

Автономная некоммерческая организация
физической культуры и спорта «Дом спорта «Юность»

170036 г.Тверь, Петербургское шоссе, д.95 тел. 555-320,555-518

Приложение № 6 к Приказу № 36 от «25» октябре 2023 г.



«УТВЕРЖДАЮ»
Директор АНО ФКиС
«Дом спорта «Юность»
Д.В. Минин
«25» октября 2023 год

ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ В ИГРОВОМ СПОРТИВНОМ ЗАЛЕ, ФИТНЕС ЗАЛЕ, ЗАЛЕ ЕДИНОБОРСТВ

1. Для определения функционального состояния вашего организма рекомендуем сначала обратиться к врачу.
2. Во избежание травм рекомендуется посещение занятий, соответствующих уровню вашей подготовки.
3. Рекомендуем заниматься в спортивной обуви и спортивной одежде. Запрещается использовать обувь на каблуках, с кожаной подошвой, с шипами, тренироваться босиком или в открытой обуви.
4. Рекомендуется брать с собой на занятия негазированную воду или фитнес-напитки.
5. Последний прием пищи должен быть не позднее, чем за 2 часа до тренировки.
6. Запрещается брать с собой и жевать жевательную резинку, семечки.
7. Клиент использует для занятий собственные мячи, насосы, ракетки, воланчики.
8. Клиент обязан убрать за собой спортивные снаряды и оборудование спорткомплекса на исходное место после их использования.
9. Нахождение зрителей в зале согласовывается с администрацией спорткомплекса заблаговременно.
10. Запрещается посещать занятия в состоянии алкогольного, наркотического или токсического опьянения.