

«Размещён в официальной группе FRESH LIFE Мурманск в VK на <https://vk.com/docs-145324016>»

ДОГОВОР ПУБЛИЧНОЙ ОФЕРТЫ на оказание спортивно- оздоровительных фитнес услуг

г. Мурманск

20.03.2023г.

Настоящий договор публичной оферты (далее – Оферта, Договор) представляет собой официальное предложение Общества с ограниченной ответственностью «Фитнес Сити», в лице Генерального директора Назарова Юрия Николаевича, действующей на основании Устава, (именуемое в дальнейшем Исполнитель/Фитнес клуб) адресованное неопределенному кругу лиц, которые могут выразить свое согласие на приобретение фитнес услуг (предоставление свободного доступа к профессиональному спортивному оборудованию и инвентарю Фитнес клуба, в специально оборудованных помещениях для занятий, а так же получению физкультурно – оздоровительных услуг по физической подготовке и физическому развитию и других услуг) на основании заявления Заказчика (далее так же Член клуба/Клиент) о присоединении к настоящему договору (Приложение № 1).

В соответствии с пунктом 2 статьи 437 Гражданского Кодекса Российской Федерации (далее – ГК РФ) данный документ является публичной Офертой, и, в случае принятия изложенных ниже условий и оплаты услуг Фитнес клуба лицо, совершившее акцепт этой Оферты, становится Заказчиком в соответствии с пунктом 3 статьи 438 ГК РФ, акцепт Оферты равносителен заключению договора на условиях, изложенных в Оферте.

Оферта доступна для ознакомления в отделе продаж, на информационной стойке клуба и в официальной группе FRESH LIFE Мурманск в VK на <https://vk.com/docs-145324016>.

1. ПРЕДМЕТ ДОГОВОРА

1.1. Предметом настоящей Оферты является возмездное оказание Исполнителем фитнес услуг в период действия Клубной карты по выбранной Заказчиком программе, либо индивидуально согласно Заявления Заказчика в порядке и в сроки/периоды, предусмотренные заявлением Заказчика о присоединении к настоящему договору и его заключении (Приложение №1) и/или приложением к нему.

1.2. Заказчик подтверждает, что до момента заключения Договора (Акцепта настоящей Оферты - подписания заявления о присоединении к настоящему договору и оплаты стоимости фитнес услуг, именно на предложенных Исполнителем условиях) получил от Исполнителя всю полную информацию, включая, но не ограничиваясь: о сроках/периоде, порядке оказания услуги по предоставлению доступа Члену клуба к тренажерному залу, бассейну, залам групповых занятий, а так же по предоставлению физкультурно-оздоровительных услуг по виду, типу, содержанию выбранных Заказчиком услуг, медицинских и иных противопоказаниях для выбранных услуг, Правилах Фитнес клуба, времени работы, цене услуг и др.

1.3. В случае неполучения от Исполнителя сведений, информации, указанных в п. 1.2. настоящего договора, иных сведений либо информации по существу оказания услуг Исполнителем, Заказчик не должен подписывать заявление о присоединении к настоящему договору или совершать конклюдентные действия направленные на исполнение Договора (в том числе: оплата товаров, услуг через мобильное приложение и др.) до получения таковых.

Заявлением о присоединении к настоящему договору, Заказчик подтверждает согласование всех существенных условий договора и согласие со всеми условиями настоящего договора.

1.4. Заказчик подтверждает, что результатом оказания услуг в рамках настоящей Оферты будут являться действия Исполнителя по предоставлению Заказчику возможности посещать Фитнес клуб в период действия Клубной карты для получения определенных в заявлении Услуг, что во всяком случае является правом самого Клиента. Достижение какого-либо иного результата Заказчиком не входит в предмет настоящего договора.

1.5. Фитнес клуб предоставляет услуги, предусмотренные условиями Настоящей оферты, обеспечивая Члену клуба свободный доступ к указанным услугам, а также возможность пользования ими по своему усмотрению и выбору в период действия Клубной карты, по истечении которого услуги считаются предоставленными в полном объеме (вне зависимости от частоты посещения Фитнес клуба Членом Клуба), без дополнительного подписания акта об оказании услуг.

1.6. Фитнес-клуб обязуется на условиях настоящего договора оказывать Члену клуба услуги по организации и проведению физкультурных, физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий (далее –«спортивных услуги»), оказываемых на территории Фитнес клуба, а Член клуба обязуется оплатить эти услуги и соблюдать Правила клуба (Приложение №2) к настоящему договору).

1.7. В перечень предоставляемых услуг спортивных услуг при посещении Фитнес клуба входит (в зависимости от вида Клубной карты): посещение тренажерного зала и других залов и зон Фитнес клуба, групповые занятия/программы по расписанию, предусмотренные расписанием занятий Фитнес клуба, за исключением дополнительных платных услуг.

1.8. В перечень дополнительно предоставляемых услуг (входят в стоимость настоящего договора в зависимости от вида клубной карты) входит: одна стартовая (вводная) тренировка в тренажерном зале, пользование детской игровой комнатой (согласно расписанию работы детской комнаты), пользование джакузи, финской сауной, хамам, соляной комнатой, пользование душевыми, раздевалками, полотенцами.

1.9. В перечень дополнительных платных услуг входят: персональные тренировки в любой из залов Фитнес клуба, массаж, солярий, услуги специалиста фитнес-тестирования, аренда и другие услуги, т.ч. предусмотренные расписанием занятий.

1.10. Договор является абонентским договором и договором оказания услуг в смысле статьи 429.9 и главы 39 ГК РФ.

2. ТЕРМИНЫ И ОПРЕДЕЛЕНИЯ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ В НАСТОЯЩЕЙ ПУБЛИЧНОЙ ОФЕРТЕ

2.1. Фитнес клуб - фитнес-клуб Исполнителя, оказывающий фитнес-услуги Заказчику.

2.2. Услуги - деятельность Исполнителя по удовлетворению потребностей Заказчика в формировании, поддержании и укреплении здоровья, физической реабилитации, а также проведении физкультурно-оздоровительного и спортивного досуга. Фитнес-услуги могут предоставляться в виде: пакета фитнес-услуг (с оформлением клубной карты), абонементов на занятия в группах, персональных фитнес-программ, разовых персональных тренировок, гостевого визита, в зависимости от предложений фитнес-клуба установленных Прайсом, действующим на дату оформления сторонами Заявления на присоединение к договору публичной оферты и получение фитнес-услуг.

2.3 Заявление на присоединение к договору публичной оферты - согласие Заказчика на получение услуг предоставляемые Исполнителем на условиях и правилах, указанных в Оферте согласно приобретенному Заказчиком набору, виду и сроку оказания услуг.

2.4. Клиент, Член клуба - потребитель фитнес-услуг, в пользу которого с Исполнителем заключен контракт и наполнение которого определено видом клубного членства согласно действующему Прайсу.

- 2.5. Клубная карта - пластиковая карта, удостоверяющая право Члена Клуба пользоваться услугами Клуба в порядке и сроки, оговорённые в Заявке-акцепте на условиях клубного членства,
- 2.6. Браслет - силиконовый браслет, удостоверяющий право Члена Клуба пользоваться услугами Клуба в порядке и сроки, оговорённые в Заявлении на присоединение к договору публичной оферты на условиях клубного членства. Силиконовый браслет – является собственностью Клуба и в собственность Члена Клуба не передаётся. Силиконовый браслет программируется администрацией клуба, в него заносится информация необходимая для осуществления прохода через пропускную систему Исполнителя и доступа к услугам методом прикладывания браслета.
- 2.7. Дополнительные услуги - услуги фитнес-бара, услуги по реализации спортивного питания и пищевых добавок, услуги солярия, массажа, детской игровой комнаты, распечатка полного текста с Договора с приложениями и другие услуги, оказываемые Клубом на платной основе. Виды, объемы и стоимость дополнительных услуг, определяются Заказчиком самостоятельно и указываются в Прайсе фитнес-услуг Клуба.
- 2.8. Прайс фитнес-услуг - перечень оказываемых исполнителем фитнес-услуг с указанием их стоимости, соответствующей на дату акцепта соответствующего предложения. Ознакомиться с Прайсом можно в отделе продаж, на информационной стойке клуба FRESH LIFE, а также в официальной группе FRESH LIFE Мурманск в VK на <https://vk.com/docs-145324016>.
- 2.9. Заморозка – приостановка оказания фитнес-услуг (в рамках приобретенной клубной карты) Исполнителем на определенное договором и правилами клуба количество дней по заявлению Заказчика при сохранении длительности контракта.
- 2.10. Правила Фитнес Клуба - свод обязательных правил поведения и пользования фитнес-объектом, правил техники безопасности при получении фитнес-услуг и условий посещения Клуба, а также третьих лиц, в пользу которых подано Заявление-акцепт.
- 2.11. Персональная тренировка – занятие с персональным тренером по индивидуальной программе.
- 2.12. Вводный инструктаж (стартовая тренировка) - это индивидуальное ознакомление Члена Клуба, проводимое специалистом Фитнес-клуба, на котором подробно объясняются правила тренировок, Правила техники безопасности, Правила клуба, производится обзор оборудования и правила его использования на занятиях, ознакомление с расписанием индивидуальных и групповых занятий, особенностями выбранного вида услуг, разъясняется порядок и правила услуг, оговариваются факторы риска для здоровья чрезмерных или необоснованных физических нагрузок, рассказывается об объеме и методиках физических нагрузок, о режимах тренировок, об особенностях личного поведения потребителя для фитнес-услуг.
- 2.13. Тренер – штатный сотрудник либо лицо, привлеченное Фитнес-клубом на договорной основе, оказывающий фитнес-услуги.
- 2.14. Технические перерывы - перерывы в работе Клуба в целом, сауны, раздевалок и помещений для проведения уборки, санитарной обработки и технического обслуживания по нормам эксплуатации. Количество технических перерывов в работе Клуба и/или отдельных его залов, помещений, а также их продолжительность определяется в соответствии с решением Исполнителя, санитарными правилами и нормами Российской Федерации, а также нормами технической эксплуатации.
- 2.15. Лицевой счет - счет, используемый для учета расчетов между Членом Клуба/Пользователем и Клубом, отражающий движение по счету и текущий остаток денежных средств, доступных для оплаты услуг (товаров) Клуба.
- 2.16. Пакет услуг – это услуги Клуба согласно прайсов, которые могут включать: блок тренировок, услуги СПА и иные услуги Клуба.

3. ПОРЯДОК ЗАКЛЮЧЕНИЯ ДОГОВОРА

3.1. Настоящее предложение (публичная оферта), адресована неопределенному кругу лиц, не имеющих медицинских и иных противопоказаний для получения, оказываемых Исполнителем услуг. В рамках оказываемых услуг Исполнитель предоставляет доступ к тренажерному залу,

залам групповых занятий, ограничено временем проведения данных занятий, и др. помещениям Фитнес клуба, а также Исполнитель оказывает физкультурно-оздоровительные и иные услуги по выбранной Заказчиком программе, в группах либо индивидуально на территории Исполнителя или за её пределами.

3.1.1. Настоящая оферта является договором. Оферта доступна для ознакомления в отделе продаж, на информационной стойке клуба и в официальной группе FRESH LIFE Мурманск в VK на <https://vk.com/docs-145324016>.

3.2. Клуб обязуется организовать Клиенту получение Услуги, определенной в заявлении о присоединении к настоящему договору Клиентом на территории Исполнителя или за её пределами, а Клиент обязуется оплатить такие Услуги (организацию услуг).

3.2.1. Место оказания услуг: г. Мурманск, ул. К. Маркса, 38/1.

3.2.2. Договор считается заключенным с даты акцепта оферты Заказчиком (с даты указанной в заявлении Клиента о присоединении к настоящему договору (Приложение №1 к настоящему договору)), внесения оплаты Единоразового членского взноса и оплаты стоимости оказываемых услуг в соответствии с Прайсом, и действует в течение срока действия Клубной карты.

3.3. Услуги, не поименованные в Заявлении о присоединении, являются дополнительными (далее по тексту - Дополнительные услуги) и оплачиваются отдельно по Прайсу фитнес-услуг.

3.4. В случае если Клиент не воспользовался услугами Фитнес клуба по своей воле (не воспользовавшись правом на заморозку клубной карты), то такие услуги считаются оказанными Фитнес клубом и подлежат оплате Клиентом в полном объеме.

Услуги считаются оказанными вне зависимости от факта посещения Клиентом Фитнес клуба.

Непосещение Фитнес клуба не является основанием для возврата уплаченных за услуги (организацию услуг) денежных средств поскольку услуги Фитнес клуба заключаются в предоставлении Клиенту возможности его посещения. Посещение Фитнес клуба является правом Клиента, а не его обязанностью.

3.6. Услуги оказываются Членам клуба в часы, установленные Фитнес клубом.

3.7. Период оказания услуг (далее - Период оказания услуг) для каждого Клиента согласовывается на основании Заявления о присоединении к договору оферты и возможности Фитнес клуба оказать такую услугу.

3.8. После внесения оплаты за Услуги в соответствии с условиями Договора, Клиенту на период оказания услуг выдается карта (браслет), являющийся основанием для получения услуг, а также дополнительных услуг (товаров), при их отдельной оплате. Клиент обязан хранить карту (браслет) и носить с собой при каждом посещении клуба. В случае утери или отсутствия у клиента ранее выданной карты (браслета), он может получить новый на рецепции клуба, оплатив его стоимость согласно прайсу.

3.9. Член Клуба понимает содержание Оферты, полностью и безусловно принимает все ее условия без каких-либо изъятий и/или ограничений, что равносильно заключению договора в письменной форме (п.3 ст. 434 ГК РФ). Член клуба вправе получить экземпляр настоящей Оферты на бумажном носителе, обратившись с заявлением в Администрацию Клуба.

3.10. Акцептом условий настоящей оферты Заказчик безоговорочно соглашается с условиями публичной оферты и её приложений. Акцепт Оферты Членом клуба осуществляется путем совершения действий: подписания заявления о присоединении к настоящей оферте на оказание услуг по настоящему договору, выбора вида Клубной карты либо иных услуг, предоставления достоверных персональных данных (ФИО, дата рождения, пол, контактный телефон, данные документа, удостоверяющего личность (паспорта)), внесения оплаты, в размере и на условиях настоящего договора.

3.11. Акцептом, совершенным в пользу третьего физического лица, признается акцепт, при котором плательщик и лицо, сведения о котором, как о Заказчике, предоставлены при совершении акцепта – заполнении Заявления о присоединении, являются разными физическими лицами.

Акцептант несет ответственность за достоверность сведений (персональных данных), указанных им при совершении акцепта в пользу третьего лица.

4. ПРАВА И ОБЯЗАННОСТИ СТОРОН

4.1. Исполнитель обязуется:

4.1.1. Обеспечивать надлежащее качество оказываемых услуг в часы работы Фитнес клуба.

4.1.2. Обеспечить надлежащее функционирование оборудования и инвентаря, вспомогательного оборудования в помещениях Фитнес клуба, предназначенного для оказания Услуг, а также обеспечить надлежащее функционирование бытовых помещений и оборудования.

4.1.3. Предоставлять Члену клуба право пользоваться Услугами в порядке и в соответствии с Правилами клуба (Приложение № 2), утвержденными Исполнителем, и являющимися обязательными для исполнения Клиентами, третьими лицами, которые находятся на территории Фитнес Клуба при участии Клиента.

4.1.4. Своевременно предоставить Клиенту в наглядном и доступном виде необходимую и достоверную информацию об оказываемых Фитнес Клубом услугах, обеспечивающую возможность их правильного выбора, в частности:

- адрес (место нахождения), фирменное наименование (наименование) исполнителя услуг;
- перечень оказываемых услуг;
- стоимость услуг в рублях;
- условия оказания услуг и условия приобретения услуг;
- сведения о конкретном лице, которое будет оказывать услуги (тренер,) в случае приобретения индивидуальных занятий (Дополнительных услуг);
- перечень необходимых документов для получения выбранного вида услуг;
- медицинские противопоказания для соответствующих видов услуг;
- квалификация обслуживающего персонала;
- место нахождения пункта медицинской помощи;
- иная дополнительная информация;
- соблюдение правил техники безопасности;
- правила поведения на территории Фитнес клуба с целью предупреждения нарушений и снижения риска травматизма при оказании услуги;

Персонал Исполнителя должен провести собеседование (консультацию, вводный инструктаж) с потенциальным Заказчиком услуг:

- о правилах личной безопасности;
- об особенностях выбранного вида услуг;
- о порядке и правилах оказания выбранного вида услуг;
- о факторах риска для здоровья, исходя из выбранного вида услуг;
- о полноте и правильности заполнения обязательных документов;

Доведение указанной информации позволит Заказчику сделать правильный выбор и оценить возможные риски.

4.1.5. Выдать Члену клуба Карту (Браслет).

4.1.6. Обо всех изменениях, указанных в п. 3.2. договора, Исполнитель в разумный срок предварительно оповещает Члена клуба способами, указанными в заявлении Клиента.

4.2. Исполнитель вправе:

4.2.1. Устанавливать перечень и стоимость Дополнительных услуг (товаров), которые могут оказываться (продаваться) Клиентам Исполнителем или третьими лицами, привлеченными Исполнителем, в том числе, в рамках организации и проведения физкультурных, физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг либо мероприятий.

4.2.2. Устанавливать и изменять Расписание занятий/тренировок, часы работы Фитнес клуба или отдельных его частей, помещений, осуществлять замену заявленного в Расписании тренера, менеджера, консультанта либо иного работника Исполнителя предварительно проинформировав Клиентов об изменениях через рецепцию Фитнес клуба, информационные стенды в специально отведенных местах либо в местах оказания услуг, или иным доступным способом (в разумный срок до соответствующих изменений). Тренеры, менеджеры, консультанты иные работники Исполнителя оказывают соответствующие услуги Клиентам только в свое рабочее время при нахождении на рабочем месте (месте оказания услуг) в Фитнес Клубе (в период болезни, отпуска, командировки и по иным причинам) такие работники (лица

оказывающие услуги) подлежат замене без согласия Клиента. Оказание услуг конкретным работником (контрагентом) Исполнителя, заявленном в расписании занятий (тренировок) не является существенным условием договора с Клиентом.

4.2.3. Изменять Правила клуба, предварительно проинформировав Клиентов об изменениях через стойку администраторов Фитнес клуба, информационные стенды в специально отведенных местах либо в местах оказания услуг, в официальной группе FRESH LIFE Мурманск в VK на <https://vk.com/docs-145324016>.

4.2.4. Привлекать третьих лиц для оказания услуг, дополнительных услуг.

4.2.5. Без получения каких-либо дополнительных согласований с Клиентом, переуступать свои права и обязанности в полном объеме или частично третьим лицам с обязательным сохранением в силе всех условий заключенного между Исполнителем и Клиентом Договора.

4.2.6. В случае нарушений Клиентом Правил Клуба, либо условий Договора, администрация Фитнес клуба вправе потребовать от данного Клиента воздержаться от нарушения и /или попросить удалиться из зала или с территории Фитнес Клуба. При выдворении Клиента из зала либо территории Фитнес Клуба, не оказанные по вине Клиента услуги в день выдворения подлежат оплате Клиентом в полном объеме. Кроме того, в случае неоднократного злостного нарушения Клиентом правил клуба, условий договора Фитнес Клуб вправе в одностороннем порядке расторгнуть договор, направив соответствующее уведомление с обоснованием и фиксацией нарушений. В этом случае Фитнес клуб вправе не возвращать ни в каком объеме произведенных Клиентом платежи, удержав их в качестве неустойки, возмещения имущественных потерь и компенсации репутационных рисков, понесенных клубом убытков.

4.2.7. Отказать Клиенту в доступе в Фитнес Клуб (временно прекратить в одностороннем порядке оказание услуг) при наличии явных признаков того, что Клиент находится в состоянии алкогольного либо наркотического опьянения, либо пытается пронести на территорию Фитнес Клуба любые виды оружия, взрывчатые либо ядовитые вещества, иные запрещенные вещества.

4.2.8. В случае аварийных ситуаций, плановых (внеплановых) ограничений (в т.ч. связанных с приостановкой работы коммунальных организаций), плановых (внеплановых) ограничений подачи ресурсов ресурсоснабжающими организациями, произошедших не по вине Исполнителя и/или обстоятельств непреодолимой силы, в одностороннем порядке ограничивать объем и порядок предоставления Услуг, Дополнительных услуг Клиентам.

4.2.9. В случаях реконструкции, ремонта здания, помещения Фитнес Клуба или отдельной его части, а также в случае закрытия Клуба по независящим от Исполнителя обстоятельствам, изменить расписание.

4.2.10. Фитнес клуб оставляет за собой право в течение года полностью закрывать отдельные зоны Клуба, для проведения ремонтных и профилактических работ с оборудованием в рамках соблюдения санитарных норм и правил. Дни такого закрытия Исполнителем Заказчику не компенсируются.

4.2.11 Исполнитель обязан своевременно информировать Заказчика о том, что соблюдение указаний Заказчика и иные обстоятельства, зависящие от Заказчика, могут снизить качество оказываемой услуги или повлечь за собой невозможность ее завершения в срок. Если Заказчик, несмотря на своевременное и обоснованное информирование Исполнителем, в разумный срок не изменит указаний о способе оказания услуги либо не устранит иных обстоятельств, которые могут снизить качество оказываемой услуги, услуга считается оказанной надлежащим образом и в полном объеме.

4.2.12. Изменять стоимость услуг при заключении нового договора, соответствующую ценам на дату такого заключения.

4.3. Клиент обязуется:

4.3.1. Оплачивать Услуги, Дополнительные услуги при их приобретении, а также соблюдать Правила клуба, условия Договора.

4.3.2. Не передавать Карту (браслет), ключи от шкафчиков и/или сейфов/сейфовых ячеек третьим лицам.

4.3.3. Ознакомиться с условиями настоящего договора, приложениями к нему (при возникновении вопросов, связанных с исполнением сторонами обязательств либо

осуществления сторонами прав, предусмотренных законом и настоящим договором, либо иных вопросов по существу оказания услуг Фитнес Клубом, Клиент имеет право получить ответы у администрации Исполнителя), с Правилами Фитнес клуба, медицинскими противопоказаниями, и иной информацией, предусмотренной п. 8.7 настоящего договора. До Клиента доведена информация и он понимает, что посещение Фитнес клуба, занятия в Фитнес Клубе сопряжены с опасностью причинения себе вреда здоровью, поэтому при пользовании услугами Фитнес клуба он обязан ознакомиться с условиями Договора и Правилами клуба и неукоснительно соблюдать условия, технику выполнения упражнений, технику безопасности, не пренебрегать и соблюдать предупреждения, запреты, оформленные в виде табличек/знаков на территории Фитнес клуба, а также соблюдать условия настоящего Договора.

4.3.4. Во избежание травм посещать занятия, соответствующие уровню подготовленности. Любые занятия в Фитнес клубе травмоопасны и могут привести к травмированию (ушибы, вывихи, растяжения, разрывы связок, иное.) Клиент самостоятельно оценивает свои физические возможности, а также состояние своего здоровья для выполнения тех или иных упражнений. При занятии в групповых программах не разрешается выполнять упражнения, отличные от групповой программы.

4.3.5 После получения информации от Исполнителя о медицинских противопоказаниях для соответствующих видов услуг самостоятельно принять решение о возможности получения этих услуг, либо, учитывая отсутствие специальных знаний, сознательно принять решение о возможности получения консультации у медицинского работника или сотрудника фитнес-клуба. Исполнитель не несет ответственности если Заказчик скрыл какое-либо заболевание Заказчика или лица в пользу которого акцептуется Оферта.

4.3.6. Пользоваться услугами Фитнес клуба на тех условиях, которые определяют разновидность карты (услуги), приобретенной Заказчиком. В случае нарушения условий (времени) посещения клуба, определяемых разновидностью приобретенной карты Заказчик, обязан оплатить превышенное время в размере стоимости разового посещения по цене, установленной на основании Прайса.

4.3.7. Самостоятельно и ответственно контролировать свое собственное здоровье (при наличии хронических, инфекционных, кожных заболеваний, а также болезней внутренних органов воздержаться от посещения Фитнес клуба) и не ставить под угрозу здоровье окружающих его людей.

4.3.8. В целях соблюдения техники безопасности не пользоваться мобильными телефонами и иными средствами связи во время проведения групповых занятий, использовании тренажеров, оборудования и инвентаря.

4.3.9. Членам Клуба запрещено входить в служебные и прочие технические помещения, самостоятельно регулировать любое инженерно-техническое оборудование.

4.3.10. Уходя из Фитнес клуба сдать любые предметы, арендованные им на время данного посещения Фитнес клуба.

4.3.11. Видео и фотосъемка в Фитнес клубе без разрешения администрации запрещена.

4.4. Клиент вправе:

4.4.1. Получить информацию об Исполнителе, оказываемых Исполнителем услугах, тренерах, расписании занятий и проводимых в Фитнес клубе мероприятия, а также информацию, указанную в п.4.1.4 настоящего договора.

4.4.2. Требовать от Исполнителя предоставления услуг в соответствии с условиями Договора, заявления и приложениями к ним.

4.4.3. Воспользоваться дополнительной опцией (далее по тексту Заморозка), предоставляемой Клиентам для приостановки Периода оказания услуг (срок действия Клубной карты), если стороны предусмотрели такую услугу в графе Заморозка Договора.

Письменное Заявление о Заморозке действия Договора должно быть подано предварительно лично Клиентом в отделе продаж Фитнес клуба, в ВК или путем использования мобильного приложения FreshLife.

Общий срок Заморозки по одной Клубной карте указан в графе Заморозка Договора заявления о присоединении. Минимальный срок единовременной Заморозки каждой Клубной карты не

может быть менее 5 (пяти) календарных дней. Максимальный срок Заморозки – до 90 (девяноста) календарных дней.

Срок Заморозки Клубной карты исчисляется со дня, указанного в заявлении Клиента, но не ранее дня получения Фитнес клубом соответствующего заявления. Заморозка задним числом не предусмотрена.

4.4.4. При использовании Клиентом права на Заморозку срок действия соответствующей Клубной карты (Договора) сдвигается пропорционально количеству фактически использованных дней Заморозки. Исключение составляет случай, когда Клиент в период действия Заморозки начал пользоваться услугами, ранее минимально предусмотренного Правилами срока Заморозки. Тогда заявление на Заморозку автоматически отменяется и перенос срока действия Клубной карты не производится.

4.4.5. Фактически использованными днями Заморозки считаются дни с начала действия Заморозки до дня, предшествующего дате начала пользования услугами Фитнес клуба, но не более чем указано в заявлении Клиента на Заморозку.

4.4.6. Дополнительная Заморозка по инициативе Клиента предоставляется по соглашению Сторон и согласно Прайсу.

4.4.7. За дополнительную плату пользоваться Дополнительными услугами Фитнес клуба по перечню и по ценам, действующим на момент оказания такой услуги.

4.4.8. Непосещение клуба Клиентом не является основанием для возврата уплаченных за услуги денег, поскольку услуги клуба заключаются в предоставлении возможности его посещать и получать услуги в период действия Клубной карты, что во всяком случае является правом самого Клиента. При отказе по любым основаниям от услуг Фитнес клуба, Клиенту необходимо письменно обратиться к Исполнителю с заявлением о расторжении договора.

5. ПОРЯДОК РАСЧЕТОВ

5.1. Оплата стоимости услуг производится Клиентом в порядке, указанном в графе порядок оплаты в заявлении о присоединении и заключении договора на настоящих условиях, но не позднее дня начала периода оказания услуг.

5.2. Все расчеты по Договору осуществляются в наличной и безналичной форме исключительно в валюте Российской Федерации - рубль. Клиент соглашается на отправку ему электронных чеков на почту без предоставления чека на бумажном носителе.

5.3. Клиент вправе досрочно расторгнуть Договор с возмещением Исполнителю фактически понесенных затрат связанных с исполнением обязательств по данному договору.

5.4. В случае досрочного расторжения настоящего Договора по инициативе «Клиента» при не активации «Клубной карты», «Клиент» уплачивает 1000 рублей за фактически понесенные «Фитнес клубом» расходы включая, но не ограничиваясь: на изготовление стартового пакета, регистрацию, изготовление клубной карты, информационно-техническое, организационное сопровождение «Клиента».

5.5. Если иное не предусмотрено действующим законодательством РФ, в случае, когда Член клуба заявляет об отказе от исполнения Договора, при надлежащем исполнении его условий Исполнителем, возврат денежных средств производится в течение 90 календарных дней с даты получения исполнителем соответствующего письменного заявления Члена клуба.

5.6. В случае досрочного расторжения настоящего Договора по инициативе Клиента в независимости от даты активации Клубной карты возврат денежных средств Фитнес клубом осуществляется в соответствии с условиями настоящего пункта Договора:

5.6.1. Сумма возврата денежных средств при расторжении Договора Клиентом, определяется как: уплаченные за Услугу денежные средства возвращаются за вычетом стоимости уже оказанных услуг и фактически понесенных расходов, связанных с организацией и предоставлением доступа к определенным в заявлении и/или приложении нему услугам, в том числе 1000 рублей на изготовление стартового пакета, регистрацию, изготовление клубной карты, информационно-техническое, организационно сопровождение Клиента. При возврате денежных средств Фитнес клубом сумма возврата рассчитывается, исходя из среднедневной стоимости услуг, указанной в прайсе для расчета, умноженной на количество дней, прошедших

с момента начала срока действия «Клубной карты» до момента получения «Фитнес клубом» письменного заявления «Члена клуба» о расторжении настоящего договора. При возврате денежных средств «Фитнес клубом» сумма, возврата рассчитывается исходя из стандартной стоимости указанной в прайс листе.

5.7. В случае приобретения Клиентом пакета услуг, в отношении которого действует специальное ценовое предложение, и расторжения договора по инициативе Клиента до оказания услуг, включенных в пакет, в полном объеме, уплаченные денежные средства возвращаются Клиенту (за вычетом стоимости уже оказанных услуг и фактически понесенных расходов, указанных в п.5.6 Договора), исходя из стандартной стоимости услуг, указанной в прайсе Исполнителя, без учета условий специального ценового предложения.

5.8. В случае оплаты услуг Клиентом в рассрочку, первоначальный взнос, а также последующие платежи и их сроки оговариваются в заявлении о присоединении к договору публичной оферты либо в дополнительном соглашении к нему. Оставшаяся сумма выплачивается Клиентом равными частями в течение срока рассрочки. При нарушении сроков, установленных в заявлении либо в дополнительном соглашении о предоставлении рассрочки, Фитнес клуб вправе приостановить оказание услуг в полном объеме со дня, следующего за днем неоплаты оказанных услуг (отказ Клиенту в посещении Фитнес клуба) до момента полной оплаты задолженности либо внесения очередного платежа.

6. ОТВЕТСТВЕННОСТЬ СТОРОН

6.1. Клиент несет материальную ответственность за ущерб, причиненный Фитнес клубу. В случае причинения Клиентом ущерба Фитнес клубу, Клиент обязан возместить стоимость поврежденного и/или утраченного имущества Исполнителя согласно полной стоимости восстановления имущества или приобретения нового на основании документально подтвержденных затрат Исполнителя.

6.2. При утрате браслета, или иных принадлежащих Исполнителю предметов, или в случае переоформления права пользования Услугами на другое лицо с Клиента взимается плата в размере, установленном Прайсом Исполнителя, который доступен для ознакомления на стойке администраторов.

6.3. Исполнитель не несет ответственности:

6.3.1. За вред, причиненный жизни, здоровью или имуществу Клиента в результате нарушения или ненадлежащем выполнении Клиентом условий Договора, Правил Клуба и/или положений (регламентов) о физкультурных, физкультурно-оздоровительных мероприятиях и/или правил техники безопасности при пользовании услугами, Дополнительными услугами, инструкций и рекомендаций по пользованию оборудованием, инвентарем и т.д. Исполнителя, предупреждающих, ограничивающих и/или запрещающих табличек и надписей, размещенных в Фитнес клубе или месте оказания услуг; и/или по неосторожности Клиента; за вред, нанесенный здоровью или причиненный имуществу Клиента собственными действиями и/или бездействием, и/или во время самостоятельных занятий, и/или причиненный действиями третьих лиц ;

6.3.2. За утрату или повреждение личных вещей, оставленных вне специальных мест хранения (закрытый персональный шкаф в раздевалке).

6.3.3. За вред, связанный с ухудшением здоровья, если состояние здоровья Клиента ухудшилось в результате острого заболевания, обострения травмы или хронического заболевания, собственных действий и/или бездействий Клиента, третьих лиц.

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

6.5. Окончание срока действия Договора или Периода оказания услуг не освобождает Стороны от ответственности за его нарушение.

6.6. В Фитнес клубе и на прилегающей территории ведется видеонаблюдение с целью обеспечения безопасности Членов Клуба и сохранности имущества, о чем Член клуба уведомлен и согласен.

6.7. Клиент пользуется Услугами, оказываемыми Исполнителем по настоящему Договору, исключительно в личных целях, непосредственно не связанных с оказанием Клиентом на возмездной или безвозмездной основе услуг (выполнением работ, консультированием, наставничеством и т.д.) третьим лицам на территории и (или) с использованием оборудования Фитнесс клуба, если иное не предусмотрено письменным соглашением между Исполнителем и Клиентом. Клиент обязуется не распространять информацию, полученную в пределах клуба относительно клуба и его посетителей, иных Членов клуба и клиентов, обязуется не распространять негативную информацию о Фитнес Клубе, его сотрудниках, Клиентах, Членов Клуба и Посетителей. В случае распространения такой информации Клиент возмещает Фитнес Клубу и лицам, в отношении которых распространил информацию возмещает понесенные убытки и моральный ущерб, убытки в результате понесенных репутационных потерь.

6.8. Нарушение Клиентом требований настоящего договора и приложений к нему признается существенным нарушением условий Оферты, влекущим возможность причинения вреда жизни и здоровью Исполнителя, третьих лиц, репутационного и имущественного вреда Исполнителю. В этом случае Исполнитель вправе расторгнуть Договор в одностороннем порядке, направив уведомление о расторжении Клиенту. Возврат денежных средств Клиенту осуществляется в соответствии с п.5.6.1 и п.5.5 Договора.

7. ЗАЩИТА ПЕРСОНАЛЬНЫХ ДАННЫХ ЧЛЕНА КЛУБА

7.1. Клиент принимает решение о предоставлении его персональных данных и фото для прохода в клуб, дает согласие на их обработку свободно, своей волей и в своем интересе. Согласие на обработку персональных данных должно быть конкретным, информированным и сознательным. Согласие на обработку персональных данных может быть дано Клиентом или его представителем в любой, позволяющей подтвердить факт его получения, форме, если иное не установлено федеральным законом. В случае получения согласия на обработку персональных данных от Клиента полномочия данного представителя на дачу согласия от его имени проверяются Исполнителем.

7.2. Согласие на обработку персональных данных может быть отозвано Клиентом. В случае отзыва Клиентом согласия на обработку персональных данных Исполнитель вправе продолжить обработку персональных данных без согласия Клиента при наличии оснований, указанных в пунктах 2 - 11 части 1 статьи 6, части 2 статьи 10 и части 2 статьи 11 Федерального закона от 27.07.2006г. № 152-ФЗ О персональных данных.

7.3. Обработка персональных данных осуществляется только с согласия в письменной форме Клиента. Равнозначным, содержащему собственноручную подпись Клиента, согласию в письменной форме на бумажном носителе признается согласие в форме электронного документа, подписанного в соответствии с федеральным законом электронной подписью. Согласие в письменной форме Клиента на обработку его персональных данных должно включать в себя, в частности:

1) фамилию, имя, отчество, фото, адрес субъекта персональных данных, номер основного документа, удостоверяющего его личность, сведения о дате выдачи указанного документа и выдавшем его органе;

2) фамилию, имя, отчество, фото, адрес представителя субъекта персональных данных, номер основного документа, удостоверяющего его личность, сведения о дате выдачи указанного документа и выдавшем его органе, реквизиты доверенности или иного документа, подтверждающего полномочия этого представителя (при получении согласия от представителя субъекта персональных данных);

3) наименование или фамилию, имя, отчество и адрес оператора, получающего согласие субъекта персональных данных;

4) цель обработки персональных данных;

5) перечень персональных данных, на обработку которых дается согласие субъекта персональных данных;

б) наименование или фамилию, имя, отчество, фото и адрес лица, осуществляющего обработку персональных данных по поручению оператора, если обработка будет поручена такому лицу;

7) перечень действий с персональными данными, на совершение которых дается согласие, общее описание используемых оператором способов обработки персональных данных;

8) срок, в течение которого действует согласие субъекта персональных данных, а также способ его отзыва, если иное не установлено федеральным законом;

9) подпись субъекта персональных данных.

Оформление согласия гражданина должно соответствовать форме, установленной Федеральным законом от 27.07.2006г. № 152-ФЗ О персональных данных.

7.4. Подписанием настоящего договора Клиент дает свое согласие (предоставляет право) на обработку Фитнес клубом персональных данных (далее по тексту ПД) Клиента, как указанных в Договоре, заявлении, анкете так и полученных дополнительно, в рамках выполнения обязательств по Договору.

7.5. Под обработкой ПД в соответствии с Федеральным законом от 27.07.2006г. №152-ФЗ О персональных данных понимаются действия (операции) с ПД, включая сбор, систематизацию, накопление, хранение, уточнение (обновление, изменение), использование, распространение (в том числе и передачу), обезличивание, блокирование, уничтожение ПД, а Фитнес клуб в свою очередь обязуется принимать необходимые правовые, организационные и технические меры или обеспечить их принятие для защиты персональных данных Клиентов от неправомерного или случайного доступа к ним.

7.6. Клиент выражает свое согласие на получение в течение действия Договора и в течение двух лет с даты прекращения его действия информационных и рекламных сообщений о деятельности Фитнес клуба и предоставляемых им услугах посредством использования телефонной, подвижной радиотелефонной, факсимильной и электронной связи, в том числе согласие на получение соответствующих sms и e-mail сообщений.

7.7. Стороны договорились и согласны, что Фитнес клуб осуществляет идентификацию Члена Клуба по фотоизображению. Фитнес клуб вправе идентифицировать Члена Клуба по фотоизображению, предоставленному Членом Клуба. Фитнес клуб оставляет за собой право отказать во входе Посетителю, идентификация личности которого по фотоизображению невозможна или затруднена. Член Клуба разрешает использовать его изображение и/или видеоизображение путем включения в изображения и/или аудиовизуальные произведения, создаваемые Фитнес клубом, которые могут быть обнародованы и/или использованы на Сайте (в том числе в онлайн-трансляциях Фитнес клуба), в официальных группах (сообществах и т.п.) социальных сетей в Интернет, партнерами Фитнес клуба, а также путем сообщения в эфир по кабелю.

8. ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

8.1. Клиент имеет право переоформить Клубную карту на другое лицо, по стоимости согласно действующему Прайсу Исполнителя (при условии, что данный вид Клубной карты подлежит переоформлению) с письменного согласия Исполнителя. Возврат денежных средств по переоформленному Договору первоначальному Клиенту не осуществляется.

8.2. Обязательства Фитнес клуба по оказанию услуг Клиентам прекращаются в день окончания Периода оказания услуг, в течение которого Клиент вправе пользоваться услугами, а также в случаях переоформления права пользования услугами Клиента на другое лицо или досрочного прекращения Периода оказания услуг по основаниям, предусмотренным Договором, Правилами клуба. Договор прекращает свое действие в части исполнения обязательств по предоставлению услуг Клиенту в день окончания Периода оказания услуг, в течение которого Клиент вправе пользоваться услугами, а также в случае досрочного прекращения по основаниям и в порядке, предусмотренным Договором.

8.3. В случае наступления форс-мажорных обстоятельств (наводнение, пожар, землетрясение и др. природные явления) определяемых на основании ГК РФ, освобождается от выполнения обязательств по настоящему Договору на период действия этих обстоятельств.

8.4. Во всем остальном, что не предусмотрено Договором, Клиент и Фитнес клуб руководствуются действующим законодательством Российской Федерации.

8.5. Перед подписанием заявления о присоединении к настоящему договору, Клиент обязан ознакомиться с условиями настоящего договора (при возникновении вопросов, связанных с исполнением сторонами обязательств либо осуществления сторонами прав, предусмотренных законом и настоящим договором, либо иных вопросов по существу оказания услуг Фитнес Клубом, Клиент имеет право получить ответы у администрации Исполнителя), с Правилами Фитнес клуба, медицинскими противопоказаниями, и иной информацией, предусмотренной условиями настоящего договора и приложениями к нему.

8.6. Подписывая Заявление, Клиент подтверждает, что ознакомился/ознакомилась с условиями настоящего Договора, Правилами клуба (в том числе: Правилами посещения клуба), и согласен их выполнять, Клиент не имеет медицинских и иных противопоказаний для посещения Фитнес клуба и получения услуг, Дополнительных услуг. При наличии противопоказаний, Клиент обязуется указать такие противопоказания в Заявлении и не пользоваться услугами и не выполнять действия, которые ему противопоказаны.

8.7. При заключении настоящего договора услуг, Клиенту предоставлена информация о:

- медицинских противопоказаниях для выбранного Клиентом вида услуг;
- месте нахождения пункта медицинской помощи;
- о соблюдении правил техники безопасности;
- правилах поведения на территории Фитнес клуба с целью предупреждения нарушений установленных Правил и снижения риска травматизма при оказании услуги;
- о правилах личной безопасности;
- об особенностях выбранного вида услуг;
- о порядке и правилах оказания выбранного вида услуг;
- о факторах риска для здоровья, исходя из выбранного вида услуг;
- о полноте и правильности заполнения обязательных документов

8.8. Только после полного ознакомления с настоящим договором, а так же иной обязательной информацией, указанной в п.п. 4.1.4., 8.6., 8.7 настоящего договора и отсутствия каких либо разногласий, при полном согласии со всеми условиями договора и требованиями, предъявляемыми Исполнителем к Клиенту, при отсутствии противопоказаний для получения выбранного вида получения услуг, Клиент в заявлении о присоединении и заключении договора (Приложение №1) подтверждает, что ему разъяснены все вышеперечисленные нормы и правила, положения настоящего договора, получена информация, указанная в том числе в п. 1.2. настоящего договора, переданы документы, указанные в приложении к настоящему договору.

8.9. Услуги, которые могут быть включены в карту:

8.9.1. Посещение тренажерного зала

8.9.2. Посещение групповых залов (согласно расписанию)

8.9.3. Посещение саун, джакузи, хамам

Период посещения: свободное посещение в периоде срока действия Клубной карты.

8.10. Мобильное приложение.

8.10.1. Клиент вправе осуществлять оплату и бронирование услуг, обмен информационными сообщениями с тренерским составом посредством мобильного приложения, предоставляемого Исполнителем.

8.10.2. Информация, указанная в п.8.10.1., переданная Клиентом Исполнителю посредством мобильного приложения, равнозначна его волеизъявлению в письменной форме и является основанием для совершения Исполнителем соответствующих действий.

9. Приложения к договору, являющиеся его неотъемлемой частью:

1. Заявление на присоединение к договору публичной оферты. Согласие Субъекта персональных данных (Члена Клуба) на обработку персональных данных. Согласие Законного представителя на обработку персональных данных несовершеннолетнего. (Приложение №1);
2. Правила Фитнес Клуба FRESH LIFE (Приложение №2);
3. Правила нахождения детей на территории спортивного клуба FRESH LIFE Мурманск (Приложение №3);
4. Перечень медицинских противопоказаний для занятий в Фитнес клубе (Приложение №4);
5. Правила техники безопасности Фитнес клуба (Приложение № 5).

Исполнитель:

ООО ФитнесСити

Юридический адрес: 183032, Мурманская область, Г.О. город Мурманск, г. Мурманск, ул. Гвардейская, д.1А, помещение VI, ком.12, эт.2

Генеральный директор Назаров Юрий Николаевич

Место оказания услуги: г. Мурманск, ул. К. Маркса, 38/1.



ООО «ФитнесСити»
ИНН: 5190052638
ОГРН: 1155190011811

✉ fitnesscity@outlook.com
☎ +7-921-318-10-89

Приложение № 1
к договору публичной оферты в официальной группе RESH LIFE Мурманск
в VK на <https://vk.com/docs-145324016>.
ООО «ФитнесСити» ОГРН 1155190011811

Заявление на присоединение к договору публичной оферты
от «__» _____ 20__ г.

<i>Член клуба</i>	
Фамилия	
Имя, отчество	
Место жительства	
Паспорт	Серия №
	дата выдачи выдан
Дата рождения	
Контактный телефон	
E-mail	
УСЛОВИЯ ДОГОВОРА	
Период посещения-свободное посещение в период действия карты:	
Автоматическая активация клубной карты:	
Период действия договора с момента активации карты (количество)	

календарных дней)	
Заморозка	
Дополнительные условия	
СТОИМОСТЬ ДОГОВОРА	
Стоимость договора	
Оплата производится путем	
«Владелец Клубной карты»	Подпись
Менеджер	Подпись

Настоящим подтверждаю свое согласие с условиями Договора оферты на оказание ООО «Фитнес-Сити». Данный документ является официальным предложением (публичной офертой) ООО «Фитнес Сити» в лице генерального директора Назарова Юрия Николаевича, действующей на основании Устава и содержит все существенные условия предоставления услуг Фитнес клуба. Подписание «Клиентом» настоящего заявления и внесение оплаты является в порядке ст. 438 Гражданского кодекса РФ акцептом публичной оферты (договора) ООО «ФитнесСити», размещённой в официальной группе FRESH LIFE Мурманск в VK на <https://vk.com/docs-145324016>, что свидетельствует о заключении договора.

Настоящим я подтверждаю, что получил/а полную информацию об оказываемых услугах, ознакомлен/на с условиями публичной оферты (договора), Правилам посещения Клуба со мной было проведено собеседование/инструктаж о правилах личной безопасности, об особенностях выбранного вида услуг, о порядке и правилах оказания выбранного вида услуг, о факторах риска для здоровья и о противопоказаниях к получению выбранного вида услуг, месте нахождения пункта медицинской помощи; о соблюдении правил техники безопасности, а также подтверждаю отсутствие медицинских либо иных противопоказаний к получению выбранного вида услуг (либо указываю такие противопоказания и обязуюсь.
 _____ (подпись, расшифровка подписи).

Мне разъяснены лично все перечисленные нормы и правила Клуба, положения настоящего договора, получена информация, указанная в п.п. 1.2., 4.1.4., 8.7 договора, переданы документы, указанные в приложении к настоящему договору.
 _____ (подпись, расшифровка подписи)

Согласен на получение рекламных и информационных сообщений Клуба по сетям электросвязи, а именно подвижной радиотелефонной связи на указанный в настоящем заявлении номер мобильного телефона, а также на адрес электронной почты в течение срока, указанного в п. 7.6 договора. _____ (подпись)

Согласен на получение кассовых чеков по произведенным мной оплатам на адрес электронной почты _____ / _____ (подпись)

При наличии противопоказаний медицинских либо иных для потребления услуг «Фитнес клуба» «Клиент» обязуется указать такие противопоказания в Заявлении не пользоваться услугами, на которые распространяются такие противопоказания, и не выполнять действия, которые ему противопоказаны:

 _____ (подпись, расшифровка подписи)

*С действующим Договором оферты можно ознакомиться в официальной группе FRESH LIFE Мурманск в VK на <https://vk.com/docs-145324016>

« _____ » _____ 2023 г.

Подпись, дата

Фамилия, имя, отчество

СОГЛАСИЕ

Субъекта персональных данных (Члена клуба) на обработку персональных данных

г. Мурманск

“ ___ ” _____ 202__ г.

Настоящим свободно, своей волей и в своем интересе **даю согласие** Оператору персональных данных – Обществу с ограниченной ответственностью «ФитнесСити», (ИНН 5190052638), адрес места нахождения: *г. Мурманск, ул. К. Маркса, 38/1*, (далее по тексту – **Оператор**) на автоматизированную обработку моих персональных данных (далее по тексту - **Согласие**), в том числе с использованием интернет-сервисов веб-аналитики в соответствии со следующим перечнем:

- ✓ Фамилия;
- ✓ Имя;
- ✓ Отчество;
- ✓ Дата рождения;
- ✓ Месяц рождения;
- ✓ Год рождения;
- ✓ Пол;
- ✓ Паспортные данные
- ✓ Контактный телефон;
- ✓ Адрес электронной почты;
- ✓ Биометрические данные, в том числе фото- и видеоизображение гражданина.

для целей обеспечения соблюдения требований законодательства Российской Федерации; информирования о новых товарах, услугах; подготовки индивидуальных предложений; ведения рекламной деятельности; предоставления доступа к специальной информации; обработки сведений в рамках исполнения Договора.

Оператор вправе осуществлять обработку моих персональных данных **следующими способами**: сбор, запись, систематизация, накопление, хранение, обновление, изменение, использование, предоставление. Настоящим субъект персональных данных подтверждает, что согласен на предоставление Оператором персональных данных определенному кругу лиц: юридическому лицу-партнеру (*Обществу с ограниченной ответственностью «ФитнесСити» ИНН 5190052638, ОГРН 1155190011811*) в целях обработки бухгалтерской расчетной информации, сохранения клиентской базы данных и т.п. Настоящим Член клуба подтверждает свое согласие с тем, что обработка персональных данных может осуществляться как с использованием автоматизированных средств, так и без таковых.

Настоящее Согласие вступает в силу с момента его подписания Членом клуба и действует до достижения целей обработки персональных данных или до дня его отзыва.

Субъект персональных данных вправе отозвать данное согласие на обработку своих персональных данных, письменно уведомив об этом Оператора. В случае отзыва субъектом персональных данных Согласия на обработку своих персональных данных Оператор обязан прекратить обработку персональных данных и уничтожить персональные данные в срок, не превышающий трех рабочих дней с даты поступления указанного отзыва. Об уничтожении персональных данных Оператор обязан уведомить субъекта персональных данных. Во всем остальном, что не предусмотрено настоящим Согласием, Оператор и Субъект персональных данных руководствуются применимыми нормами действующего законодательства РФ.

Указанные в настоящем Соглашении термины используются в значениях, изложенных в Публичной оферте о заключении договора на предоставлении физкультурно-оздоровительных услуг.

_____ (подпись)

_____ (ФИО полностью)

СОГЛАСИЕ

Законного представителя на обработку персональных данных несовершеннолетнего

г. Мурманск

“ ___ ” _____ 202__ г.

Являясь законным представителем несовершеннолетнего (Ф.И.О.)

_____, настоящим свободно, своей волей и в своем интересе **даю согласие** Оператору персональных данных – Обществу с ограниченной ответственностью «ФитнесСити», (ИНН 5190052638), адрес места нахождения: г. Мурманск, ул. К. Маркса, 38/1(далее по тексту – **Оператор**) на автоматизированную обработку моих персональных данных (далее по тексту - **Согласие**), в том числе с использованием интернет-сервисов веб-аналитики в соответствии со следующим перечнем:

- Фамилия;
- Имя;
- Отчество;
- Дата рождения;
- Месяц рождения;
- Год рождения;
- Пол;
- Паспортные данные
- Контактный телефон;
- Адрес электронной почты;
- Биометрические данные, в том числе фото- и видеоизображение ребенка.

для целей обеспечения соблюдения требований законодательства Российской Федерации; информирования о новых товарах, услугах; подготовки индивидуальных предложений; ведения рекламной деятельности; предоставления доступа к специальной информации; обработки сведений в рамках исполнения Договора.

Оператор вправе осуществлять обработку персональных данных **следующими способами**: сбор, запись, систематизация, накопление, хранение, обновление, изменение, использование, предоставление. Настоящим субъект персональных данных подтверждает, что согласен на предоставление Оператором персональных данных определенному кругу лиц: юридическому лицу-партнеру (*Обществу с ограниченной ответственностью «ФитнесСити» ИНН 5190052638, ОГРН 1155190011811*) в целях обработки бухгалтерской расчетной информации, сохранения клиентской базы данных и т.п. Настоящим Законный представитель подтверждает свое согласие с тем, что обработка персональных данных может осуществляться как с использованием автоматизированных средств, так и без таковых.

Настоящее Соглашение вступает в силу с момента его подписания Законным представителем и действует до достижения целей обработки персональных данных или до дня его отзыва.

Субъект персональных данных вправе отозвать данное согласие на обработку персональных данных несовершеннолетнего лица, письменно уведомив об этом оператора. В случае отзыва субъектом персональных данных согласия на обработку персональных данных несовершеннолетнего, оператор обязан прекратить обработку персональных данных и уничтожить персональные данные в срок, не превышающий трех рабочих дней с даты поступления указанного отзыва. Об уничтожении персональных данных оператор обязан уведомить субъекта персональных данных.

Во всем остальном, что не предусмотрено настоящим Соглашением, Оператор и Законный представитель руководствуются применимыми нормами действующего законодательства РФ. Указанные в настоящем Соглашении термины используются в значениях, изложенных в Публичной оферте о заключении договора на предоставлении физкультурно-оздоровительных услуг.

_____ (подпись)



ООО «ФитнесСити»
ИНН: 5190052638
ОГРН: 1155190011811

✉ fitnesscity@outlook.com
☎ +7-921-318-10-89

Приложение № 2
к договору публичной оферты размещённой в официальной группе FRESH LIFE
Мурманск в VK на <https://vk.com/docs-145324016>
_ООО «ФитнесСити» ОГРН 1155190011811

Правила Фитнес Клуба «FreshLife» г. Мурманск

1. ВВЕДЕНИЕ

1.1. Настоящие правила обязательны для всех посетителей и гостей фитнес клуба «FreshLife» (далее фитнес-клуб). Правила не являются исчерпывающими.

1.2. Настоящие Правила являются неотъемлемым приложением к договору публичной оферты на оказание фитнес-услуг, заключаемым с физическими и юридическими лицами. Лица, посещающие фитнес клуб в качестве гостей обязаны соблюдать настоящие Правила в период пребывания в фитнес клубе.

1.3. Каждый кто желает присоединиться к условиям публичной оферты, размещенной в официальной группе FRESH LIFE Мурманск в VK на <https://vk.com/docs-145324016> и получить фитнес-услуги, обязан внимательно изучить и при согласии впоследствии соблюдать настоящие правила, правила техники безопасности, положения договора публичной оферты на предоставление фитнес-услуг.

1.4. В случае нарушения настоящих правил, правил техники безопасности, условий договора, администрация вправе потребовать от данного клиента фитнес клуба воздержаться от нарушений и /или попросить его удалиться с территории фитнес клуба в зависимости от характера нарушений.

1.5. В случае необходимости и для улучшения качества услуг, фитнес клуб имеет право в одностороннем порядке дополнять и изменять те или иные положения настоящих правил, размещаемых в официальной группе FRESH LIFE Мурманск в VK на <https://vk.com/docs-145324016>, если это не затрагивает существенные условия договора с потребителями-клиентами и не снижает уровень их правовых гарантий, предусмотренных законом.

1.6. Действующие правила можно получить в отделе продаж или на стойке администраторов, а также Правила Клуба размещены в официальной группе FRESH LIFE Мурманск в VK на <https://vk.com/docs-145324016>.

1.7. Фитнес Клуб обладает необходимой материально-технической базой, включая:

- приспособленные помещения и специализированное спортивно-оздоровительное оборудование, снаряжение и инвентарь;
- современные информационно-коммуникационные технологии (аудиовизуальные средства, Интернет-ресурсы), включая информационные и рекламные материалы для потребителей фитнес-услуг;
- квалифицированный персонал;
- методическое и программное обеспечение.

1.8. При первом посещении фитнес клуба необходимо обратиться к менеджеру отдела продаж. Он ответит на все интересующие вопросы, покажет зоны фитнес клуба. Фитнес клуб рекомендует пройти медицинское обследование до начала посещения, так как каждый клиент

несет персональную ответственность за свое здоровье. Перед началом занятий настоятельно рекомендуется получить вводный инструктаж у дежурного тренера.

2. РЕЖИМ РАБОТЫ ФИТНЕС КЛУБА

2.1. Фитнес клуб работает ежедневно, кроме 1 и 2 января.

1. Фитнес-клуб расположен по адресу: г. Мурманск, ул. К. Маркса, 38/1

В будние дни с 08.00 до 22.00. В выходные дни: с 09.00 до 21.00

2.2. Режим работы фитнес клуба может быть изменён администрацией. Информация об изменении доводится до клиентов клуба путем размещения объявлений на информационных стендах в помещении клуба, в мобильном приложении и в официальной группе FRESH LIFE Мурманск в VK на <https://vk.com/docs-145324016>.

2.3. Покидать активные зоны клуба (тренажёрный зал, залы групповых программ) необходимо за 15 минут до закрытия клуба. Покидать фитнес-клуб необходимо не позднее установленного времени закрытия.

2.4. Карты утренних, дневных или иных ограниченных во времени посещений регламентируют время работы клуба для данной категории карт. Клиент клуба, обладающий картой такого вида, обязан покинуть активные зоны клуба за 15 минут до наступления обозначенного времени. В случае, если клиент не покинул фитнес-зоны в обозначенный срок по времени, взимается оплата за превышение пребывания по времени по действующему прайс-листу.

3. ОБЩИЕ ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ

3.1. Фитнес-услуги предоставляются на основании заявления потребителя (далее-Клиента) о присоединении к публичной оферте (договору об оказании фитнес-услуг) в часы работы клуба в сроки, указанные в заявлении клиента о присоединении к договору публичной оферты.

3.2. Фитнес клуб предоставляет услуги, предусмотренные в заявлении клиента, обеспечивая ему свободный доступ к указанным услугам, а также возможность пользования ими по своему усмотрению и выбору в период действия клубной карты, по истечении которого услуги считаются предоставленными в полном объеме (вне зависимости от частоты посещения фитнес клуба клиентом) без дополнительного подписания акта выполненных работ.

3.3. В случае нарушения принятых правил кем-либо из посетителей фитнес клуба, представитель администрации фитнес клуба вправе сделать замечание с просьбой прекращения действий, нарушающих установленные правила. Если посетитель фитнес клуба не прекратил действия, противоречащие установленным правилам, представитель администрации фитнес клуба вправе попросить удалиться посетителя из фитнеса клуба.

3.4. Занятия в фитнес клубе возможны только в спортивной одежде и обуви, верхнюю одежду необходимо оставлять в гардеробе. Уличную обувь даже в летний период необходимо переобувать на сменную. Необходимо соблюдать правила личной гигиены.

3.5. Клиент фитнес клуба обязуется посещать фитнес клуб только в том физическом состоянии, которое позволяет ему выполнять активные и пассивные упражнения, не приносящие вред его здоровью. В случае визуального обнаружения у клиента фитнес-центра грибковых или иных заболеваний, представляющих угрозу здоровью других клиентов, администрация в праве предложить клиенту предоставить справку из лечебного учреждения о состоянии здоровья.

При наличии каких-либо противопоказаний либо заболеваний, которые могут препятствовать клиенту посещать фитнес клуб по конкретно выбранной им программе, необходимо сообщить инструктору фитнес-центра о своих проблемах со здоровьем, чтобы получить необходимую консультацию по подбору индивидуальной тренировочной программы.

Занятия натошак в фитнес клубе запрещены. Последний приём пищи должен быть за 1 - 1,5 часа до тренировки.

3.6. Клиенты фитнес клуба несут материальную ответственность за утерю или преднамеренную порчу имущества фитнес клуба, в размере остаточной стоимости такого имущества по данным бухгалтерского учета.

3.7. В фитнес-центре ведется видеонаблюдение с целью обеспечения безопасности клиентов и сохранности имущества.

3.8. Клиенты фитнес клуба обязаны соблюдать правила техники безопасности. Перед началом тренировки клиент обязан ознакомиться с правилами техники безопасности - это обязательное условие посещения фитнес клуба. В случае нанесения вреда здоровью по причине нарушения техники безопасности, администрация ответственности не несет.

3.9. Фитнес клуб ставит Клиента в известность о возможности получения травм во время тренировок и соблюдении всех мер предосторожности при работе с технически сложным оборудованием.

3.10. Фитнес клуб обращает внимание потребителей на то, что при оказании услуг фитнес клуб предоставляет клиентам полную и достоверную информацию. Оказание фитнес-услуг обеспечивается в том числе средствами визуализации (плакаты, брошюры, объявления, пресс-релизы и т.д.).

3.11. При посещении клуба на стойке администратора выдается браслет, который необходимо надеть для пользования услугами клуба, получение которых возможно только при его наличии.

3.12. При разовом посещении фитнес клуба клиенту необходимо заполнить бланк разового посещения, ознакомиться с действующими правилами.

4. ОФОРМЛЕНИЕ КЛУБНОЙ КАРТЫ

4.1. В соответствии с пунктом 2 статьи 437 Гражданского Кодекса Российской Федерации в случае принятия клиентом изложенных в договоре (публичной оферте) условий и оплаты услуг юридическое или физическое лицо, производящее акцепт этой оферты становится Заказчиком (в соответствии с пунктом 3 статьи 438 ГК РФ акцепт оферты равносителен заключению договора на условиях, изложенных в оферте).

В связи с вышеизложенным, перед подписанием заявления о присоединении к договору об оказании фитнес услуг необходимо внимательно прочитать текст (условия) публичной оферты. Потребитель обязан до подписания заявления о присоединении ознакомиться с противопоказаниями для получения фитнес услуг, связанных с имеющимися у потребителя заболеваниями. На основании этой информации потребителю следует самостоятельно принимать решения о возможности получения фитнес-услуг или о необходимости дальнейшей консультации у сотрудника или медицинского персонала фитнес клуба для определения соответствия состояния здоровья или текущего самочувствия по отношению к выбранному виду физической активности.

Ознакомившись со стоимостью фитнес-услуг на основании Прейскуранта и/или выбрав вид клубной карты, клиент заполняет в фитнес клубе в отделе продаж заявление (Приложение 1) о присоединении к договору публичной оферты на оказание услуг фитнес клуба, в соответствии с утвержденной формой, после принятия заявления - акцепта фитнес клубом, договор о публичной оферте по оказанию фитнес услуг считается заключенным.

4.2. Заявление клиента (акцепт) является подтверждением согласия клиента с условиями договора и присоединения к договору. Заявление о присоединении к договору оказания услуг заполняется при обязательном предъявлении паспорта.

На основании полученного клиентом и подписанного (акцепта) клиент осуществляет оплату выбранной услуги на условиях, предусмотренных в заявлении-акцепте. После проведения клиентом оплаты выбранной услуги или частичной оплаты (если данное условие предусмотрено заявлением-акцептом), договор вступает в силу.

4.3. Для заключения оформления Клубной Карты необходимо сфотографироваться у менеджера по продажам.

5. ОПЛАТА КЛУБНОЙ КАРТЫ

5.1. Оплата за услуги производится в рублях, предварительно, в наличной и безналичной форме, в порядке и в сроки, определенные условиями приобретения клубной Карты, и может быть произведена в кассе фитнес клуба (на стойке администраторов) или в кабинете менеджера по продажам.

5.2. Клиент проводит платежи самостоятельно, в инициативном порядке.

5.3. Оплата за услуги для клиентов младше 14 лет производится исключительно законными представителями или иными уполномоченными представителями несовершеннолетних клиентов фитнес клуба. Оплата услуг клиентов от 14 до 18 лет производится либо их законными представителями, либо с письменного согласия законного представителя, которое может предоставляться:

- при личном обращении законного представителя в фитнес клуб в виде заявления на отдельном листе бумаги с проставлением подписи и даты и копии документа, подтверждающего родство (матери, отца);

- на основании нотариально удостоверенного согласия законного представителя.

6. КЛУБНАЯ КАРТА

6.1. **Клубная Карта** – это карта, которая дает право пользоваться предоставляемыми фитнес клубом услугами, в соответствии с видом приобретенной клубной карты, а также право участвовать в клубных мероприятиях, организуемых для клиентов клуба.

6.1.2. После заключения договора и оплаты клубной карты, клиенту фитнес клуба оформляется персональная клубная карта, который является в том числе пропуском в фитнес клуб, дает право пользования фитнес-услугами, включенными в стоимость клубной карты и оказываемыми на территории фитнес клуба за отдельную плату в соответствии с действующим прейскурантом.

Персональная клубная карта является именной и не подлежит передаче третьим лицам. Клиент клуба или гость клуба, не имеющий клубной карты, обязан предъявить документы, удостоверяющие личность.

В случае утери, персональная клубная карта может быть восстановлен по письменному заявлению владельца в отделе продаж. Оплата за новую карту взимается согласно действующему прайсу.

6.1.3. Каждый клиент при посещении фитнес клуба после регистрации на стойке администратора и выдачи браслета, обязан надеть браслет на руку и носить с собой, так как пользоваться услугами клуба возможно только при наличии браслета.

6.1.4. Оформление Клубной Карты, а также изменение, прекращение или продление клубной карты осуществляют при предъявлении документа, удостоверяющего личность.

6.2. Активация клубной карты.

6.2.1. Фитнес клуб приступает к выполнению своих обязательств по договору со дня активации клубной карты в установленном в договоре и Правилах посещения клуба порядке.

6.2.2. Активация клубной карты происходит автоматически при первом использовании клиентом услугами фитнес клуба, но не позднее 30 дней со дня заключения договора, если иное не предусмотрено специальными условиями договора. По истечении 30 дней с даты заключения договора активация клубной карты происходит автоматически.

6.2.3. Результатом услуг, оказанных фитнес клубом будут являться действия фитнес клуба по предоставлению клиенту возможности посещать фитнес клуб в период действия клубной карты для получения определенных в заявлении услуг, что является правом самого клиента. Достижение какого-либо иного результата клиентом не входит в предмет договора оказания услуг.

6.3. Переоформление клубной карты.

6.3.1. Клиент клуба имеет право переоформить свою клубную карту на другое лицо в установленном порядке. За переоформление клубной карты взимается оплата согласно действующего прайса. Новый клиент в полном объеме принимает связанные с клубной картой права и обязанности, существующие на дату переоформления.

6.3.2. Клиент вправе в любое время в одностороннем порядке отказаться от услуг фитнес клуба. В случае досрочного прекращения предоставления услуг, в соответствии с договором, клиент должен начать процедуру отказа от услуг фитнес клуба и возврата денежных средств, которая включает в себя следующие действия:

- клиент направляет на имя руководителя фитнес клуба письменное заявление об отказе от услуг клуба с приложением ему браслета либо иного документа, дающего право доступа в фитнес клуб.

6.3.3. Договор считается расторгнутым с даты указанной в заявлении, но не ранее даты направления уведомления либо даты последнего посещения клиентом фитнес клуба.

6.4. Приостановление (заморозка) клубной карты.

6.4.1 По письменному заявлению Клиента фитнес клуб приостанавливает оказание услуг на условиях и на срок, определенный видом клубной карты («заморозка клубной карты») но не менее чем на 5 дней, предоставление услуг возобновляется с момента первого получения после заморозки фитнес услуг/иных услуг, предусмотренных клубной картой.

6.4.2. В случае приостановки оказания услуг срок действия клубной карты автоматически пролонгируется на срок приостановки оказания услуг.

6.4.3. Условия настоящего пункта не распространяется на виды клубных карт без заморозки.

6.4.4. Заявление о предоставлении «заморозки клубной карты» должно быть оформлено до заявляемого срока заморозки лично клиентом фитнес клуба на рецепцию, в отделе продаж фитнес клуба или в мобильном приложении. Только законный представитель несовершеннолетнего ребенка вправе подать заявление об использовании заморозки для клиента Фитнес-клуба, который не достиг 18-летнего возраста.

6.4.5. Общее количество дней заморозки и минимальное количество дней единовременно используемой заморозки по одной клубной карте устанавливается администрацией и отражается в заявлении клиента на присоединение к договору.

6.4.6. Если иное не предусмотрено правилами, администрация осуществляет приостановление периода оказания фитнес-услуг посетителю фитнес клуба на указанное в заявлении количество дней заморозки с даты, указанной в заявлении, но не ранее дня получения соответствующего заявления.

6.4.7. Клиент фитнес клуба лишается права использовать неиспользованное количество дней заморозки, если такое количество дней меньше минимального количества дней единовременно используемой заморозки, установленного в договоре, а также в случае истечения/окончания периода оказания фитнес-услуг.

6.4.8. При использовании Клиентом фитнес-клуба права на заморозку период оказания услуг сдвигается пропорционально количеству фактически использованных дней заморозки. Исключения составляют случаи, когда клиент фитнес-клуба в период действия заморозки начал пользоваться фитнес-услугами ранее истечения минимального количества дней единовременно используемой заморозки, предусмотренного договором. В таких случаях заявление на заморозку автоматически отменяется и перенос периода оказания услуг не проводится. В таких случаях фактически использованными днями заморозки считаются дни с начала действия заморозки до дня, предшествующего дате начала пользования клиентом фитнес-клуба фитнес-услугами.

6.4.9. Дополнительная услуга «платная заморозка» может предоставляться Клиенту в случаях и на условиях, установленных администрацией. Если администрацией не будет установлено иное, платная заморозка может быть использована Клиентом фитнес клуба только после использования всех дней заморозки, предусмотренных договором, и только в течение периода оказания услуг, а также в соответствии с правилами использования заморозки.

6.4.10. В случае беременности, подтвержденной справкой из женской консультации, Клиенту фитнес клуба по его заявлению может быть предоставлено дополнительное (к предусмотренному) приостановление (заморозка), при этом общий срок заморозки, включая неиспользованный до наступления беременности срок заморозки определяется администрацией.

6.4.11. В случае заморозки клубной карты, все услуги в карте также подлежат заморозке и не могут быть использованы (гостевые визиты, бонусы стартового пакета).

7. ОСОБЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ (ЗАПРЕТЫ)

7.1. Все помещения фитнес клуба являются зонами, свободными от курения (в т.ч. электронных сигарет или вапорайзеров).

7.2. На территории клуба запрещается находиться в верхней одежде. Верхнюю одежду необходимо оставлять в гардеробе клуба. В помещении клуба необходимо использовать сменную обувь, для прохода до раздевалки в уличной обуви использовать предоставляемые клубом бахилы. Для вещей следует использовать шкафчик в раздевалке. Не разрешается оставлять свои вещи в шкафчиках после окончания тренировок в Клубе. За утерянные вещи Администрация Клуба ответственности не несет.

7.3. В фитнес клубе запрещается:

- находиться в нетрезвом виде, а также распивать спиртные напитки на территории фитнес клуба, принимать наркотические вещества, стимуляторы, допинговые вещества, неразрешенные медикаменты; приносить и хранить на территории фитнес клуба опасные вещества и предметы: взрывчатые вещества, средства взрывания и предметы, ими начиненные, сжатые и сжиженные газы, легковоспламеняющиеся жидкости, воспламеняющиеся твердые вещества, окисляющие вещества и органические перекиси, токсичные вещества, радиоактивные материалы, едкие и коррозирующие вещества, ядовитые отравляющие вещества, оружие;

- самостоятельно использовать аппаратуру фитнес клуба, в т.ч. системы вентиляции, кондиционирования, телевизионные панели и пр.; изменять температурный режим, уровень освещения, направленность телевизионных панелей и громкость звукового сопровождения;

- входить на территорию и в помещения, предназначенные для служебного пользования, за исключением случаев, когда имеется специальное приглашение;

- осуществлять действия в ущерб правам и интересам других посетителей фитнес клуба;

- пользоваться фитнес-услугами при плохом самочувствии, в острый период заболевания, в т.ч. являющихся носителями передающихся инфекционных заболеваний и в период обострения хронического заболевания;

- проводить на территории фитнес клуба физкультурные, спортивные, оздоровительные и иные мероприятия, в т.ч. составлять тренировочные программы, оказывать помощь посетителям фитнес клуба во время тренировочного процесса и контролировать тренировочный процесс посетителей фитнес клуба, также оказывать иные услуги посетителям Фитнес клуба или пользоваться такими услугами;

- оставлять собственный инвентарь на хранение в фитнес клубе без предварительной договоренности и согласия администрации фитнес клуба;

- передвигать тренажеры, выносить штанги и гантели из зоны свободных весов, выносить из залов оборудование, предназначенное для физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятий, а также предметы мебели;

- резервировать или использовать не по назначению тренажеры, оборудование и инвентарь, места в залах для физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятий, а также лежаки в зоне бассейна;

- использовать жевательную резинку во время занятий или участия в физкультурных и спортивно-оздоровительных мероприятиях;

- использовать ненормативную лексику, как при общении, так и в разговорах по телефону на территории Фитнес клуба, громко, неуважительно и/или агрессивно разговаривать, делать все, что может помешать окружающим;

- использовать парфюмерию, мази, гели и другие косметические изделия с резким запахом, в также средства, портящие или загрязняющие оборудование, помещения и интерьер Фитнес клуба (мед. грязевые маски, масла и т.п.);

- проводить персональные тренировки для других клиентов фитнес клуба;

- тренироваться босиком, в носках, в пляжных или домашних тапочках и т.п., исключение составляют специальные классы (например, йога, pilates, stretch и др.)

- находиться в верхней одежде и уличной обуви в помещениях фитнес клуба.

- громко и агрессивно разговаривать, использовать ненормативную лексику и делать все, что может помешать окружающим.

- пользоваться мобильным телефоном во время проведения групповых тренировок

7.4. Иные запреты указаны в соответствующих разделах настоящих правил.

8. ПОРЯДОК ИЗЪЯТИЯ, ОФОРМЛЕНИЯ И ХРАНЕНИЯ ВЕЩЕЙ, ИЗЪЯТЫХ ИЗ ШКАФЧИКОВ, А ТАКЖЕ НАЙДЕННЫХ НА ТЕРРИТОРИИ ФИТНЕС КЛУБА

8.1. В период нахождения в фитнес клубе личные вещи и одежда клиента клуба должны храниться в шкафах в раздевалках. Вход в залы фитнес клуба со спортивными сумками, пакетами, рюкзаками запрещается. За сохранность вещей, оставленных без присмотра, администрация фитнес клуба ответственности, не несет.

8.2. После окончания тренировки шкаф в раздевалке необходимо освободить от вещей. В случае, если на конец рабочего времени фитнес клуба шкафчик для хранения личных вещей не будет освобожден клиентом самостоятельно, администрация имеет право в присутствии сотрудника отдела безопасности открыть шкафчик, где оставлены личные вещи клиента, описать их, зарегистрировать в журнале находок. При этом описание таких вещей делается лишь по внешним признакам, визуально. Например, при потере/оставлении ювелирных изделий описание будет как наименование изделия (браслет, кольцо, серьги из желтого металла или кольцо из белого металла с бесцветным, прозрачным камнем).

8.3. После регистрации вещи помещаются в специальные пакеты соответствующих размеров, к которым прикрепляется небольшая карточка с информацией, перенесенной из журнала регистрации забытых вещей:

- регистрационный номер;
- имя гостя (если известно);
- место, где была найдена вещь;
- наименование вещи;
- имя человека, нашедшего вещь;
- примечания;

• подпись руководителя или ассистента. Данные карточки помогают систематизировать поиск вещей при их возврате.

8.4. В фитнес клубе имеется специальное помещение, где хранятся забытые, оставленные вещи.

8.5. Срок хранения забытых/оставленных вещей составляет 1 год и 1 день. Подробная информация об указанных выше вещах оперативно передается на стойку администратора фитнес клуба для принятия незамедлительных мер по возврату найденных вещей владельцам.

8.6. В случае, если клиенты в течение оговоренного срока возвращаются за забытыми/утерянными либо оставленными ими в фитнес клубе вещами, при их выдаче клиент предъявляет паспорт и заполняет акт выдачи-получения вещей, который хранится в фитнес клубе не менее одного года.

8.7. Выдача вещи другому лицу возможна только при наличии у него доверенности от владельца забытой вещи. Сотрудник фитнес клуба, выдающий такие вещи, обязан получить от самого владельца забытой вещи сообщение в устной форме о его желании, чтобы его вещь была передана определенному лицу.

8.8. По истечении установленного срока в том случае, если вещь не была востребована владельцем или доверенным лицом, фитнес клуб передает такие вещи в органы полиции. За весь срок хранения вещи в фитнес клубе, клиент несет расходы за организацию хранения

согласно тарифам, указанным в прайсе, начиная с пятнадцатого дня находки либо выемки из шкафчика.

9. ОДЕЖДА И ОБУВЬ

9.1. Вне зависимости от того, какой вид фитнеса выбран клиентом, одежда должна быть удобной и не должна ощущаться на теле. Сковывающие движения, слишком облегающие предметы будут мешать заниматься и могут привести к травмам. Единственный предмет, который должен держаться крепко – специальный спортивный топ с поддержкой для груди. Он может быть, как самостоятельным элементом формы (майка с усиленной областью бюста), так и отдельным элементом под ней. Без такой поддержки заниматься фитнесом могут только женщины с 0-1 размером груди и только спокойными видами фитнеса.

9.2. Для тренировок в тренажерном зале и зоне групповых программ необходимо быть одетым в футболку/майку спортивного стиля и штаны/шорты спортивного стиля. Не допускается нахождение на тренировке в термобелье и термоодежде.

9.3. Одежда для фитнес-занятий должна быть комфортной: по размеру, не сковывать двигательную активность, не сжимать, не натирать и не передавливать тело и конечности, должна дышать и хорошо впитывать пот, но при этом не растягиваться и не становиться прозрачной. Если тело у клиента отличается повышенным потоотделением, или клиент начал тренировки впервые, необходимо выбирать одежду черного и темно-синего цветов – пот на них не столь заметен, как на цветной или белой одежде.

9.4. Для занятий в тренажерном зале необходимы специальные атлетические перчатки. Также перчатки дают отличное сцепление с тренажерами (руки не скользят), а также сводят к нулю риск травмирования кожи микропластинками хромированного покрытия. Повязка на голову предохраняет глаза от стекающего со лба пота.

9.5. Для тренировок в зоне спортивных игр необходимо быть одетым в футболку/майку спортивного стиля и штаны/шорты спортивного стиля. Спортивная обувь не должна маркировать и повреждать покрытие на полу.

9.6. При посещении спа-зоны необходимо иметь купальный костюм/плавки, специальную обувь (устойчивую и нескользящую).

9.10. Модель кроссовок должна строго соответствовать тому виду фитнеса, которым занимается клиент. Возможны фитнес-кроссовки для кардио-тренировок в тренажерном зале. Общее правило для фитнес-обуви – она должна быть легкой, точно по размеру, а для подвижных видов фитнеса – хорошо держать голеностоп. Категорически запрещено обувать на тренировки тапочки. В тапочках пальцы ног не защищены, в них неудобно и скользко, поэтому находиться в этом виде обуви в тренажерном зале опасно для здоровья.

9.11. Для силовой тренировки и работы с весом необходимо надевать удобную, легкую и одновременно прочную обувь, например, штангетки. Категорически запрещается выполнять фитнес-упражнения с рабочим весом и силовые жимы, различные выпады и приседания в беговых кроссовках. Площадь их опоры не предназначена для нагрузок такого типа.

9.12. Бегом на беговой дорожке необходимо заниматься в беговых кроссовках. Запрещено бегать в мокасинах, балетках. Запрещено бегать в увесистых и жестких кроссовках, предназначенных для силового тренинга.

9.13. Заниматься в кроссовках или спортивных туфлях на босую ногу категорически запрещено! Носки лучше выбирать хлопчатобумажные с небольшим содержанием эластана.

9.14. В целях безопасности запрещается тренироваться босиком, в носках, в пляжных или домашних тапочках (исключение составляют специальные классы, например, йога, пилатес, суставная гимнастика и др.)

10. ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА

Клиенты обязаны соблюдать правила общей гигиены. Перед посещением аква-зоны (сауны, бани, джакузи и др.) необходимо принять душ, используя специальную обувь (устойчивую и нескользящую).

11. ЭТИКЕТ

Фитнес клуб является клиентом и следует рекомендациям Международной Ассоциации спортивных, оздоровительных и теннисных клубов IHRSA. А также обладает статусом межнационального и поликультурного, придерживается принципов равенства, взаимоуважения, равноправия. На территории фитнес клуба следует соблюдать правила поведения.

11.1. Клиент должен быть всегда вежлив. В нашем клубе принято здороваться и прощаться в раздевалке.

11.2. Клиент не должен опаздывать на групповые занятия. Расписание тренировок предлагает клуб (тренер), поэтому подстраиваться приходится посетителям. Если в связи с рабочим графиком клиент постоянно опаздывает на занятия хотя бы на 10 минут, необходимо пересмотреть время тренировок.

11.3. Запрещается громко и агрессивно разговаривать, использовать ненормативную лексику и делать все, что может помешать окружающим. Взаимоуважение - залог комфорта для каждого клиента фитнес клуба. К работникам фитнес клуба следует обращаться по имени на «Вы».

11.4. Не разрешается принимать пищу в местах, предназначенных для тренировок, в зонах отдыха и раздевалках. Запрещается выносить посуду из баров на тренировочные территории. Запрещается употреблять еду, принесённую с собой, на территории бара.

11.5. Не разрешается самостоятельно размещать на территории фитнес клуба надписи, объявления, рекламные материалы, проводить опросы или осуществлять рекламную, маркетинговую, консультационную и иную деятельность, в том числе предпринимательскую.

11.6. Запрещается проводить публичные акции, праздничные встречи без согласования с администрацией.

11.7. Запрещается пользоваться мобильными телефонами или другими средствами связи во время проведения групповых занятий с тренером фитнес-клуба.

11.8. Клиент обязан слушать инструктора в том числе, когда идет объяснение как правильно выполнять упражнение или работать с отягощениями, нельзя в это время погружаться в свой собственный мир. Запрещено приступать к работе на тренажере, не дослушав до конца инструктора.

11.9. После занятий (как в залах групповых программ, так и в тренажёрном зале) необходимо убирать за собой мелкий инвентарь: коврики, скакалки, мячи, гантели и пр. и возвращать туда, откуда они были взяты.

11.10. Зеркала в залах нужны не для самолюбования, перед зеркалом отрабатывается правильная техника. Никогда не проходите между занимающимся человеком и зеркалом и не становитесь перед ним, особенно когда идет работа с большим весом. Такие действия могут привести к травмированию.

11.11. В тренажерном зале, прежде чем выполнять упражнение из положения «лежа», необходимо постелить полотенце, а закончив подход, протереть поверхность тренажера.

11.12. Тренажеры не резервируются, на них не сидят просто так. Не следует занимать тренажер, используя полотенце или бутылку с водой, такие действия мешают тем, кто проводит тренировку в быстром темпе.

11.13. Одно из основных правил этикета в фитнес-клубе – не пользоваться парфюмом с сильным запахом.

11.14. Клиентам рекомендуется избегать конфликтов в фитнес клубе и в случае непредвиденных ситуаций необходимо уходить от неприятного разговора.

12. МУЗЫКА В ФИТНЕС КЛУБЕ

12.1. В фитнес клубе предусмотрено наличие современного музыкального оборудования, которое обеспечивает на тренировочных территориях музыкальное сопровождение. Выбор музыки осуществляется администрацией фитнес клуба.

12.2. Музыка на групповых занятиях изменяется в зависимости от перехода к последующим фазам занятия: разминки, основной части и заключительной. На занятиях могут быть использованы как современные хиты, так и инструментальная музыка.

12.3. В помещениях фитнес клуба не разрешается самостоятельное использование музыкальной и другой аппаратуры, а также включать и демонстрировать аудио-, видео- и иные произведения с применением любых носителей, и оборудования.

12.4. Персонал не может устанавливать музыку по заказу каждого обращающего. Если общее музыкальное сопровождение мешает, следует иметь при себе наушники и пользоваться ими по мере надобности.

13. ВВОДНЫЙ ИНСТРУКТАЖ

Если стартовый пакет выбранной Клиентом Карты предполагает наличие вводной тренировки (стартовой тренировки), то она проводится в тренажёрном зале. Для записи необходимо оставить заявку у менеджера отдела продаж или на стойке администратора. Даже если Вы уже ранее тренировались, стоит помнить, что в разных клубах тренажерный зал оснащен различным оборудованием, которое может значительно отличаться правилами эксплуатации, назначением, настройкой т.д.

В тренажёрном зале тренер проведёт индивидуальный инструктаж, во время которого познакомит клиента с оборудованием, представленном в клубе, расскажет о способах настройки оборудования и регулирования нагрузки, а также с техникой выполнения упражнений.

14. ГРУППОВЫЕ ЗАНЯТИЯ

14.1. Прежде чем посетить групповое занятие фитнес клуб рекомендует клиенту пройти фитнес консультирование.

14.2. Посещение групповых занятий в залах групповых программ по расписанию разрешено только для клиентов старше 14 лет.

14.3. Групповые занятия имеют ограничение по количеству занимающихся, для их посещения необходима предварительная запись через мобильное приложение или у администратора основной рецепции фитнес клуба.

14.4. При посещении занятий рекомендуется выбирать интенсивность и продолжительность тренировки в соответствии с Вашим уровнем подготовленности.

14.5. Не разрешается нахождение в залах в обуви, которая может разрушать специальные покрытия пола, иным образом изменять их свойства, оставлять на них следы. Во избежание травм просим соблюдать рекомендации тренеров по форме одежды и обуви.

14.6. Групповые занятия проводятся по расписанию. Администрация вправе поменять заявленного в расписании тренера, заменить направление и внести изменения в расписание групповых занятий в любое время.

14.7. На занятия необходимо приходить вовремя, без опозданий. Опоздание более чем на 10 минут (на время разминки) дает право тренеру не допустить Клиента на занятие.

14.8. На групповых занятиях не разрешается использовать собственную хореографию.

14.9. Запрещается резервировать места в залах групповых программ.

14.10. Использование мобильных телефонов в залах групповых программ во время проведения занятия запрещено.

14.11. Запрещено использовать парфюмы с резкими ароматами.

14.12. После окончания тренировок необходимо вернуть использованное оборудование в специально отведенные места. Клиенты фитнес клуба несут материальную ответственность за утерю или порчу используемого ими инвентаря клуба, а также за порчу любого имущества фитнес клуба.

15. ЗАНЯТИЯ В ТРЕНАЖЕРНОМ ЗАЛЕ

15.1. Перед посещением тренажёрного зала фитнес клуб рекомендует Клиенту пройти вводный инструктаж (стартовую тренировку).

15.2. Самостоятельные занятия в тренажерном зале разрешены только для Клиентов старше 18 лет.

15.3. В случае возникновения вопросов об использовании тех или иных тренажеров, оборудования необходимо обращаться к дежурному тренеру тренажерного зала.

15.4. Клиенты фитнес клуба могут пользоваться услугами только тренеров клуба, проводящих физкультурное занятие (мероприятие). Проведение персональных тренировок клиентами фитнес клуба не разрешается.

15.5. Категорически запрещается перемещение тренажеров в тренажерном зале.

15.6. По окончании тренировки Клиент обязан убирать за собой оборудование (рукоятки, ремни, зажимы, и пр.), раскладывать гантели в соответствии с их калибром по весу. Не разрешается оставлять на полу и тренажерах диски/гантели и прочий мелкий инвентарь.

15.7. Любой из тренажеров может быть ограничен для пользования по причине ремонта или проведения профилактических работ.

15.8. При выполнении упражнений с разборной штангой во избежание травматизма необходимо равномерно снимать и надевать блины с обоих концов грифа/штанги для исключения случаев ее опрокидывания, а также надежно закреплять блины замками. После использования Клиент обязан разобрать штангу и прочее оборудование, нагружаемое свободными весами.

15.9. При работе на блочных тренажерах фиксаторы весов, сидений и валиков необходимо вставлять до упора, проверив надежность фиксации.

15.10. Дежурный тренер имеет право не допустить Клиента (гостя клуба) на тренировку в случаях, когда это может быть опасно для здоровья Клиента фитнес клуба (отсутствие спортивной обуви/одежды) и окружающих.

15.11. Потенциально опасные упражнения со свободными весами (в том числе с максимальными) в тренажерном зале допускается выполнять строго с тренером, проводящим физкультурное занятие (мероприятие), или дежурным тренером.

15.12. Персонал тренажерного зала имеет право контролировать соблюдение посетителями настоящих правил, делать замечания, удалять посетителей, нарушающих настоящие правила.

16. ПОСЕЩЕНИЕ САУНЫ, ХАМАМ, ДЖАКУЗИ

16.1. Перед посещением сауны/хамам/джакузи Клиенту фитнес клуба следует принять душ.

16.2. Клиент обязан соблюдать правила личной гигиены: использовать простынь или полотенце, которое следует положить на скамью прежде чем садиться. Не допускается использование любых косметических средств или манипуляций (масло, мед, кофе, скраб, пилинг и другие ароматические препараты) в раздевалках, душевых, сауне, хамам, джакузи во избежание приступов астмы и различных случаев аллергической реакции у других посетителей, а также в связи с тем, что это может привести к засорению канализационных сливов и к порче оборудования.

16.3. При пользовании сауной/хамам необходимо соблюдать правила техники безопасности. Запрещается поливать нагревательные элементы (камни) жидкостями и маслами.

16.4. Использование сауны/хамам/джакузи может быть ограничено (технические перерывы для проведения необходимых технических, профилактических работ).

16.5. В сауне запрещается сушить одежду и полотенце, оставлять после себя какие-либо вещи и предметы.

16.6. Запрещено посещение сауны, хамам детям до 14 лет. Дети с 14 лет могут посещать сауну и хамам только под присмотром родителей.

16.7. В сауне нельзя:

- сидеть на самой нижней скамье с целью пробыть в сауне как можно больше времени;
- сидеть на самой верхней полке, свесив ноги вниз, а голову держа под потолком;
- курить и принимать алкоголь;
- находиться во время острых или хронических заболеваний, а также с повышенной температурой тела;
- находиться в металлических украшениях: металл может нагреться под воздействием тепла и обжечь тело

17. ПРАВИЛА ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ПОЛОТЕНЕЦ

17.1. Запрещается использовать полотенца не по назначению (в качестве тряпок, ковриков под ноги).

17.2. Перед выходом из фитнес клуба использованные полотенца следует вернуть в бак «для использованных полотенец», который находится в раздевалке.

17.3. Полотенца являются собственностью клуба. В каждое полотенце зашит чип и при попытке выноса полотенца за пределы клуба чип будет подавать звуковой сигнал через систему безопасности, что даёт право сотрудникам фитнес клуба попросить Клиента открыть спортивную сумку или пакет для демонстрации.

18. ПРАВИЛА НА ПАРКОВКЕ ФИТНЕС КЛУБА

18.1. Места для бесплатной парковки автомобилей на территории, прилегающей к зданию фитнес клуба, не являются местом автостоянки и не охраняются фитнес клубом. Клиент фитнес клуба не сдает автомобиль на хранение фитнес клубу, а фитнес клуб не принимает такой автомобиль на хранение.

18.2. Территория для парковки автомобилей посетителей фитнес клуба является принадлежностью здания фитнес клуба, созданной как элемент благоустройства и выполняет вспомогательную роль по организованной стоянке транспортных средств.

18.3. Клиент имеет право парковки автомобилей только на период нахождения в фитнес клубе (т.е. только на условиях парковки) без условий ее сохранения. За сохранность и ущерб, причиненный автомобилю, а также за сохранность имущества, находящегося в автомобиле, во время его нахождения на парковке администрация ответственности не несет.

18.4. Предоставление парковочного места Клиенту не входит в обязанность фитнес клуба.

19. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ УСЛУГИ (НЕ ВКЛЮЧЕННЫЕ В КЛУБНУЮ КАРТУ)

19.1. Для клиентов фитнес клуба за отдельную плату предлагаются дополнительные услуги: персональные тренировки, посещение фан-групп, солярий, услуги бара и другие.

19.2. Клиент фитнес клуба может оплатить дополнительные услуги пластиковой картой, с ранее открытого депозитного счета или наличными в кассе на стойке администратора фитнес клуба или в мобильном приложении. Депозитный счет можно открыть в кассе клуба.

19.3. При выявленном факте оплаты наличными дополнительных услуг клиентом не через кассу фитнес клуба, клиент обязан уплатить фитнес клубу штраф в размере стоимости оплаченных ненадлежащим образом услуг.

19.4. Перечень дополнительных услуг представлен на стойке администратора, а также Клиент может получить их в отделе продаж фитнес клуба.

19.5. Персональные тренировки

19.5.1. Персональная тренировка проводится только по предварительной оплате в кассе фитнес клуба.

19.5.2. Выбор тренера остается за посетителем клуба.

19.5.3. Продолжительность тренировки зависит от целей и методики тренировок.

19.5.4. Время занятий согласовывается с тренером. В случае опоздания на персональную тренировку, время проведения тренировки сокращается на время опоздания. Если запланированная тренировка не может состояться по уважительной причине Клиента, Клиент обязуется предупредить об этом тренера не менее, чем за 24 часа. В случае неявки (без осведомления тренера) услуга считается оказанной в полном объеме, её стоимость возврату не подлежит.

19.5.5. Оплаченные блоки персональных тренировок имеют определенный срок действия и блокируются по его истечению (разовая тренировка должна быть реализована в течение 10 дней с момента оплаты, блок из 4 тренировок должен быть реализован в течение 30 дней с момента оплаты, блок из 8 тренировок должен быть реализован в течение 60 дней с момента оплаты).

19.6. Фан-группы.

19.6.1. Посещение фан-групп возможно только после согласования с тренером, ведущим фан-группу, при условии наличия места и предварительной оплаты абонеента на выбранное направление. Оплата производится у администратора на основной рецепции клуба.

19.6.2. Действие абонеента на фан-группу ограничено календарным месяцем и по его окончанию неиспользованные занятия блокируются. Перенос пропущенных занятий с предыдущего месяца на последующий возможен только при условии предоставления больничного листа или отсутствия клиента, подтверждённого приостановкой (заморозкой) клубной карты.

19.7. Услуги Бара

19.7.1. Услуги Бара можно оплатить наличными в кассе клуба, а так же с ранее открытого депозитного счета. Депозитный счет можно открыть в кассе клуба.

19.7.2. Запрещается приносить пищевые продукты (готовую еду) с собой и употреблять её на территории Бара.

19.7.3. Запрещается выносить посуду из Бара в активные зоны клуба (тренажёрный зал, залы групповых программ, зону спортивных игр) тренировочные территории.

19.7.4. Оплата за исполненные услуги Бара должна быть произведена не позднее дня оказания услуги.

19.8 Солярий

19.8.1. Перед посещением солярия фитнес клуб рекомендует Клиенту проконсультироваться с врачом.

19.8.2. В солярии необходимо надевать на голову шапочку для волос, очки, специальные наклейки для груди.

19.8.3. Для первого раза посещения солярия фитнес клуб рекомендует загорать не более 3-5 минут.

19.8.4. Перед посещением солярия запрещено делать пилинг или скрабирование. Подобные процедуры не стоит проводить даже накануне, чтобы не повредить кожу.

19.8.5. Крайне нежелательно день посещения солярия пользоваться духами и любой косметикой, особенно – тональными и жирными кремами. Если же это невозможно, то перед сеансом её всю придется тщательно смыть.

19.8.6. Женщинам не рекомендовано посещение солярия во время менструации.

19.8.7. Перед посещением солярия рекомендуется покрыть все тело специальным кремом или маслом для солярия. Губы нужно покрыть увлажняющей помадой с UV-фильтром.

19.8.8. На время загара все родинки и родимые пятна стоит закрыть специальными наклейками.

19.8.9. Тем, кто носит линзы, их следует снять

19.8.10. Любые неприятные ощущения во время сеанса – повод прервать его, особенно, если посещение первое.

19.8.11. Сразу после сеанса стоит ещё раз обработать кожу увлажняющим средством. Душ стоит принимать не ранее, чем через 4-5 часов после посещения сеанса.

19.8.12. Если после сеанса на теле появились пятна, ожоги, высыпания, любые неприятные ощущения, то необходимо сразу же проконсультироваться с дерматологом и временно прекратить посещение солярия.

19.8. Для использования дополнительных услуг необходимо согласовать время с соответствующими специалистами, записаться на стойке администраторов и произвести оплату.

Клиент фитнес клуба может перенести или отменить забронированную услугу не позднее, чем за 24 часа. В противном случае, возврат оплаченной суммы не производится.

20. УСЛУГИ ДЕТСКОЙ КОМНАТЫ

20.1. Детская комната открыта ежедневно согласно установленному режиму работы.

Время работы Детской комнаты в клубе г. Мурманск, ул. К. Маркса, 38/1:

- в будние дни с 15.00 до 20.00,

- в выходные дни с 10.00 до 15.00.

Режим работы детской комнаты может быть изменён Администрацией. Информация об изменении доводится до клиентов клуба путем размещения объявлений на информационных стендах в помещении клуба и в официальной группе FRESH LIFE Мурманск в VK на <https://vk.com/docs-145324016>.

20.2. В Клубную Карту родителя включены бесплатные два часа нахождения ребенка в детской комнате, остальное время оплачивается дополнительно согласно прайсу (но не более 3х часов подряд).

20.3. В Детскую комнату приглашаются дети от 4 лет до 12 лет.

20.5. В Детской комнате осуществляется присмотр за детьми. Проведение развивающих и развлекательных занятий в Детской комнате не предусмотрено.

20.6. Родителям и ответственным лицам не рекомендуется находиться в Детской комнате. Администрация Фитнес клуба в случае, если родители не уверены, что ребенок может оставаться с воспитателем, рекомендует периодически навещать ребенка в Детской комнате или сократить время пребывания его в Детской комнате в первые дни.

20.7. Запрещено приносить продукты питания в Детскую комнату (в том числе жевательную резинку, леденцы, мороженое и любые другие сладости). Вы можете воспользоваться клубным кафе.

20.8. Во избежание инфицирования детей в Фитнес клубе, просим оставить ребенка дома в следующих случаях: если у ребенка насморк, кашель, болит горло или есть признаки другого инфекционного заболевания; если у ребенка расстройство желудка, тошнота или другое кишечное недомогание; если у ребенка повышенная температура; если у ребенка сыпь, незажившие раны и др. Сотрудники фитнес клуба имеют право не допустить ребёнка с перечисленными выше симптомами к посещению Детской комнаты.

20.9. Для комфорта детей просим одевать их в удобную спортивную форму. Обувь при входе в Детскую комнату необходимо снять и оставить у входа.

20.10. В случае проявления агрессии в отношении других детей или сотрудников фитнес клуба Администрация оставляет за собой право прекращения пребывания ребенка в Детской комнате и досрочного вызова родителей по мобильному телефону, указанному в «журнале посещения».

20.11. В Детскую комнату запрещается приносить колющие, режущие и иные, способные причинить травму, предметы, а также ценные предметы (в том числе деньги).

20.12. Перед посещением Детской комнаты родителям необходимо самостоятельно сводить ребенка в туалет, снять с ребёнка украшения.

21. ФОТО, ВИДЕОСЪЕМКА НА ТЕРРИТОРИИ ФИТНЕС КЛУБА

21.1. В фитнес клубе запрещено производить фото и видео съемку, в том случае, если такие фото и видеосъемка угрожают безопасности и мешает другим посетителям (съемка со штативов, сэлфи палка, вспышка).

21.2. В фитнес клубе разрешается производить фото и видеосъемку в целях некоммерческого использования фотографии для удовлетворения собственных потребностей или потребностей обычного круга семьи.

21.3. Коммерческая фото и видео съёмка невозможна без согласования Администрации.

22. ГОСТЕВЫЕ ВИЗИТЫ

22.1. Клиент фитнес клуба имеет право пригласить своих друзей, родственников, детей от 14 лет в качестве Гостей в фитнес клуб. На Гостя распространяются настоящие правила, к которым он обязан присоединиться и следовать им.

22.2. Для оформления гостевого визита Гостю необходимо предъявлять документ, удостоверяющий личность (паспорт, водительское удостоверение, военный билет) и назвать ФИО Клиента клуба, пригласившего его. В случае посещения фитнес клуба Гостем в момент, когда Клиент клуба отсутствует в фитнес клубе, администратор имеет право удостовериться в легальности использования гостевого визита, позвонив Клиенту фитнес клуба.

22.3. Гостевой визит может быть использован только в период действия клубной карты Клиента, пригласившего Гостя. Воспользоваться гостевым визитом с замороженной или не активированной карты невозможно.

23. ОТВЕТСТВЕННОСТЬ

25.1. В целях вашей безопасности в клубе осуществляется видеонаблюдение.

25.2. Администрация Клуба не несет ответственности за вред, причиненный действиями (бездействиями) третьих лиц, а также, если причиной нанесения вреда, в том числе здоровью, стало нарушение посетителем правил пользования тренажерами, правил безопасности на воде, а также положений настоящих Правил.

25.3. Клуб не несет ответственности за вред, связанный с ухудшением здоровья, если состояние здоровья клиента клуба ухудшилось в результате острого заболевания, обострения травмы, последствий перенесенной операции или хронического заболевания, имевшихся у клиента клуба до момента посещения.

25.4. Клиент клуба полностью берет на себя ответственность за состояние своего здоровья. Клиент Клуба не вправе требовать от фитнеса клуба какой-либо компенсации морального, материального вреда или вреда, причиненного здоровью клиенту клуба, как в течение срока действия клубной карты, так и по истечении срока ее действия, за исключением случаев, прямо предусмотренных действующим законодательством.

25.5. Фитнес клуб несет ответственность за причинение вреда здоровью и жизни клиенту клуба вследствие полученных из-за неисправности тренажеров травм.

25.6. Администрация Клуба не несет ответственности перед Клиентом 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.

25.7. Клиенты клуба несут ответственность за утерю или порчу используемого оборудования, инвентаря и обстановки клуба в соответствии с действующим законодательством РФ.

26. ВАШИ ПРЕДЛОЖЕНИЯ

Мы работаем для Вас, нам важно знать Ваши пожелания, предложения, а также то, что вызывает Ваше недовольство. Ваши замечания, пожелания и предложения просим присылать нам по следующим адресам:

183038, г. Мурманск ул. Гвардейская, 1А

по электронной почте: fitnescity@outlook.com, wellness@freshlife51.ru

Приложение № 3
к договору публичной оферты, размещённой и в официальной
группе FRESH LIFE Мурманск в VK на <https://vk.com/docs-145324016>.
ООО «ФитнесСити» ОГРН 1155190011811

Правила нахождения детей на территории спортивного клуба «FreshLife» Мурманск»

1. ВВЕДЕНИЕ

1.1. Правила посещения Фитнес Клуба детьми являются едиными для всех клиентов, гостей и сотрудников Фитнес Клуба. Клиенты обязаны ознакомиться с настоящими правилами до начала посещения и пользования услугами Фитнес Клуба. Факт посещения клиентом клуба подтверждает факт ознакомления с настоящими правилами, присоединения к ним и

обязанность Клиента их соблюдать. В случае нарушения настоящих правил, Администрация вправе потребовать от данного клиента клуба воздержаться от нарушений и /или попросить его удалиться из клуба в зависимости от характера нарушений Правил клуба. В случае необходимости и для улучшения качества услуг клуб имеет право в одностороннем порядке дополнить и изменить настоящие правила. Каждые новые правила заменяют предыдущие. Действующие правила вы всегда можете получить в отделе продаж или на стойке администратора детского этажа.

1.2. При оформлении договора для ребёнка родители заполняют Заявление и подписывают его в присутствии работника Фитнес Клуба.

1.3. При наличии у ребенка какого-либо заболевания, требующего периодического приема лекарственных препаратов, а также при наличии риска экстренных ситуаций, связанных с данным заболеванием, родители обязаны письменно заявить об этом при заполнении Заявления о присоединении к договору оферты. За достоверность предоставляемой в Заявлении информации родители несут персональную ответственность.

2. СИСТЕМА ДЕТСКОГО ФИТНЕСА

2.1. Для детей от 3 месяцев до 17 лет включительно действуют клубная система и абонементная система.

2.2. Абонементная система дает право посещать определенное количество занятий (4, 8 и 12) только в то время и даты, которые прописаны в заявлении при заключении договора. Срок действия абонемента - один календарный месяц.

2.3. Клубная детская система для детей от 3-х месяцев до 13 лет включительно дает право заниматься в нашем клубе только при условии приобретения тренировок с персональным тренером.

2.4. Клубная детская система для детей от 14 до 17 лет включительно дает право посещать некоторые зоны клуба без ограничения по времени:

- тренажерный зал (все зоны) - только при участии персонального тренера (при условии приобретения персональных тренировок);
- все залы групповых программ - по расписанию;
- бассейн - только при участии персонального тренера (при условии приобретения персональных тренировок) или групповые занятия по расписанию;
- зоны спортивных игр - по расписанию (волейбол, настольный теннис, скалодром);

2.5. Клубная карта является именной и не подлежит передаче третьим лицам. В случае утери Клубная карта может быть восстановлена в отделе продаж по письменному заявлению родителя либо законного представителя ребенка. Оплата за изготовление новой карты взимается согласно прайсу.

3. ОФОРМЛЕНИЕ АБОНЕМЕНТА, КЛУБНОЙ КАРТЫ

3.1. Абонемент для детских занятий оформляется на детском этаже менеджером по продажам, который знакомит посетителей с детским клубом, консультирует по видам и категориям абонементов, а также с условиями их приобретения.

3.2. Клубную детскую карту возможно оформить в отделе продаж на 1 этаже клуба.

4.3. Покидать активные зоны детского этажа (бассейн, залы групповых программ) необходимо за 15 минут до закрытия этажа. Покидать фитнес-клуб необходимо не позднее установленного времени закрытия.

5. ОПЛАТА КЛУБНОЙ КАРТЫ

5.1. Оплата за услуги производится в рублях, предварительно, в наличной и безналичной форме, в порядке и в сроки, определенные условиями приобретения клубной Карты, и может быть произведена в кассе фитнес клуба (на стойке администраторов) или в личном кабинете мобильного приложения.

5.2. Клиент проводит платежи самостоятельно, в инициативном порядке.

5.3. Оплата за услуги для клиентов младше 14 лет производится исключительно законными представителями или иными уполномоченными представителями несовершеннолетних клиентов фитнес клуба. Оплата услуг клиентов от 14 до 18 лет производится либо их законными представителями, либо с письменного согласия законного представителя, которое может предоставляться:

- при личном обращении законного представителя в фитнес клуб в виде заявления на отдельном листе бумаги с проставлением подписи и даты и копии документа, подтверждающего родство (матери, отца);
- на основании нотариально удостоверенного согласия законного представителя.

5. СРОКИ И УСЛОВИЯ ДЕЙСТВИЯ ПРЕДОСТАВЛЕНИЯ УСЛУГ

5.1. Срок действия абонемента - один календарный месяц.

5.2. Абонемент и клубная карта дают право посещения тренировок только в то время, которое прописано в договоре.

5.3. В случае истечения срока действия клубной карты или абонемента, настоящие Правила распространяются в равном объеме на Клиентов, срок действия карт (абонементов) которых истек, но они продолжают пользоваться иными услугами клуба.

6. ПРИОСТАНОВКА СРОКА ДЕЙСТВИЯ КЛУБНЫХ КАРТ

6.1. Приостановить действие клубной карты возможно при условии, что это предусмотрено договором.

6.2. Для приостановки действия клубной карты родителям или ответственному лицу необходимо обратиться в отдел продаж с письменным заявлением. Заявление должно быть оформлено до желаемого срока заморозки.

6.3. Услуга Приостановки может быть затребована по телефону (если родитель либо иной законный представитель не имеет возможность лично воспользоваться услугой) или лично на рецепции Клуба. Если услуга затребована по телефону, то родитель либо иной законный представитель должен сообщить дату начала и окончания Заморозки, впоследствии подтвердив соответствующую информацию личной подписью на соответствующем бланке либо в мобильном приложении. В противном случае услуга Приостановки будет считаться недействительной.

7. ОТМЕНА ЗАНЯТИЙ, КУПЛЕННЫХ ПО АБОНЕМЕНТУ

7.1. Отмена абонементных занятий возможна.

7.2. Для этого необходимо заблаговременно (не позднее, чем за 12 часов до начала занятия) осведомить администратора на рецепции, по телефону или в группе ВКонтакте о невозможности присутствия ребенка на занятии, сообщив Ф.И.О ребенка и время занятия.

7.3. В случае, если вы заранее не проинформировали администратора, услуга (занятие/тренировка) считается оказанной и отработке не подлежит.

8. ОТРАБОТКА ПРОПУЩЕННЫХ ЗАНЯТИЙ, КУПЛЕННЫХ ПО АБОНЕМЕНТУ

8.1. Возможность отработать пропущенные занятия предоставляется в установленном порядке:

- отработка пропущенных занятий в текущем месяце возможна без наличия справки;
- перенос занятий, пропущенных по болезни, на следующий календарный месяц осуществляются только при наличии справки от врача;
- отработка занятий, пропущенных по болезни, производится либо в том же календарном месяце (на который выкуплен абонемент), либо в следующем месяце, после пропущенного по болезни;

8.2. Если тренировка отменяется по инициативе тренера или Клуба, то для таких услуг производится перерасчет и время посещения Фитнес клуба продляется на количество отмененных за время действия приобретенных услуг тренировок.

9. ТРЕНАЖЕРНЫЙ ЗАЛ

9.1. Дети младше 18 лет могут посещать тренажерный зал только с персональным тренером. Самостоятельно посещать тренажерный зал детям до 18 лет запрещается.

10. ГРУППОВЫЕ ЗАНЯТИЯ

10.1. Детские групповые занятия проводятся по расписанию, которое может быть заблаговременно изменено администрацией клуба.

10.2. Каждый вид занятий предполагает отдельный абонемент.

10.3. На занятия необходимо приходить по расписанию, без опозданий. Дети, опоздавшие на тренировку более чем на 10 минут, могут быть не допущены тренером к занятию в целях безопасности ребенка.

10.4. Взрослые групповые тренировки могут посещать дети в возрасте от 14 лет и старше при наличии у ребёнка основания для посещения (оплаченное разовое посещение клуба или Клубная карта).

11. ДЕТСКАЯ КОМНАТА

11.1. Детская комната открыта ежедневно согласно установленному режиму работы.

Время работы Детской комнаты:

- в будние дни с 15.00 до 20.00,

- выходные дни с 10.00 до 15.00.

Режим работы детской комнаты может быть изменён Администрацией. Информация об изменении доводится до клиентов клуба путем размещения объявлений на информационных стендах в помещении клуба.

11.2. В Клубную Карту родителя включены бесплатные два часа нахождения ребенка в детской комнате, остальное время оплачивается дополнительно согласно прайсу (но не более 3х часов подряд).

11.3. Ребёнок имеет право находиться в Детской комнате бесплатно в течение 2х часов в день, остальное время оплачивается дополнительно, согласно прайсу (но не более 3х часов подряд).

11.4. В Детскую комнату приглашаются дети от 4 лет до 12 лет.

11.5. В Детской комнате осуществляется присмотр за детьми. Проведение развивающих и развлекательных занятий в Детской комнате не предусмотрено.

11.6. Родителям и ответственным лицам не рекомендуется находиться в Детской комнате. Администрация Фитнес клуба в случае, если родители не уверены, что ребенок может оставаться с воспитателем, рекомендует периодически навещать ребенка в Детской комнате или сократить время пребывания его в Детской комнате в первые дни.

11.7. Запрещено приносить продукты питания в Детскую комнату (в том числе жевательную резинку, леденцы, мороженое и любые другие сладости). Вы можете воспользоваться клубным кафе.

11.8. Во избежание инфицирования детей в Фитнес клубе, просим оставить ребенка дома в следующих случаях:

- если у ребенка насморк, кашель, болит горло или есть признаки другого инфекционного заболевания;

- если у ребенка расстройство желудка, тошнота или другое кишечное недомогание;

- если у ребенка повышенная температура;

- если у ребенка сыпь, незажившие раны и др.

Сотрудники фитнес клуба имеют право не допустить ребёнка с перечисленными выше симптомами к посещению Детской комнаты.

11.9. Для комфорта детей просим одевать их в удобную спортивную форму. Обувь при входе в Детскую комнату необходимо снять и оставить у входа.

11.10. В случае проявления агрессии в отношении других детей или сотрудников фитнес клуба Администрация оставляет за собой право прекращения пребывания ребенка в Детской

комнате и досрочного вызова родителей по мобильному телефону, указанному в «журнале посещения».

11.11. В Детскую комнату запрещается приносить колющие, режущие и иные, способные причинить травму, предметы, а также ценные предметы (в том числе деньги).

11.12. Перед посещением Детской комнаты родителям необходимо самостоятельно сводить ребенка в туалет, снять с ребёнка украшения.

12. ОСОБЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

12.1. Родителям (ответственным лицам) не разрешается присутствовать на детских занятиях.

12.2. Родители (сопровождающие лица) несут персональную ответственность за детей, находящихся на территории фитнес клуба, и не должны оставлять их на территории без присмотра (за исключением нахождения ребенка в детской комнате, на групповых занятиях согласно расписанию и на персональных занятиях с тренером). За детей, находящихся на территории Фитнес клуба без присмотра родителей и сопровождающих лиц, администрация фитнес-клуба ответственности не несёт.

12.3. При неадекватном поведении ребенка (агрессия, истерические состояния, намеренная порча имущества), которое создает неудобства и/или дискомфорт для других детей и взрослых, родители или сопровождающие лица обязаны забрать ребенка из Клуба. В случае если данные ситуации носят систематический характер, Клуб вправе расторгнуть Договор в одностороннем порядке.

12.4. Запрещается переодевать мальчиков старше 4 лет в женской раздевалке, а девочек старше 4 лет – в мужской раздевалке.

12.5. Родителям или сопровождающим лицам запрещено самостоятельно использовать оборудование Клуба, вмешиваться в процесс занятий и требовать изменения формата групповых занятий.

12.6. Мы рекомендуем приводить детей на групповые занятия, соответствующие возрасту ребенка. Возрастные ограничения указаны в описании уроков.

12.7. Все оборудование и инвентарь в Фитнес клубе и в Детской комнате проходят ежедневную дезинфекционную обработку.

Приложение № 4
к договору публичной оферты размещённой в
официальной группе FRESH LIFE Мурманск в VK на
<https://vk.com/docs-145324016>.
ООО «ФитнесСити» ОГРН 1155190011811

Медицинские противопоказания для занятий в сети фитнес-клубов FreshLife г. Мурманск. Перечень медицинских противопоказаний к занятиям в Клубе.

В случае посещения тренировки, или персональной тренировки, или групповой тренировки, «Клиент» заявляет и гарантирует, что не имеет медицинских противопоказаний для посещения тренировок, занятий фитнесом (в том числе в соответствии с описанием в п. 1- 24 ниже) и получения физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг.

Во всех случаях перед решением заниматься, тренироваться, посещать Фитнес клуб необходимо проконсультироваться с врачом и получить рекомендации по выбранному виду оказываемых исполнителем услуг.

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. Болезни опорно-двигательного аппарата: деформирующие полиартриты (артриты), спондилоартриты (разной этиологии с прогрессирующим течением и резким нарушением функции суставов, и наличием болевого синдрома).

8. Коллагеновые болезни.

9. Болезни органов дыхания:

9.1. болезни, протекающие с дыхательной или легочно-сердечной недостаточностью свыше I степени;

9.2. 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;

9.3. пневмония интерстициальная с рецидивирующим течением;

10. Болезни сердечно-сосудистой системы:

10.1. аневризма аорты сердца;

10.2. аритмии (сложные нарушения ритма и проводимости, монотонная экстрасистолия, мерцательная аритмия, пароксизмальная тахикардия);

10.3. блокада левой ножки пучка Гиса или ее разветвлений; заболевания, протекающие с недостаточностью кровообращения выше I степени (по Василенко-Стражеско); стенокардия напряжения с частыми приступами;

10.4. постинфарктный кардиосклероз (решается в каждом конкретном случае); 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;

10.5. гипертоническая болезнь с частыми кризами, а также при цифрах систолического артериального давления выше 200 мм рт. ст. или диастолического выше 110 мм рт. ст.;

10.6. гипертоническая болезнь (первичного или вторичного характера) или цифрах систолического артериального давления ниже 90 мм рт. ст.;

10.7. 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);

10.8. синдром Морганьи Эдемса-Стокса.

11. Болезни органов пищеварения:

11.1. желудок, оперированный при декомпенсации функции органов пищеварения;

11.2. 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 пищеварения и нарушениях питания или выраженном болевом синдроме.

12. Заболевания печени и желчных путей:

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

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

12.3. хронические холециститы калькулезной этиологии, сопровождающиеся приступами печеночной колики или рецидивирующей желтухой;

12.4. хронический антихолит с приступами печеночной колики и нарушением желчевыделения;

12.5. вторичный хронический панкреатит, обусловленный нарушением внешне секреторной функции поджелудочной железы.

13. Заболевания почек в мочевыводящих путях:

13.1. хронический диффузный гломерулонефрит рецидивирующего течения или при наличии признаков почечной недостаточности;

- 13.2. хронический интерстициальный нефрит различного генеза при наличии признаков почечной недостаточности;
- 13.3. хронический пиелонефрит с рецидивирующим течением, наличие выраженных функциональных нарушений или осложнений (гидропионефроз, гипертоническая перебрапатия);
- 13.4. липидно-амилоидный нефроз.
14. Болезни эндокринных желез:
- 14.1. гипогликемическая болезнь;
- 14.2. гипотериоз, микседема (первичная или вторичная форма) тяжелого течения; в) диабет несахарный;
- 14.3. диабет сахарный (первичный или вторичный) среднего и тяжелого течения или при наличии осложнений (кетоацидоз, сосудистые поражения, полиневриты и др.);
- 14.4. зоб диффузный токсический (тиреотоксикоз базедова болезнь) – тяжелая форма; эндемический зоб с выраженной гипер- или гиподисфункцией железы;
- 14.5. хронический тиреоидит.
15. Болезни обмена:
- 15.1. ожирение вторичного генеза (дианцефальное, гипотиреоидальное, гипогенитальное, при синдроме Иценко-Купшига);
- 15.2. подагра с прогрессирующим течением или выраженным болевым синдромом.
16. Патологический климакс. Противопоказания к использованию нагрузочных тестов:
- 17. Абсолютные противопоказания:**
- 17.1. Недостаточность кровообращения выше I-Л.
- 17.2. Инфаркт миокарда (раньше, чем через 3 месяца с начала болезни).
- 17.3. Быстро прогрессирующая или нестабильная грудная жаба.
- 17.4. Гипертоническая болезнь II-III степени при систолическом АД выше 200 мм рт. ст., диастолическом выше 120 мм рт. ст.
- 17.5. Желудочковая тахикардия.
- 17.6. Выраженный аортальный стеноз.
- 17.7. Активный или недавно перенесенный тромбоз.
- 17.8. Острые и хронические болезни в стадии обострения.
- 18. Относительные противопоказания:**
- 18.1. Частые суправентрикулярные экстрасистолы (4:40), мерцательная аритмия.
- 18.2. Повторяющаяся или частая желудочковая; эктопическая активность.
- 18.3. Легочная гипертензия.
- 18.4. Аневризма желудочковая сердца.
- 18.5. Умеренный аортальный стеноз.
- 18.6. Неконтролируемые метаболические заболевания (сахарный диабет, тиреотоксикоз, микседема).
- 18.7. Значительные увеличения сердца.
19. Состояния, требующие специального внимания и предосторожности:
- 19.1. Нарушение проводимости:
- 19.1.1. полная атриовентрикулярная блокада; б) блокада левой ножки пучка Гиса; в) синдром Вольфа-Паркинсона-Уайта.
- 19.2. Наличие имплантированного водителя ритма сердца с фиксированной частотой.
- 19.3. Контролируемые дисаритмии.
- 19.4. Нарушение электролитного баланса.
- 19.5. Применение некоторых лекарств:
- препаратов наперстянки,
 - блокаторов адренергических бета рецепторов и препаратов подобного действия.
- 19.6. Тяжелая гипертензия, ретинопатия III степени.
- 19.7. Грудная жаба и др. проявления коронарной недостаточности.
- 19.8. Тяжелая анемия.
- 19.9. Выраженное ожирение.

19.10. Почечная, печеночная и др. виды метаболической недостаточности.

19.11. Явные психоневротические расстройства.

19.12. Нервно-мышечные, мышечно-скелетные и суставные расстройства, которые будут мешать проведению теста.

20. Дополнительные противопоказания к занятиям фитнеса:

20.1. сколиоз, осложненный нижним вялым парапарезом, требующий ношение специального корсета для разгрузки позвоночника

20.2. плоскостопие III степени

20.3. нарушение связочного аппарата суставов;

20.4. некоторые доброкачественные опухоли костной системы;

20.5. некомпенсированное повреждение позвоночника;

20.6. различные виды переломов и посттравматические состояния;

20.7. психические расстройства и пограничные состояния психики;

20.8. нарушение связочного аппарата коленного сустава (нестабильный сустав).

20.9. болезнь Бехтерева.

20.10. осложнённый перелом позвоночника с повреждением спинного мозга.

20.11. эпилепсия с судорожными припадками, сопровождающаяся потерей сознания.

20.12. выраженные и частые головокружения.

20.13. психические заболевания различной степени выраженности

20.14. тяжелые заболевания внутренних органов, препятствующие назначению физической нагрузки танцевального типа (сахарный диабет, артериальная гипертония, опухоли и т.п.).

20.15. наличие онкологических заболеваний.

20.16. туберкулез костей и суставов.

20.17. ряд доброкачественных опухолей костной системы (например, фиброзная дисплазия), которые способствуют развитию патологических переломов костей.

20.18. после перенесенных черепно-мозговых травм и инфаркта только с разрешения лечащего врача.

21. Противопоказания к занятиям аэробикой:

21.1. заболевания сердечно-сосудистой системы;

21.2. высокое артериальное давление (при повышении нагрузки происходит значительное повышение цифр АД);

21.3. запущенный остеохондроз (дегенеративные изменения позвоночника, в том числе протрузии и грыжи межпозвонкового диска);

21.4. варикозное расширение вен – этот диагноз означает категорическое «нет» для прыжковой и степовой аэробики.

22. Уроки танца запрещены:

22.1. при обострении язвы желудка и двенадцатиперстной кишки;

22.2. при любых заболеваниях печени и поджелудочной железы;

22.3. при некомпенсированных заболеваниях почек;

22.4. при грыже межпозвонкового диска.

23. Перед занятиями в тренажерном зале вам необходимо проконсультироваться у своего лечащего врача, если у вас, возможно, есть какие-либо заболевания на данный момент или вы ранее чем-то переболели, т. к. существует ряд противопоказаний.

Противопоказания к силовым занятиям:

23.1. варикозное расширение вен (упражнения в положении сидя-лежа можно выполнять при начальной стадии заболевания, использовать только упражнения для рук и плечевых мышц.);

23.2. нейроциркуляторная (вегетососудистая) дистония (с таким диагнозом человеку нельзя долго находиться в состоянии наклона – может начаться головокружение);

23.3. тяжелые формы бронхита и астмы;

23.4. высокая степень близорукости (требуется консультация врача-окулиста).

23.5. Геморроидальное воспаление прямой кишки. Это может усилить ваше заболевание.

23.6. Если после хирургической операции прошло менее года (после операции должно пройти не менее 1,5-2 лет.) Женщинам, перенесшим кесарево сечение, лучше вообще не

использовать в занятиях тренажеры с отягощением, а заменить их более упрощенными занятиями

23.7. При сердечно-сосудистых заболеваниях также не советуем применять сильные отягощения, рекомендуем ослабить их как можно больше.

23.8. КАТЕГОРИЧЕСКИ запрещаются занятия на тренажерах беременным.

23.9. Запрещается заниматься на тренажерах с отягощением тем, кто страдает каким-либо заболеванием, связанным с нарушением опорно-двигательного аппарата.

23.10. Дополнительно проконсультируйтесь со своим врачом, если у вас немного ослаблено, а тем более нарушено зрение.

23.11. При заболеваниях сердца

23.12. При заболеваниях почек

23.13. При высоком артериальном давлении

23.14. При эпилепсии

23.15. Критические дни (если они у Вас проходят с обильным кровотечением и болями).

24. В период беременности занятия только по согласованию с врачом, полностью исключаются:

24.1. все травмоопасные элементы – прыжки, бег, махи (в том числе в плавании),

24.2. глубокие и резкие приседания,

24.3. наклоны,

24.4. активные растяжки и прогибы спины,

24.5. различные скручивания и наклоны, которые могут привести матку в состояние гипертонуса.

24.6. Силовые упражнения на тренажерах.

Однозначным противопоказанием к высокоинтенсивной тренировке является восстановительный период после перенесенного заболевания с лечением антибиотиками.

После переломов и растяжений следуйте рекомендациям врача и не приходите в клуб раньше указанного врачом срока.

И многое другое, Клиенту необходимо заранее проконсультироваться о всех противопоказаниях относительно посещений Фитнес Клуба для занятий по выбранному виду услуг со своим лечащим врачом.



ООО «ФитнесСити»
ИНН: 5190052638
ОГРН: 1155190011811

✉ fitnesscity@outlook.com
☎ +7-921-318-10-89

Приложение № 5
к договору публичной оферты размещённой в
официальной группе FRESH LIFE Мурманск в VK на
<https://vk.com/docs-145324016>.

ООО «ФитнесСити» ОГРН 1155190011811

Правила техники безопасности в сети фитнес-клубов «FreshLife-Мурманск».

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Приступать к занятиям в фитнес клубе (далее по тексту «Клубе») можно только после ознакомления с настоящими правилами безопасности.

1.2. Требования правил техники безопасности распространяются на все тренировочные, гигиенические, административные и прочие зоны Клуба. Выполнять их должны все Посетители, в том числе при разовых, гостевых посещениях. Кроме специфических требований правил техники безопасности при нахождении в Клубе, указанных в данном документе, Посетители всегда обязаны соблюдать правила безопасности для общественных мест и мест с большим скоплением людей, пожарной и антитеррористической безопасности, а также общепринятые правила поведения.

1.3. Представитель несовершеннолетнего посетителя несет личную ответственность и обязуется обеспечить соблюдение Правил Клуба и настоящих Правил техники безопасности несовершеннолетним посетителем.

1.4. До начала занятий в Клубе, Посетитель должен пройти медицинский осмотр и получить медицинское заключение о допуске к занятиям физической культурой и спортом. При отсутствии вышеуказанного медицинского заключения рекомендуется самостоятельно сообщить сведения об общем состоянии здоровья, отсутствии медицинских противопоказаний для занятий физической культурой и спортом и потребления иных услуг Клуба, подтверждающие безопасность потребления Вами данных услуг.

1.5. Посетитель обязан посещать Клуб только в том физическом состоянии, которое позволяет ему выполнять активные и пассивные упражнения. Не рекомендуется посещать тренировочные зоны даже при малейшем недомогании в связи с угрозой возникновения негативных последствий для Вашей жизни и здоровья. В случае визуального обнаружения у Посетителя Клуба грибковых или иных заболеваний, представляющих угрозу здоровью других клиентов, администрация вправе предложить Посетителю предоставить справку из лечебного учреждения о состоянии здоровья.

1.6. Занятия в Клубе возможны только в спортивной одежде и обуви с закрытым носком и пяткой. Подбор спортивной одежды осуществляйте в соответствии антропометрическими показателями, с видом физической нагрузки, с учетом микроклимата при проведении занятий и собственных (индивидуальных) особенностей восприятия фактора температуры окружающей среды. Запрещается заниматься с голым торсом и босиком.

1.7. Необходимо соблюдать личную и общественную гигиену. Запрещается использование перед тренировкой парфюмерных изделий, кремов с сильным запахом, это может стать причиной расстройства здоровья окружающих во время интенсивного тренировочного процесса из-за учащенного дыхания. Во время тренировочного процесса необходимо использовать полотенце, чтобы не оставлять следов пота на рабочих поверхностях. При наличии микротравм на теле необходимо принять меры по недопущению попадания в рану загрязнения с используемого оборудования и инвентаря, а также крови на инвентарь и оборудование. На территории Клуба (на стойках рецепции в каждой из зон) имеются аптечки первой помощи.

1.8. В случае плохого самочувствия, незамедлительно обратитесь к тренеру тренировочной зоны, в которой Вы занимаетесь, или иному сотруднику Клуба, или Посетителю Клуба. Не будьте сами равнодушны к аналогичным проблемам окружающих.

2. ПРАВИЛА ТЕХНИКИ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ПОСЕЩЕНИИ ГРУППОВЫХ ПРОГРАММ

2.1. При посещении групповых занятий в залах рекомендуется выбирать интенсивность и продолжительность тренировки в соответствии с Вашим уровнем подготовленности.

2.2. Не разрешается нахождение в залах в обуви, которая может разрушать специальные покрытия пола, иным образом изменять их свойства, оставлять на них следы. Во избежание травм просим соблюдать рекомендации тренеров по форме одежды и обуви.

2.3. На занятия необходимо приходить по расписанию, без опозданий. Опоздание более чем на 10 минут (на время разминки), дает право тренеру не допустить на занятие.

2.4. На групповых занятиях не разрешается использовать собственную хореографию.

2.5. Использование мобильных телефонов в залах групповых программ не разрешается.

2.6. Не разговаривайте, не задавайте вопросов и не отвлекайте другими способами человека, который в это время выполняет упражнение.

2.7. Не разрешается резервирование мелкого инвентаря и раскладывание его по залу без рекомендаций тренера, проводящего занятие. Запрещается использовать оборудование не по назначению.

2.8. Запрещается самостоятельное использование музыкального оборудования, изменение температурного режима, уровня освещения и громкости аудио сопровождения.

3. ПРАВИЛА ТЕХНИКИ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ПОСЕЩЕНИИ ТРЕНАЖЁРНОГО ЗАЛА

3.1. Запрещается использовать оборудование не по назначению (в том числе на группы мышц, не указанные в инструкции к тренажеру, изменять направления движения тросов, блоков и других движущихся частей оборудования, перегружать тренажёры сверх нормы добавлением грузов, и т.д.). Во время тренировки нельзя вскрывать части тренажера или наклонять его. Запрещается прикасаться к движущимся частям блочных устройств. Все вышеуказанное может привести к травмам, как занимающегося, так и окружающих, к поломке оборудования.

3.2. Перед началом упражнения необходимо 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. Запрещается заниматься на неисправных, сломанных или поврежденных тренажерах (оборудовании), снаряжении и инвентаре. В случае обнаружения любых неисправностей или поломки необходимо не начинать или прекратить использование данного тренажера (оборудования), снаряжения и инвентаря и сообщить об этом тренеру или администрации Клуба. Каждый, кто первым обнаружил неисправности в оборудовании, должен немедленно принять меры для прекращения допуска к использованию данного неисправного оборудования любым Посетителем. Не пытайтесь самостоятельно чинить, устранять неисправности и поломки тренажеров, оборудования, снаряжения и инвентаря.

3.3. Не допускается сдвигать тренажеры и другое оборудование залов от их первоначальной установки относительно окружающих предметов (стен, зеркал, проходов, других тренажеров и т.д.). Это может привести к изменению траектории их движущих частей (и не только) и привести к травмам, как занимающегося, так и окружающих и (или) к поломке оборудования.

3.4. Не оставляйте предметы (в том числе одежду, личное снаряжение, личные вещи и т.д.) вблизи тренажера (оборудования). Ваши вещи могут случайно попасть в его движущие части, что приведет к опасной ситуации, может закончиться травмой для Вас или окружающих и (или) поломке тренажера.

3.5. Не ставьте жидкости вблизи тренажера, подключенного к электричеству, а также на полу рядом с ним. Попадание на него воды может вызвать замыкание, привести к его поломке и создать травмоопасную ситуацию, для Вас и окружающих.

3.6. В начале тренировки на беговой дорожке необходимо встать на подставки по краям движущейся ленты, установить минимальную скорость и начать тренировку после того, как лента пришла в движение. Заходить на движущиеся части кардиотренажера и сходить с них, можно только после полной их остановки, соблюдая осторожность. Во время занятия необходимо самостоятельно контролировать свое самочувствие, не допускать переутомления, не отвлекаться, концентрироваться на данном упражнении. Тренируясь на кардио-тренажерах, не оборачивайтесь назад. Ваше внимание рассеивается и возрастает риск получить травму.

3.7. Для работы со свободными весами нужно использовать в зале зону, специально предназначенную для этого. При выполнении упражнений со штангой необходимо использовать замки безопасности. Выполнять упражнения с большим весом желательно при страховке тренера тренажерного зала; не пользуйтесь для подстраховки услугами случайных лиц. Упражнения со свободными весами надо выполнять на расстоянии от стекол, зеркал, близко стоящих людей. Не разбрасывайте диски, гантели и другое оборудование и снаряжение, это может быть причиной падения, ушибов и травм для Вас и окружающих. После выполнения упражнения возвращайте инвентарь на место. Разбирая стоящую на стойках штангу, снимайте диски попеременно (один диск с одной стороны, затем один с другой). Перевес на 30 кг и более

на одном конце штанги может привести к падению снаряда. Гантели и штанги нельзя бросать на пол, необходимо опускать вес плавно, без рывков, внимательно контролировать, чтобы никого не задеть рабочим весом.

3.8. Не отвлекайтесь во время выполнения упражнений. Не разговаривайте и не задавайте вопросов и не отвлекайте другими способами человека, который в это время выполняет упражнение. Во время занятия необходимо самостоятельно контролировать свое самочувствие, не допускать переутомления, не отвлекаться, концентрироваться на выполнении упражнения. Физические перегрузки – один из основных факторов неблагоприятного воздействия на здоровье, в том числе, получения травм.

3.9. Контролируйте правильную технику выполнения упражнений. Правильная техника позволит улучшить результат и предупредить травмы. Ознакомьтесь с правильной техникой выполнения упражнений Вы можете на вводной тренировке. Технически неправильное исполнение приемов и упражнений является фактором, повышающим травмоопасность при занятии физкультурой. В процессе постановки правильной техники выполнения упражнений уделите серьезное внимание правильному дыханию. Неправильное дыхание, в том числе задержка дыхания на усилии может привести к серьезным нежелательным последствиям для Вашего здоровья. Соблюдайте питьевой режим во время тренировочного (физкультурного) процесса, не допускайте обезвоживания организма.

3.10. Запрещается самостоятельное использование музыкального оборудования, изменение температурного режима, уровня освещения и громкости аудио сопровождения.

6. ПРАВИЛА ТЕХНИКИ БЕЗОПАСНОСТИ В ДРУГИХ ЗОНАХ КЛУБА

6.1. Правила безопасности в не тренировочных зонах Клуба (солярий, раздевалка душ, кафе и т.д.) носят в основном общепринятый характер. Будьте внимательны и взаимно вежливы, избегайте конфликтных ситуаций, не шумите, не толкайтесь. Не принимайте пищу в неположенных местах. Выполняйте требования предупреждающих и сигнальных табличек и указателей на территории Клуба. Соблюдайте санитарно-гигиенические правила.

6.2. В кафе, СПА-зонах, душевых, раздевалках и переходах между указанными помещениями могут быть влажные, а значит, скользкие полы, так же полы могут оказаться влажными во время уборки любых помещений клуба - будьте внимательны и аккуратны.

6.3. Посетители обязаны находиться в любой части СПА-зоны, в том числе внутри хаммама, саун, душевых комнат в закрытой резиновой обуви, исключающей скольжение, с учетом общепринятых гигиенических норм поведения и правил безопасности.

6.4. Не разрешается садиться и ложиться на деревянные полки саун без полотенец или специальной салфетки. Следует избегать контакта с раскаленными поверхностями, каменкой и парогенераторами во избежание получения ожогов. В целях предупреждения пожаров и пожароопасных ситуаций в саунах и хаммаме, запрещается сушить вещи и полотенца, проносить и читать печатную продукцию, размещать в непосредственной близости или накрывать какими-либо предметами раскаленные поверхности и каменку, кидать в каменку или располагать на ней какие-либо предметы.

6.5. Не рекомендуется продолжительно пребывать в саунах и хаммаме т.к. такое пребывание вызывает повышение температуры тела. Вы обязаны самостоятельно следить за состоянием своего самочувствия и своевременно покидать указанные зоны во избежание перегрева и наступления негативных последствий для жизни и здоровья. Не рекомендуется посещать сауны и хаммам в отсутствие других Посетителей во избежание непредвиденных ситуаций и несчастных случаев.

6.6. Перед посещением солярия ознакомьтесь с правилами пользования. Необходимо воздержаться от посещения солярия при наличии каких-либо противопоказаний и/или в случае приема препаратов и средств, способных ухудшить состояние Вашего здоровья вовремя или после посещения солярия. Перед сеансом инсоляции следует удалить макияж, парфюмерию и бальзамы, т.к. в косметических средствах могут присутствовать фоточувствительные агенты, которые в некоторых случаях вызывают фототоксические реакции, сравнимые с ожогами. Если

во время сеанса загара у Вас возникают любые неожиданные симптомы и/или ощущения необходимо прервать сеанс инсоляции.

7. ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ

7.1. Просим Вас с пониманием отнестись к требованиям сотрудников и администрации Клуба, касающихся соблюдения Правил техники безопасности и Правил Клуба. Это снизит риск причинения вреда здоровью, в том числе травм, для Вас и окружающих.

7.2. Выполнение требований техники безопасности во время занятий в тренажерном зале, залах групповых программ, и других помещениях Клуба обязательно для всех посетителей Клуба.

7.3. Клуб не несет ответственности за любые негативные последствия, вызванные неисполнением Вами Правил техники безопасности или нарушением правил пользования оборудованием.