

# Regulamin korzystania z Twojego Centrum Aktywności w okresie pandemii koronawirusa COVID 19.

**Regulamin obowiązuje od dnia 6 czerwca 2020 r. do odwołania. Aktualizacja na dn. 21.10.2020.**

## Słownik :

- **Trener** – należy przez to rozumieć wyłącznie trenera lub instruktora sportu prowadzącego zajęcia lub obsługującego Uczestników na siłowni,
  - **Pracownik** – należy przez to rozumieć osobę fizyczną wykonującą w imieniu właściwego zarządcy obiektu sportowego czynności związane z funkcjonowaniem fitness klubu,
  - **Uczestnik** – należy przez to rozumieć każdą osobę, przebywającą w fitness klubie nie będącą Trenerem lub Pracownikiem.
1. W fitness klubie w ramach siłowni odbywają się zajęcia zorganizowane. Harmonogram zajęć dostępny jest na [www.ucsir.pl](http://www.ucsir.pl). W zajęciach może uczestniczyć max. 10 osób. Do grup można zapisać się dzwoniąc pod nr tel. **22/643 94 36** podając nr karty lub imię i nazwisko. Można zapisać się również przed samymi zajęciami, o ile będą jeszcze wolne miejsca w grupie.
  2. Z usług fitness klubu nie mogą skorzystać osoby, które:
    - obserwują u siebie objawy choroby zakaźnej; powinni udać się do domu i skorzystać z teleporady medycznej,
    - są objęci kwarantanną lub izolacją,
    - mieli w ciągu ostatnich 14 dni kontakt z osobą podejrzaną o zakażenie, zakażoną lub chorą na COVID-19.
  3. Każdy Uczestnik, Trener i Pracownik przed wejściem do fitness klubu jest zobowiązany do dezynfekcji rąk oraz własnego sprzętu sportowego o ile taki posiadają, a przed wyjściem – do dezynfekcji rąk.
  4. Każdy Uczestnik wchodząc do klubu powinien być w maseczce lub w przyłbicy zasłaniającej nos i usta, którą na czas aktywności fizycznej powinien zostawić w szatni. UWAGA! Maseczkę lub przyłbicę zdejmujemy przed samym wyjściem z szatni, a zakładamy od razu po powrocie do szatni.
  5. Na terenie fitness klubu obowiązuje zakaz bezpodstawnego przemieszczania się Uczestników. Dopuszcza się wyłącznie przemieszczanie w celu przebrania się, odbycia aktywności (przejście na zajęcia i wyjście z nich) oraz skorzystania z wyznaczonych węzłów WC.
  6. Kontakt z recepcją, inny niż na potrzeby obsługi Uczestnika, dokonywany jest wyłącznie telefonicznie lub za pośrednictwem poczty elektronicznej.
  7. Rekomendowany jest zakup karnetów on-line lub płatność kartami płatniczymi w recepcji fitness klubu.
  8. Czas trwania zajęć na siłowni oraz przerw ujęty jest w harmonogramie.
  9. Uczestnicy i Trenerzy po zakończeniu zajęć są zobowiązani do niezwłocznego opuszczenia fitness klubu w celu uniknięcia gromadzenia się osób.
  10. Nakazuje się zachowanie bezpiecznej odległości między Uczestnikami, Trenerami oraz Pracownikami. Rekomendowane jest min. 1,5 m.
  11. Podczas kaszlu i kichania należy zakrywać usta i nos zgiętym łokciem lub chusteczką – jak najszybciej wyrzucić chusteczkę do zamkniętego kosza i umyć ręce.
  12. Należy używać jedynie swoich ręczników oraz butelek z wodą lub napojami.
  13. Po zakończonym ćwiczeniu należy zdezynfekować po sobie sprzęt lub urządzenie treningowe udostępnionym środkiem do dezynfekcji. Zaleca się w miarę możliwości korzystanie przez Uczestników z własnego sprzętu typu maty itp.
  14. Uczestnicy, którzy w sposób rażący naruszają zasady bezpieczeństwa, podlegają upomnieniu przez Trenera lub Pracownika i w ostateczności mogą zostać poproszone o opuszczenie obiektu ze skutkiem natychmiastowym.
  15. Jeśli u Uczestnika wystąpią niepokojące objawy chorobowe podczas korzystania z siłowni/sali CROSS zostanie on odsunięty od zajęć i poproszony o jak najszybsze udanie się transportem indywidualnym (własnym, sanitarnym) do domu albo oddziału zakaźnego.
  16. W przypadku wystąpienia sytuacji opisanej w pkt. 15 zostaną przerwane zajęcia, w celu gruntownej dezynfekcji przestrzeni, w których przebywał zakażony Uczestnik oraz dezynfekcji urządzenia/sprzętu, który był wykorzystywany przez niego w trakcie treningu.
  17. Z siłowni mogą skorzystać publiczne i niepubliczne placówki oświatowe oraz Trenerzy Personalni i inne podmioty prowadzące działalność gospodarczą związaną ze sportem na podstawie umowy zawartej z UCSiR.