

REGULAMIN TRENINGÓW AQUA FITNESS

Postanowienia ogólne

§ 1

1. Regulamin uczestnictwa w treningach Aqua Fitness, zwany dalej Regulaminem obowiązuje wszystkich uczestników treningów Aqua Fitness odbywających się na terenie CSiR Przystań na Eisenberga.
2. Każdy uczestnik treningu Aqua Fitness zobowiązany jest do zapoznania się z Regulaminem oraz do bezwzględnego przestrzegania jego zasad.
3. Treningi trwają 45 minut na terenie hali basenowej, po tym czasie uczestnicy treningów powinni opuścić halę basenową i udać się do szatni, w innym wypadku naliczana jest dopłata zgodnie z cennikiem pływalni. Ostateczne rozliczenie pobytu bez dopłaty winno nastąpić do 75 minut od wejścia na strefę płatną.
4. Warunkiem odbycia się treningu jest rejestracja min. 3 osób.
5. Grupowe treningi Aqua Fitness to treningi ogólnorozwojowe, przeznaczone dla osób na każdym poziomie zaawansowania. Ćwiczenia w wodzie są nieskomplikowane, poprawiają kondycję, wzmacniają mięśnie i kształtują całe ciało. W każdej chwili można dołączyć do grupy. Uczestnik treningu sam decyduje jak intensywnie chce ćwiczyć.

Warunki uczestnictwa w treningach

§ 2

1. W treningach mogą uczestniczyć osoby, które wykupiły karnet (pakiet) na określoną ilość wejść lub jednorazowy bilet wstępu oraz dokonały rezerwacji miejsca poprzez stronę www, aplikację mobilną, recepcję Basenu, klubu Siłowni i Fitness lub telefonicznie pod numerem: 721-949-101, 607-481-800. Opcja zapisów online jest dostępna wyłącznie dla posiadaczy karnetu (pakietu treningów).
2. Rezerwacja uczestnictwa w treningu jest możliwa najpóźniej do godziny 20:00 dnia poprzedzającego w którym mają się odbyć treningi.
3. Odwołanie rezerwacji jest możliwe do godziny 20:00 dnia poprzedzającego trening. W przypadku nieodwołania treningu zgodnie z § 2 pkt. 2 nieodwołanie rezerwacji po tym czasie skutkuje uznaniem treningu za przeprowadzony.
4. Uczestnicy treningu zobowiązani są do przyjscia na trening minimum 10 minut przed jego rozpoczęciem, w celu przygotowania się do treningu.
5. Do uczestnictwa w treningach nie jest wymagana umiejętność pływania.
6. Kadra instruktorska odpowiada za rzetelne prowadzenie treningów, natomiast za bezpieczeństwo osób korzystających z basenu odpowiadają ratownicy zatrudnieni na pływalni.
7. Uczestnik treningu, biorący udział w treningach, a w przypadku osób niepełnoletnich opiekun prawny, deklaruje, że jego stan zdrowia pozwala na uczestnictwo w treningach sportowo-rekreacyjnych i nie ma przeciwwskazań lekarskich do brania czynnego udziału w treningach.
8. Osoby posiadające przeciwwskazania lub ograniczenia wynikające ze stanu zdrowia, powinny każdorazowo skonsultować możliwość wzięcia udziału w treningach z instruktorką.
9. Instruktor prowadzący trening i CSiR Przystań na Eisenberga nie odpowiada za szkody i ewentualne urazy, wynikające z niedostosowania się do zapisów Regulaminu i poleceń obsługi.



10. Kobiety w ciąży mogą uczestniczyć w treningach po przedstawieniu zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań oraz podpisaniu oświadczenia, że w treningach uczestniczą na własną odpowiedzialność.
11. Treningi są przeznaczone dla osób pełnoletnich. Osoby powyżej 16 roku życia mogą warunkowo uczestniczyć w treningach po przedstawieniu pisemnej zgody opiekuna prawnego. Osoby poniżej 16 roku życia nie mogą uczestniczyć w treningach.
12. Uczestnik, który swoim niewłaściwym zachowaniem lub nie przestrzeganiem przepisów regulaminów strefy basenowej utrudnia prowadzenie treningów może zostać z nich usunięty.
13. Uczestnicy treningów zobowiązani są do posiadania czepka oraz stroju kąpielowego, zgodnego z obowiązującym Regulaminem Basenu.

Zasady bezpieczeństwa i higieny

§ 3

1. Przed wejściem do wody należy dokładnie umyć się pod natryskiem.
2. Osoby, u których występują choroby skóry, infekcje, otwarte skaleczenia, rany nie mogą uczestniczyć w treningach Aqua Fitness.
3. Zaleca się uczestnictwo w treningach w czepku, strojach jednoczęściowych, korzystanie z kłapek kąpielowych oraz zabierania ze sobą ręcznika (istnieje możliwość wypożyczenia ręcznika za dodatkową opłatą).
4. W trakcie treningów uczestnik zobowiązany jest prawidłowo reagować na wszystkie polecenia instruktorów, ratowników i pozostałej obsługi.
5. Wszelkie urazy i skaleczenia należy bezzwłocznie zgłosić instruktorowi lub ratownikowi.

Płatności

§ 4

1. Opłatę za karnet (pakiet treningów) lub jednorazowy bilet wstępu należy uiścić w recepcji CSiR Przystań na Eisenberga.
2. Karnet jest imienny i nie może być udostępniany osobom trzecim.
3. Karnet na 4 wejścia może zostać wykorzystany w terminie 40 dni od zakupu.
4. Karnet na 8 wejść może zostać wykorzystany w terminie 70 dni od zakupu.
5. Karnet na 12 wejść może zostać wykorzystany w terminie 90 dni od zakupu.
6. W przypadku nieobecności z winy uczestnika i nieodwołanie treningu, zgodnie z § 2 pkt. 3 zajęcia są uznane za przeprowadzone.
7. W przypadku niewykorzystania karnetu nie przysługuje zwrot pieniędzy ani przedłużenie jego ważności z zastrzeżeniem § 4 pkt. 7 i 8 niniejszego regulaminu.
8. W przypadku remontów, przerw technologicznych i innych zdarzeń na terenie CSiR Przystań na Eisenberga uniemożliwiających korzystanie z treningów Aqua Fitness zakupione karnety przedłużają swoją ważność o czas, w którym uczestnik nie mógł korzystać z treningów.
9. W przypadku odwołania treningów z przyczyn niezależnych od CSiR Przystań na Eisenberga lub leżących po stronie instruktora treningi zostaną przeprowadzone w innym terminie.

Przeciwwskazania do uczestnictwa w treningach

§ 5

1. Choroby układu krążenia np.: niewydolność krążenia migotanie przedsionków, wady serca wrodzone, zakrzepowe zapalenie żył i inne.



2. Choroby układu oddechowego np.: zapalenie oskrzeli, zapalenie płuc, rozedma płuc, dychawica oskrzelowa (astma) z częstymi napadami duszności, i inne.
3. Choroby przewodu pokarmowego np.: wrzód żołądka i dwunastnicy, ostry nieżyt żołądka, ostre zapalenie jelit, wirusowe zapalenie wątroby, zapalenie pęcherzyka i dróg żółciowych.
4. Choroby układu dokrewnego np.: nadczynność tarczycy, cukrzyca z powikłaniami, niedoczynność kory nadnerczy.
5. Choroby laryngologiczne np.: uszkodzenie małżowiny i przewodu słuchowego zewnętrznego, ostre zapalenie ucha wewnętrznego, choroby narządu przedsionkowego (błędnika), ostry i przewlekły nieżyt nosa i jam bocznych nosa, zapalenie migdałków podniebiennych. Przeciwwskazania okulistyczne np.: ostre i przewlekłe zapalenie spojówek, zapalenie woreczka łzowego, zapalenie twardówki, odwarstwienie siatkówki.
6. Przeciwwskazania chirurgiczne: ostre zapalne stany narządów jamy brzusznej, stany zapalne skóry, tkanki podskórnej, mięśni, czyraki, ropne zakażenia.
7. Choroby ginekologiczne np.: stany zapalne narządu rodniczego, mięśniaki macicy z krwawieniami, ciąża, ale tylko 6 tygodni przed porodem.
8. Inne: stany zagrażające udarem mózgu, ostre i przewlekłe zapalenie nerek, choroby reumatyczne w stanie zaostrzenia, choroby krwi o przebiegu ostrym i postępującym, wszelkie choroby przebiegające z podwyższoną temperaturą ciała.
9. Osoby uczestniczące w zajęciach powinny upewnić się w Przychodni POZ co do braku przeciwwskazań do korzystania z treningów.

Postanowienia końcowe

§6

1. CSiR Przystań na Eisenberga zastrzega sobie prawo do dokonywania zmian w Regulaminie.
2. Uczestnicy treningów są informowani o ewentualnych zmianach za pośrednictwem strony www, w recepcji, drogą mailową lub sms.
3. Informacje o zmianach podawane są z dwutygodniowym wyprzedzeniem.
4. Wszystkie wnioski, uwagi i skargi należy zgłaszać do Koordynatora strefy basenowej lub poprzez formularz kontaktowy na stronie www.przystannaeeisenberga.pl
5. W sprawach nieuregulowanych Regulaminem decyzje podejmuje Zarząd CSiR Przystań na Eisenberga.

