

REGULAMIN SALI FITNESS (ĆWICZENIA SIŁOWE)

UNIwersYTETU ŁÓDZKIEGO

1. Uczestnicy zajęć są zobowiązani do **bezwzględного przestrzegania zasad oraz poleceń przez** prowadzącego zajęcia oraz poniższego regulaminu sali fitness Uniwersytetu Łódzkiego.
2. Na sali fitness mogą przebywać uczestnicy **jedynie pod opieką prowadzącego zajęcia.**
2. **Obowiązkiem** osób korzystających z sali fitness jest:
 - **pozostawienie okryć wierzchnich i zmiana obuwia na obuwie sportowe** (nie dopuszcza się korzystania z urządzeń w klapkach lub innym typie obuwia z odkrytymi palcami)
 - **używanie czystego stroju sportowego** adekwatnego do wykonywanych ćwiczeń
 - **przestrzeganie zasad bezpieczeństwa** przy korzystaniu z urządzeń i przyborów sportowych znajdujących się na wyposażeniu sali fitness
 - **utrzymanie czystości i porządku** na sali fitness oraz w szatni
3. Prowadzący ma prawo do odmowy wstępu na salę fitness uczestnikom wykazującym spożycie alkoholu, zażycia narkotyków lub innych środków odurzających
5. Na terenie Sali Fitness podczas trwania zajęć **zabrania się:**
 - palenia tytoniu
 - wnoszenia żywności, szklanych opakowań, puszek, oraz innych ostrych i niebezpiecznych przedmiotów
 - stwarzania niebezpiecznych sytuacji zagrażających bezpieczeństwu innych użytkowników sali fitness
 - niszczenia urządzeń i sprzętów
 - korzystania z telefonów komórkowych
 - korzystania z słuchawek
6. Wszelkie skaleczenia, urazy lub inne stany zdrowia należy niezwłocznie zgłaszać osobie prowadzącej zajęcia.