние здоровья Корпоративного клиента ухудшилось в результате острого заболевания, обострения травмы или хронического заболевания.

6.6. Клуб не несет ответственность за сохранность оставленных на территории Клуба имущества Корпоративных клиентов, третьих лиц.

6.7. Стороны освобождаются от ответственности за частичное или полное неисполнение обязательств по настоящему Договору, если это неисполнение явилось следствием действия обстоятельств непреодолимой силы.

К таким обстоятельствам относятся: наводнение, пожар, землетрясение, или иные явления природы форс-мажорного характера, а также войны, военные действия, акты и/или действия федеральных органов государственной власти, органов государственной власти субъектов Федерации или органов местного самоуправления, и любые другие обстоятельства вне разумного контроля Сторон.