**Правила посещения бассейна**

**Общая часть**

1. Правила внутреннего распорядка являются едиными для всех посетителей и сотрудников комплекса;
2. Посещение комплекса осуществляется через администратора по абонементам или разовым билетам при наличии медицинской справки;
3. Администрация ФОКа вправе отказать посетителю в обслуживании или удалить с занятий в бассейне в любое время, без возврата денег в случае нарушения им общественного порядка или создания угрозы жизни, здоровью и отдыху других посетителей;
4. Верхняя одежда и уличная обувь должна сдаваться в гардероб. Шкафчики в раздевалках используются для размещения одежды (кроме верхней), сменной обуви и других личных вещей (кроме ценных);
5. За одежду, документы, деньги, сотовые телефоны, ювелирные украшения, утерянные и оставленные без присмотра вещи Администрация ФОКа ответственности не несет;
6. В плавательный бассейн допускаются лица строго по расписанию. Необходимо прийти на свободное плавание за 15 минут до начала сеанса для осмотра медиком (допуска) и принятия душа;
7. Администрация вправе не допускать на свободное плавание в бассейн посетителей, опоздавших более чем на 5 минут;
8. Посетители старше 70 лет допускаются к занятиям плавания по специальному направлению врача;
9. Дети до 7 лет на занятия в бассейн не допускаются (Письмо Министерства спорта Нижегородской области от 16.09.2015г. № 322-01-04-4256/15 "Об организации эксплуатации объектов");
10. Дети, в возрасте до 14 лет включительно, не допускаются в бассейн на свободное плавание без родителей;
11. За травмы и несчастные случаи, связанные с нарушением Правил внутреннего распорядка комплекса, администрация ответственности не несёт, если юридический факт наличия вины администрации ФОКа, повлекшей причинение вреда, не будет определен в судебном порядке;
12. Пропущенные занятия не компенсируются;

**Посетителям запрещается:**

1. Передача абонемента или пропуска другому лицу;
2. Находиться на территории бассейна в верхней одежде и уличной обуви;
3. Входить в бассейн без посещения душа;
4. Бегать в зоне бассейнов, душевых и раздевалках;
5. Пользоваться бритвенными принадлежностями в душевых кабинах;
6. Втирать в кожу перед посещением бассейна крем и мази;
7. Находиться в воде без шапочки;
8. Входить в воду без разрешения инструктора или тренера;
9. Пользоваться услугами, не входящими в стоимость абонемента или не оплаченных дополнительно;
10. Плавать в ластах;
11. Плавать в одежде, не предназначенной для бассейна. Купание в стрингах запрещено;
12. Нырять в длину и глубину, использовать любые упражнения с задержкой дыхания;
13. Прыгать с бортиков в чашу бассейна;
14. Садиться на разделительные дорожки;
15. Прыгать с тумбы спиной вперёд;
16. Проныривать бассейн без сопровождения инструктора или тренера, уходить с занятия, не предупредив инструктора или тренера;
17. Вносить в бассейн жевательные резинки и стеклянную тару;
18. Оставлять без присмотра детей, допущенных к совместному плаванию с родителями

**Посетители обязаны:**

1. Строго соблюдать правила внутреннего распорядка, поддерживать дисциплину в бассейне, выполнять распоряжения администраторов, инструкторов, тренеров
2. Предоставить медицинскую справку, разрешающую данному лицу посещать бассейн:
	* для взрослых от терапевта (с данными флюорографии) и дерматолога
	* для детей от 7 до 11 лет — от педиатра, дерматолога и результаты анализов на энтеробиоз (действительна 3 месяца со дня выдачи);

А также иметь при себе:

* Сланцы;
* Купальный костюм или плавки;
* Полотенце;
* Мыло;
* Мочалку;
* Шапочку.
1. Перед посещением бассейна обязательно посетить мед. кабинет ФОКа.
2. Сдать администратору карту постоянного клиента или абонемент, предъявить разовый билет и получить входной жетон (ключ от ящика в раздевалки).
3. Надеть сменную обувь, а повседневную обувь (в пакете) и верхнюю одежду сдать в гардероб.
4. Запереть ящик с вещами и повесить ключи на щит в бассейне.
5. Перед началом сеанса тщательно мыться под душем и с мылом и мочалкой, сняв купальный костюм (плавки).
6. Обязательно пользоваться специальной обувью для бассейна, плавать в шапочках, плавках или купальных костюмах.
7. В целях личной безопасности посещать душ в сланцах.
8. Соблюдать правила пользования горкой.
9. По окончании занятий в течении 15 минут покинуть раздевальное помещение бассейна.

Лица, нарушившие настоящие правила, лишаются права посещения бассейна и секций комплекса.

Надеемся на понимание с Вашей стороны.