



PROIECT

REGULAMENT ACCES SALĂ FITNESS

CENTRUL MULTIFUNCȚIONAL ZĂRNEȘTI

1. Sală de fitness și aerobic pot fi folosite de orice persoană care a împlinit vârsta de 18 ani ,în cazul minorilor (14-18 ani) este necesar și acordul scris al tutorei lor legal, prin completarea și semnarea unei declarații pe propria răspundere.
2. Accesul în zonele de fitness/aerobic este admisă numai în echipament sportiv (costum și încălțăminte de interior perfect curate)
3. Clienții trebuie să citească regulamentul și să țină cont în permanență de recomandările primite din partea instructorului /personalului unității.
4. Folosirea prosoapelor este obligatorie în timpul utilizării aparatelor.
5. Este obligatorie păstrarea ordinii și disciplinei pe parcursul antrenamentului.
6. Asigurați-vă că știți să folosiți corect echipamentul de greutate liberă.
7. Este interzisă bruscarea aparatelor .Dacă funcționarea aparatelor este anormală ,vă rugăm anunțați personalul unității.
8. În timpul pauzelor de relaxare nu țineți aparatul ocupat ,intră în responsabilitatea dumnevoastră cererea de ajutor din partea instructorului la lucrul cu aparatele cu încărcătură specifică.
9. Trebuie evitate eforturile riscante, fiecare client își asumă pe propria răspundere nivelul de pregătire și eventualele accidentări.
10. Curățenia în vestiare face parte din fair-playul personal ,iar prin sport promovăm acest lucru .