

ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ КЛУБА

Общество с ограниченной ответственностью «ПРЕМИУМ»

Приложение к Оферте на клубное членство

Редакция № 1 от 31.08.2026

Общие положения

- 1.1. **Статус Правил.** Правила являются приложением к Оферте на клубное членство и входят в состав условий Договора.
- 1.2. **Круг лиц.** Правила обязательны для Посетителей независимо от возраста и наличия Клубной карты.
- 1.3. **Указания работников Исполнителя.** Указания работников Исполнителя о безопасности, порядке пользования оборудованием и режиме работы Клуба обязательны для Посетителей.
- 1.4. **Термины.** Термины, определённые Офертой, применяются в Правилах в том же значении. Термины, приведённые в разделе 2, определяются Правилами; термин «Код входа» воспроизведён из Оферты для удобства чтения.
- 1.5. **Отдельные правила.** Порядок оказания отдельных видов физкультурно-оздоровительных услуг определяется Отдельными правилами.
- 1.6. **Соотношение с Офертой.** Соотношение Правил с Офертой и порядок изменения Правил определяются Офертой.
- 1.7. **Размещение.** Действующая редакция Правил размещается на Сайте, в Приложении и в помещении Клуба.

Термины

- 1.8. **Клуб.** Клуб – помещение и инфраструктура по адресу оказания услуг Исполнителя, указанному в Оферте.
- 1.9. **Зоны Клуба.** Зоны Клуба – помещения и оборудование Клуба, доступ к которым предоставляется Потребителю по Тарифу. Зонами Клуба являются тренажёрный зал, сауна и зона единоборств. Перечень является закрытым.
- 1.10. **Тренажёрный зал.** Тренажёрный зал – помещение с силовым оборудованием, кардиооборудованием и зоной свободных весов.
- 1.11. **Сауна.** Сауна – помещение сухого жара с нагревательным оборудованием.
- 1.12. **Зона единоборств.** Зона единоборств – помещение с покрытием для занятий единоборствами и оборудованием для отработки ударов.
- 1.13. **Общие помещения Клуба.** Общие помещения Клуба – Стойка регистрации, холл, коридоры, гардероб, раздевалки, душевые и санитарные помещения. Доступ к общим помещениям Клуба предоставляется Потребителю независимо от Тарифа.
- 1.14. **Солярий.** Солярий – оборудование для искусственного загара, размещённое в отдельном помещении Клуба. Режим пользования солярием установлен разделом 14.
- 1.15. **Код входа.** Код входа – цифровой или графический идентификатор, в том числе

динамический QR-код, предоставляемый Потребителю для прохода в Клуб. Порядок выдачи, блокировки и замены Кода входа установлен Офертой.

- 1.16. **Посетитель.** Посетитель – лицо, находящееся в помещениях Клуба:
- Потребитель;
 - Гость;
 - законный представитель;
 - Сопровождающее лицо;
 - лицо, обратившееся к Исполнителю за заключением Договора.
- 1.17. **Гость.** Гость – лицо, получающее услугу по Разовому посещению. Правила применяются к Гостю в объеме услуги, которую он получает.
- 1.18. **Сопровождающее лицо.** Сопровождающее лицо – достигшее 18 лет лицо, сопровождающее Несовершеннолетнего Потребителя в Клубе: законный представитель либо лицо, действующее по его поручению.

Режим работы Клуба и доступ

- 1.19. **Режим работы.** Режим работы Клуба установлен Офертой. Действующий режим размещается на Сайте, в Приложении и в помещении Клуба.
- 1.20. **Проход в Клуб.** Потребитель проходит в Клуб по Коду входа.
- 1.21. **Идентификация при отсутствии Кода входа.** Если Потребитель не может предъявить Код входа, он допускается в Клуб по документу, удостоверяющему личность. Отказ в допуске по этому основанию возможен только при невозможности идентифицировать Потребителя.
- 1.22. **Использование Кода входа.** Предоставление Кода входа другому лицу не допускается.
- 1.23. **Условия допуска.** Условиями допуска Потребителя к пользованию Зонами Клуба являются:
- прохождение инструктажа по технике безопасности (раздел 4);
 - соблюдение возрастных условий допуска и требований к сопровождению (раздел 17);
 - соблюдение требований к экипировке (раздел 8).
- 1.24. **Зоны Клуба по Тарифу.** Зоны Клуба, доступ к которым предоставляется по каждому Тарифу, указаны в Прейскуранте.
- 1.25. **Время доступа по Тарифу.** Время, в течение которого предоставляется доступ по Тарифу, указано в Прейскуранте. По истечении такого времени работник Исполнителя предупреждает Потребителя об окончании времени доступа.
- 1.26. **Плата вне времени доступа.** Дополнительная плата за нахождение в Клубе вне времени доступа не устанавливается.
- 1.27. **Доступ во время Группового занятия.** Групповые занятия проводятся в Зонах Клуба согласно расписанию. Пока в Зоне Клуба идёт Групповое занятие, доступ к этой Зоне Клуба для самостоятельных занятий не предоставляется.
- 1.28. **Технические и служебные помещения.** Доступ Посетителей в технические и служебные помещения Клуба не предоставляется.
- 1.29. **Санитарные и технические перерывы.** Время санитарных и технических перерывов размещается на Сайте, в Приложении и в помещении Клуба.
- 1.30. **Временное ограничение доступа к Зоне Клуба.** Исполнитель временно ограничивает доступ к отдельной Зоне Клуба в порядке, установленном Офертой.

- 1.31. **Прекращение допуска перед закрытием.** Допуск в Клуб прекращается за 30 минут до его закрытия.
- 1.32. **Окончание посещения.** Посетитель покидает Зоны Клуба не позднее чем за 15 минут до закрытия Клуба, а помещение Клуба – не позднее времени закрытия.

Инструктаж по технике безопасности

- 1.33. **Обязательность инструктажа.** Инструктаж по технике безопасности проводится до начала пользования Зонами Клуба.
- 1.34. **Порядок проведения.** Инструктаж проводит работник Исполнителя в помещении Клуба. Инструктаж включает:
 - назначение оборудования Зон Клуба, доступ к которым предоставлен Потребителю, и порядок пользования таким оборудованием;
 - требования разделов 8, 11–16 и 20;
 - порядок действий при травме, ухудшении самочувствия и в нештатной ситуации;
 - расположение аптечек и путей эвакуации.
- 1.35. **Фиксация проведения инструктажа.** Проведение инструктажа Исполнитель фиксирует способом, позволяющим установить факт его проведения: отметкой Потребителя на бумажном носителе, отметкой в учётной системе Исполнителя, отметкой в Приложении, записью в журнале инструктажа либо иным способом.
- 1.36. **Инструктаж Несовершеннолетнего Потребителя.** Инструктаж Несовершеннолетнего Потребителя проводится в присутствии законного представителя либо Сопровождающего лица.
- 1.37. **Дополнительный инструктаж.** До первого пользования сауной работник Исполнителя доводит до Потребителя требования раздела 13, до первого пользования солярием – требования раздела 14 и сведения о воздействии ультрафиолетового излучения на кожу и глаза. Проведение фиксируется в порядке пункта 4.3.
- 1.38. **Обращение за разъяснением.** Если порядок безопасного пользования оборудованием Потребителю неясен, он обращается к работнику Исполнителя до начала использования оборудования.

Состояние здоровья: сведения и ограничения

- 1.39. **Самостоятельная оценка состояния.** Потребитель самостоятельно оценивает наличие противопоказаний, ограничений по состоянию здоровья и допустимость физической нагрузки. За Несовершеннолетнего Потребителя такую оценку проводит его законный представитель.
- 1.40. **Характер деятельности Исполнителя.** Исполнитель не проводит медицинскую диагностику, не устанавливает диагнозов, не назначает лечения и не заменяет консультацию врача.
- 1.41. **Медицинский документ и допуск.** Предоставление медицинского документа условием допуска к занятиям не является. Медицинские документы Исполнитель принимает для решения вопроса о Медицинском продлении в порядке, установленном Офертой.
- 1.42. **Сообщение об ограничениях.** Сведения об известных противопоказаниях и ограничениях физической нагрузки Потребитель сообщает на Стойке регистрации, Тренеру – перед началом Группового занятия либо Персональной тренировки, либо по каналу связи, указанному в Оферте.

- 1.43. **Объём сообщаемых сведений.** Потребитель сообщает период ограничения и вид физической нагрузки, недопустимой для него либо допустимой с ограничением. Диагноз и наименования лекарственных препаратов Исполнитель не запрашивает.
- 1.44. **Основание обработки сведений о состоянии здоровья.** Сведения о состоянии здоровья Исполнитель обрабатывает на основании отдельного согласия в письменной форме. Порядок обработки определяется Политикой в отношении обработки персональных данных.
- 1.45. **Значение отсутствия сведений.** Если Потребитель о противопоказаниях не сообщил, это само по себе не подтверждает, что противопоказаний нет.
- 1.46. **Полномочия Тренера при занятии.** На Групповом занятии и Персональной тренировке Тренер вправе снизить интенсивность физической нагрузки и исключить отдельные упражнения. Тренер требует прекратить упражнение, если его выполнение создаёт угрозу жизни или здоровью Потребителя либо других лиц.
- 1.47. **Прекращение упражнения Потребителем.** При боли, головокружении, одышке, ухудшении самочувствия или иных признаках непереносимости нагрузки Потребитель немедленно прекращает упражнение и сообщает об этом Тренеру либо иному работнику Исполнителя.
- 1.48. **Изменение состояния.** Об изменении состояния здоровья, влияющем на допустимость физической нагрузки, Потребитель сообщает в порядке пункта 5.4.

Противопоказания и ограничения

- 1.49. **Неисчерпывающий характер перечня.** Перечень раздела 6 помогает Потребителю оценить допустимость участия в занятиях и исчерпывающим не является. Состояние, в разделе 6 не названное, также может препятствовать участию в занятиях.
- 1.50. **Приоритет врачебных указаний.** Индивидуальные врачебные указания о допустимой нагрузке, ограничениях и запретах имеют приоритет перед положениями раздела 6.
- 1.51. **Более строгий режим.** Если состояние может быть отнесено к нескольким режимам ограничения, применяется более строгий режим.
- 1.52. **Сомнение в допустимости участия.** Если Потребитель сомневается в допустимости участия, он выбирает более безопасный вид нагрузки либо откладывает занятия до уточнения состояния здоровья.
- 1.53. **Состояния, при которых Потребитель воздерживается от занятий.**

Состояние	До какого момента
острое инфекционное заболевание, в том числе респираторное, и состояние, при котором заболевание может быть передано другим лицам	до выздоровления
острый воспалительный процесс, в том числе с повышенной температурой тела	до выздоровления
обострение хронического заболевания	до окончания обострения
острое состояние сердечно-сосудистой системы	до разрешения врача
состояние, сопровождающееся риском утраты сознания, головокружением, нарушением равновесия и координации	до устранения состояния
острая боль и симптомы неясного происхождения	до уточнения состояния
травма мягких тканей, растяжение, ушиб	до восстановления
перелом и период иммобилизации, период после операции, период после травмы головы	до окончания периода, установленного врачом
заболевание в активной фазе, при котором физическая нагрузка врачом не разрешена	до разрешения врача

приём лекарственных препаратов, влияющих на координацию, внимание или артериальное давление	на период их действия
период после вакцинации и медицинских процедур, в течение которого физическая нагрузка врачом не рекомендована	до окончания такого периода
состояние, при котором Потребитель не способен воспринимать и выполнять указания по безопасности занятия	до устранения состояния
иное состояние, при котором физическая нагрузка запрещена врачом либо создаёт угрозу жизни или здоровью Потребителя	до разрешения врача либо до устранения угрозы

- 1.54. **Возобновление занятий.** Занятия возобновляются после устранения состояния, названного в пункте 6.5, либо после окончания периода, установленного врачом.
- 1.55. **Силовая нагрузка и тренажёрное оборудование.** Потребитель ограничивает вид и интенсивность нагрузки:
- при повышенном артериальном давлении и состояниях, при которых противопоказано натуживание;
 - при грыжах и состояниях, при которых противопоказана осевая нагрузка на позвоночник;
 - при нарушениях равновесия и координации;
 - при болевом синдроме в области, вовлечённой в упражнение;
 - в период после травм и операций в такой области.
- 1.56. **Кардионагрузка.** Потребитель ограничивает интенсивность кардионагрузки:
- при заболеваниях сердца и сосудов, при которых интенсивная нагрузка врачом не разрешена;
 - при нарушениях ритма сердца;
 - при состояниях, сопровождающихся одышкой в покое.
- 1.57. **Тепловая нагрузка.** Потребитель воздерживается от пользования сауной:
- при заболеваниях сердца и сосудов и повышенном артериальном давлении;
 - при состояниях, сопровождающихся риском утраты сознания;
 - при острых воспалительных процессах и повышенной температуре тела;
 - при заболеваниях в активной фазе, при которых тепловая нагрузка врачом не разрешена;
 - при нарушениях целостности кожного покрова и заболеваниях кожи;
 - в период беременности, если врачебными указаниями не установлено иное.
- 1.58. **Ультрафиолетовая нагрузка.** Потребитель воздерживается от пользования солярием:
- при заболеваниях кожи и нарушениях целостности кожного покрова;
 - при множественных пигментных образованиях на коже;
 - при заболеваниях в активной фазе, при которых ультрафиолетовое воздействие врачом не разрешено;
 - при приёме лекарственных препаратов и применении средств, повышающих чувствительность кожи к ультрафиолетовому излучению;
 - в период после косметологических процедур, в течение которого ультрафиолетовое воздействие не рекомендовано;
 - в период беременности, если врачебными указаниями не установлено иное.
- 1.59. **Беременность.** В период беременности Потребитель занимается с учётом врачебных

указаний о допустимой физической нагрузке. Об этих указаниях Потребитель сообщает в порядке пункта 5.4.

Правила поведения

- 1.60. **Порядок в помещениях.** Посетитель поддерживает чистоту в помещениях Клуба, не создаёт помех другим Посетителям и не занимает проходы личными вещами и инвентарём.
- 1.61. **Опьянение.** Нахождение в Клубе в состоянии опьянения не допускается.
- 1.62. **Алкогольная продукция, наркотические средства и психотропные вещества.** Пронос, распространение и употребление в Клубе алкогольной продукции, наркотических средств и психотропных веществ не допускаются.
- 1.63. **Курение.** Курение и потребление никотинсодержащей продукции в помещениях Клуба не допускаются.
- 1.64. **Опасные предметы и вещества.** Пронос в Клуб оружия, боеприпасов, взрывчатых, легковоспламеняющихся, отравляющих и едких веществ не допускается.
- 1.65. **Стеклоянная тара.** Нахождение со стеклянной тарой в Зонах Клуба, раздевалках и душевых не допускается. Питьевая вода допускается в небыющей ёмкости.
- 1.66. **Приём пищи.** В Зонах Клуба приём пищи и использование жевательной резинки не допускаются.
- 1.67. **Животные.** Нахождение в Клубе с животными не допускается, за исключением собаки-проводника, сопровождающей Посетителя с нарушением зрения.
- 1.68. **Звуковоспроизводящее оборудование.** Личным звуковоспроизводящим оборудованием Посетитель пользуется только через наушники.
- 1.69. **Оборудование Клуба.** Самостоятельное изменение настроек звукового, климатического и осветительного оборудования, оборудования сауны и солярия, а также перемещение оборудования Клуба не допускаются. По этим вопросам Посетитель обращается к работнику Исполнителя.
- 1.70. **Резервирование.** Посетитель не занимает место в Зоне Клуба и оборудование, которыми в этот момент не пользуется.
- 1.71. **Обращение с имуществом Исполнителя.** Посетитель пользуется имуществом Исполнителя по назначению. Ущерб, причинённый имуществу Исполнителя, включая утрату ключа шкафа и утрату либо повреждение полотенца, возмещается в порядке, установленном Офертой.
- 1.72. **Сообщение об угрозе безопасности.** Об обнаруженной неисправности оборудования, повреждении покрытия, разлитой жидкости и иных обстоятельствах, создающих угрозу безопасности, Посетитель сообщает работнику Исполнителя.
- 1.73. **Поведение, создающее угрозу.** В Клубе не допускаются насилие, угроза насилием и иные действия, создающие угрозу жизни или здоровью Посетителей и работников Исполнителя.
- 1.74. **Конфликтное поведение.** Оскорбления, ненормативная лексика и иное поведение, унижающее достоинство Посетителей и работников Исполнителя, не допускаются.
- 1.75. **Реклама и опросы.** Распространение в Клубе рекламных материалов, проведение опросов и сбор подписей без согласия Исполнителя не допускаются.
- 1.76. **Средства с резким запахом.** В Зонах Клуба, раздевалках и душевых не допускается применение парфюмерии, ароматических масел, мёда, скрабов и иных средств с резким запахом. Требование не относится к средствам личной гигиены и дезодорантам.
- 1.77. **Оказание услуг в Клубе.** Услуги в Клубе оказывают работники Исполнителя и лица,

заключившие с Исполнителем договор. Посетитель не проводит в Клубе занятия с другими лицами за плату. Взаимная помощь Посетителей, в том числе страховка при выполнении упражнения, ограничением не является.

Экипировка и гигиена

- 1.78. **Сменная обувь.** В помещении Клуба Посетитель пользуется сменной обувью либо бахилами, предоставляемыми Исполнителем.
- 1.79. **Спортивная одежда и обувь.** Потребитель занимается в чистой спортивной одежде и чистой спортивной обуви. Требования к одежде и обуви в тренажёрном зале установлены пунктами 8.3 и 8.4, в зоне единоборств – пунктом 8.5.
- 1.80. **Обувь в тренажёрном зале.** В тренажёрном зале Потребитель занимается в закрытой спортивной обуви на нескользящей подошве. Обувь на каблуке, обувь с кожаной подошвой, обувь с шипами, сланцы и занятия без обуви не допускаются.
- 1.81. **Одежда в тренажёрном зале.** В тренажёрном зале Потребитель занимается в спортивной одежде, закрывающей корпус. Нахождение в тренажёрном зале в нижнем белье и в купальном костюме не допускается.
- 1.82. **Обувь и одежда в зоне единоборств.** На покрытии зоны единоборств Потребитель занимается без обуви либо в обуви, предназначенной для такого покрытия. Обувь, используемую вне Клуба, и обувь для тренажёрного зала Потребитель на покрытие зоны единоборств не выносит.
- 1.83. **Украшения и предметы.** Перед занятием Потребитель снимает цепочки, кольца, серьги, браслеты и иные предметы, которые могут причинить вред ему либо другим лицам. В зоне единоборств занятия проводятся также без часов.
- 1.84. **Ногти.** Для занятий в зоне единоборств Потребитель коротко подстригает ногти на руках и ногах.
- 1.85. **Полотенце на оборудовании.** На скамьи, лежаки и мягкие элементы оборудования Потребитель подкладывает полотенце.
- 1.86. **Дезинфекция оборудования.** После упражнения Потребитель обрабатывает дезинфицирующим средством поверхности оборудования, которых он касался. Дезинфицирующее средство предоставляет Исполнитель.
- 1.87. **Душ.** Потребитель принимает душ перед использованием сауны и солярием, а также после занятия.

Раздевалки, душевые и хранение вещей

- 1.88. **Раздевалки и душевые.** Посетитель пользуется раздевалкой и душевой в соответствии с их обозначением.
- 1.89. **Переодевание.** Потребитель переодевается в раздевалке.
- 1.90. **Гигиенические процедуры.** В раздевалках, душевых и сауне не допускаются бритьё, стрижка, окрашивание волос, депиляция и сушка одежды и белья.
- 1.91. **Гардероб.** Верхнюю одежду Посетитель передаёт в гардероб. Место хранения в гардеробе закрепляется за Потребителем по Клубной карте на время посещения.
- 1.92. **Получение вещей из гардероба.** Вещи выдаются Потребителю по предъявлении Кода входа. При невозможности предъявить Код входа вещи выдаются по документу, удостоверяющему личность, либо лицу, назвавшему отличительные признаки вещей.
- 1.93. **Шкаф.** На время посещения Клуба Потребителю предоставляется шкаф для хранения

личных вещей. Шкаф запирается ключом, выдаваемым Потребителю.

- 1.94. **Освобождение шкафа и возврат ключа.** По окончании посещения Потребитель освобождает шкаф и возвращает ключ работнику Исполнителя. Вещи, оставленные в шкафу после закрытия Клуба, учитываются в порядке пункта 9.15.
- 1.95. **Утрата ключа.** Об утрате ключа Потребитель сообщает работнику Исполнителя.
- 1.96. **Предоставление персональной кабинки.** Персональная кабинка предоставляется Потребителю на Срок действия Клубной карты, если персональная кабинка включена в Тариф. Отдельно от Тарифа персональная кабинка не предоставляется.
- 1.97. **Пользование персональной кабинкой.** Персональная кабинка запирается кодовым замком. Код устанавливает Потребитель. Другим лицам Потребитель код не сообщает.
- 1.98. **Напоминание об освобождении персональной кабинки.** Не позднее чем за 7 календарных дней до окончания Срока действия Клубной карты Исполнитель напоминает Заказчику о необходимости освободить персональную кабинку.
- 1.99. **Освобождение персональной кабинки.** Персональную кабинку Потребитель освобождает по окончании Срока действия Клубной карты. Вещи, не изъятые в течение 30 календарных дней после окончания Срока действия Клубной карты, учитываются в порядке пункта 9.15.
- 1.100. **Хранение ценностей.** Денежные средства, документы и иные ценности Потребитель хранит в предоставленных ему шкафу либо персональной кабинке. Отдельные места хранения ценностей в Клубе не оборудованы.
- 1.101. **Ответственность за вещи.** Ответственность Исполнителя за сохранность вещей, переданных в гардероб и помещённых в предоставленные Потребителю шкаф либо персональную кабинку, определяется Офертой.
- 1.102. **Забутые вещи.** Вещи, оставленные в Клубе, работник Исполнителя учитывает в журнале забытых вещей. Срок хранения – 30 календарных дней. Вещи выдаются лицу, назвавшему их отличительные признаки.

Полотенце

- 1.103. **Выдача полотенца.** Полотенце выдаётся Потребителю на Стойке регистрации при предъявлении Кода входа. Количество полотенец, включённых в Тариф, указано в Прейскуранте.
- 1.104. **Полотенце сверх Тарифа.** Полотенце, не включённое в Тариф, приобретается по цене Прейскуранта.
- 1.105. **Возврат полотенца.** Перед выходом из Клуба Потребитель помещает использованное полотенце в предназначенную для этого ёмкость.

Пользование оборудованием и тренажёрный зал

- 1.106. **Использование оборудования по назначению.** Оборудование используется по назначению, в соответствии со сведениями, размещёнными на оборудовании и в Зоне Клуба.
- 1.107. **Осмотр перед использованием.** До начала использования Потребитель осматривает оборудование и инвентарь. Если Потребитель обнаружил повреждение, неисправность, ненадёжное крепление, дефект покрытия либо иной недостаток, он оборудованием не пользуется и сообщает о недостатке работнику Исполнителя. Если недостаток обнаружен во время упражнения, Потребитель прекращает упражнение и сообщает о недостатке работнику Исполнителя.

- 1.108. **Оборудование, выведенное из использования.** Использование оборудования, обозначенного Исполнителем как выведенное из использования, не допускается.
- 1.109. **Разминка.** Перед занятием Потребитель выполняет разминку.
- 1.110. **Соответствие нагрузки.** Потребитель выбирает вес и интенсивность упражнения с учётом своей физической подготовленности.
- 1.111. **Установка и снятие веса.** Диски, гантели и иные утяжелители Потребитель устанавливает и снимает без перекоса и без перегрузки оборудования, надёжно их фиксирует, не бросает и не роняет.
- 1.112. **Фиксаторы.** При использовании грифа Потребитель применяет фиксаторы, удерживающие диски.
- 1.113. **Содействие при упражнении с предельным весом.** Упражнение с предельным для себя весом Потребитель выполняет со страхующим – другим Потребителем либо работником Исполнителя. К работнику Исполнителя Потребитель обращается до начала упражнения; работник Исполнителя оказывает содействие по такому обращению.
- 1.114. **Обращение со снарядами и поведение в зале.** В тренажёрном зале Потребитель:
- не бросает штанги, гантели, диски и иные снаряды;
 - не оставляет оборудование и инвентарь в проходах;
 - не находится в зоне движения снаряда Потребителя, выполняющего упражнение;
 - не отвлекает Потребителя во время упражнения.
- 1.115. **Возврат инвентаря.** После упражнения Потребитель возвращает инвентарь на предназначенное для него место.
- 1.116. **Совместное использование оборудования.** В перерывах между подходами Потребитель уступает оборудование другим Потребителям. Если оборудование ожидают несколько Потребителей, очередность определяет работник Исполнителя.
- 1.117. **Свободная зона.** Потребитель выполняет упражнения так, чтобы вокруг него и вокруг оборудования оставалось свободное пространство, а до зеркал – не менее 1 метра.
- 1.118. **Подготовка к использованию кардиооборудования.** До начала использования кардиооборудования Потребитель закрепляет клипсу безопасности при её наличии и устанавливает параметры нагрузки.
- 1.119. **Порядок использования кардиооборудования.** Потребитель не сходит с движущегося полотна беговой дорожки. Потребитель постепенно снижает скорость и сходит с полотна после его остановки.
- 1.120. **Продолжительность использования кардиооборудования.** Если кардиооборудование ожидают другие Потребители, продолжительность непрерывного использования одной его единицы – не более 30 минут.
- 1.121. **Питьевой режим.** Питьевая вода допускается в тренажёрном зале в небьющейся ёмкости (пункт 7.6).
- 1.122. **Ожидание.** В тренажёрном зале находятся Потребители, которые пользуются этой Зоной Клуба. Остальные Посетители ожидают в общих помещениях Клуба.

Зона единоборств

- 1.123. **Содержание самостоятельных занятий.** При самостоятельных занятиях в зоне единоборств Потребитель выполняет упражнения без участия других лиц и работает с оборудованием для отработки ударов. Время доступа к зоне единоборств установлено

пунктом 3.9 и Прейскурантом.

- 1.124. **Занятия с участием иных лиц.** При самостоятельных занятиях не допускаются отработка приёмов и ударов с участием другого лица, броски, болевые и удушающие приёмы, парная работа и поединки.
- 1.125. **Экипировка при работе с оборудованием.** С оборудованием для отработки ударов Потребитель работает в бинтах и перчатках либо в иных средствах защиты кистей.
- 1.126. **Свободная зона.** Требование к свободному пространству при выполнении упражнений установлено пунктом 11.12.
- 1.127. **Покрытие.** Вынос на покрытие зоны единоборств посторонних предметов и жидкостей не допускается.
- 1.128. **Занятия в составе секций и групп подготовки.** Занятия единоборствами в составе секций и групп подготовки в состав Тарифов не входят и проводятся по Отдельным правилам.

Сауна

- 1.129. **Возрастное условие.** Возрастное условие пользования сауной установлено пунктом 17.2.
- 1.130. **Подготовка.** До входа в сауну Потребитель насухо вытирается.
- 1.131. **Использование полотенца.** В сауне Потребитель подкладывает на скамью полотенце либо простыню.
- 1.132. **Продолжительность.** Продолжительность нахождения в сауне Потребитель определяет по своему самочувствию. При первом пользовании сауной Исполнитель рекомендует ограничить один заход 5 минутами.
- 1.133. **Режим пользования сауной.** В сауне не допускаются:
 - воздействие на нагревательное оборудование, в том числе подача жидкости;
 - применение масел, скрабов, мёда и иных косметических средств;
 - приём пищи.
- 1.134. **Пользование после занятия.** После занятия Потребитель пользуется сауной после восстановления пульса и дыхания.
- 1.135. **Ухудшение самочувствия.** При ухудшении самочувствия Потребитель немедленно покидает сауну и сообщает об этом работнику Исполнителя.
- 1.136. **Противопоказания.** Состояния, при которых Потребитель воздерживается от тепловой нагрузки, приведены в пункте 6.9.

Солярий

- 1.137. **Возрастное условие.** Возрастное условие пользования солярием установлено пунктом 17.2.
- 1.138. **Оформление.** Потребитель приобретает пользование солярием на Стойке регистрации по цене Прейскуранта. Сеанс проводится по предварительной записи.
- 1.139. **Защита глаз и кожи.** Во время сеанса Потребитель пользуется защитными очками и закрывает защитными наклейками участки кожи, которые ранее ультрафиолетовому воздействию не подвергались. Защитные очки и наклейки предоставляются Исполнителем на условиях, установленных Прейскурантом.
- 1.140. **Продолжительность сеанса.** Предельная продолжительность одного сеанса и продолжительность первого сеанса определяются эксплуатационной документацией

оборудования. Эти сведения Исполнитель доводит до Потребителя инструкцией, размещённой рядом с оборудованием.

- 1.141. **Интервал между сеансами.** Интервал между сеансами – не менее 48 часов.
- 1.142. **Средства для кожи.** Перед сеансом Потребитель не наносит на кожу косметические средства и парфюмерию. Средства, предназначенные для использования в солярии, применять допускается.
- 1.143. **Ухудшение самочувствия.** При ухудшении самочувствия Потребитель прекращает сеанс и сообщает об этом работнику Исполнителя.
- 1.144. **Противопоказания.** Состояния, при которых Потребитель воздерживается от ультрафиолетовой нагрузки, приведены в пункте 6.10.

Групповые занятия

- 1.145. **Расписание.** Расписание Групповых занятий утверждается Исполнителем и размещается на Сайте, в Приложении и в помещении Клуба.
- 1.146. **Запись.** Потребитель записывается на Групповое занятие в Приложении либо на Стойке регистрации. Запись закрывается за 10 минут до начала занятия.
- 1.147. **Отмена записи.** Потребитель отменяет запись в Приложении либо на Стойке регистрации.
- 1.148. **Освобождение места.** Если записавшийся Потребитель не занял место к началу Группового занятия, место предоставляется другим Потребителям.
- 1.149. **Численность группы.** Предельная численность группы указывается в расписании.
- 1.150. **Выбор занятия.** Сведения об интенсивности Групповых занятий размещаются в расписании. Потребитель выбирает Групповое занятие с учётом этих сведений, своей физической подготовленности и пунктов 6.7 и 6.8.
- 1.151. **Опоздание.** Если Потребитель опоздал к началу Группового занятия, он выполняет разминку самостоятельно. Тренер не допускает такого Потребителя к упражнениям, которые без разминки выполнить безопасно невозможно.
- 1.152. **Указания Тренера.** Упражнения выполняются в порядке и в объёме, определённых Тренером. Самостоятельное изменение упражнения, его последовательности и использование инвентаря, не предусмотренного занятием, не допускаются.
- 1.153. **Инвентарь занятия.** Инвентарь для Группового занятия выдаёт Тренер либо Потребитель берёт его в предназначенном для этого месте. По окончании занятия Потребитель возвращает инвентарь на место. Вынос инвентаря за пределы Зоны Клуба не допускается.
- 1.154. **Помехи занятию.** Разговоры, не связанные с занятием, пользование средствами связи и иные действия, создающие помехи проведению занятия, не допускаются.
- 1.155. **Вход и выход.** В Зону Клуба, в которой проводится Групповое занятие, Потребитель входит до начала занятия и выходит из неё после его окончания. Если Потребитель выходит во время занятия, он уведомляет об этом Тренера.
- 1.156. **Отмена занятия и замена Тренера.** Исполнитель отменяет Групповое занятие и заменяет Тренера в порядке, установленном Офертой.

Персональные тренировки

- 1.157. **Продолжительность.** Продолжительность Персональной тренировки – 60 минут, если иная продолжительность не согласована при записи.
- 1.158. **Опоздание.** Время, на которое Потребитель опоздал, включается в продолжительность

Персональной тренировки.

- 1.159. **Место проведения.** Персональная тренировка проводится в Зоне Клуба, которую определяет Тренер с учётом содержания занятия.
- 1.160. **Сведения об ограничениях.** До начала первой Персональной тренировки Потребитель сообщает Тренеру период ограничения и вид физической нагрузки, недопустимой для него либо допустимой с ограничением (пункт 5.5).
- 1.161. **Запись, отмена и перенос.** Запись на Персональную тренировку, её отмена и перенос производятся в порядке, установленном Офертой.

Несовершеннолетние Потребители

- 1.162. **Оформление членства.** Договор в пользу Несовершеннолетнего Потребителя заключается его законным представителем в порядке, установленном Офертой.
- 1.163. **Возрастные условия допуска.**

Зона Клуба, оборудование, услуга	Самостоятельно	С Тренером	В сопровождении законного представителя либо Сопровождающего лица
тренажёрный зал, кроме зоны свободных весов	с 14 лет	с 10 лет	—
зона свободных весов	с 16 лет	с 14 лет	—
зона единоборств	с 14 лет	с 7 лет	—
Групповое занятие	—	с 16 лет; на Групповое занятие, обозначенное расписанием для иной возрастной группы, — с возраста, указанного расписанием	—
сауна	с 16 лет	—	с 14 лет
солярий	с 18 лет	—	—

Занятия единоборствами в составе секций и групп подготовки проводятся по Отдельным правилам (пункт 12.6).

- 1.164. **Раздевалка.** Несовершеннолетний Потребитель, достигший 4 лет, пользуется раздевалкой в соответствии с её обозначением.
- 1.165. **Сопровождение.** Несовершеннолетний Потребитель, не достигший 14 лет, находится в Клубе в сопровождении законного представителя либо Сопровождающего лица, за исключением времени проведения Группового занятия и Персональной тренировки.
- 1.166. **Нахождение Сопровождающего лица.** Сопровождающее лицо находится в общих помещениях Клуба. В Зоне Клуба во время занятия Сопровождающее лицо находится с согласия Тренера.
- 1.167. **Организационный контроль и безопасность.** В период проведения Группового занятия и Персональной тренировки Исполнитель обеспечивает организационный контроль и безопасность Несовершеннолетнего Потребителя.
- 1.168. **Начало и окончание участия.** Законный представитель обеспечивает прибытие Несовершеннолетнего Потребителя к началу занятия и встречает его по окончании занятия.
- 1.169. **Встреча Сопровождающим лицом.** Если по окончании занятия Несовершеннолетнего Потребителя встречает Сопровождающее лицо, законный представитель сообщает Исполнителю его фамилию, имя, отчество и контактный телефон на Стойке регистрации

либо по каналу связи, указанному в Оферте.

- 1.170. **Экстренная связь.** Законный представитель сообщает Исполнителю контактный телефон для связи в период нахождения Несовершеннолетнего Потребителя в Клубе и остаётся доступным по этому телефону в течение такого периода.
- 1.171. **Связь при неприбытии.** Если по окончании занятия законный представитель либо Сопровождающее лицо не прибыли, работник Исполнителя связывается с законным представителем по сообщённому контактному телефону.
- 1.172. **Нахождение до прибытия.** До прибытия законного представителя либо Сопровождающего лица Несовершеннолетний Потребитель находится в общих помещениях Клуба с работником Исполнителя.
- 1.173. **Сведения о возрасте.** Законный представитель сообщает Исполнителю возраст Несовершеннолетнего Потребителя.
- 1.174. **Разъяснение Правил.** Законный представитель разъясняет требования Правил Несовершеннолетнему Потребителю.
- 1.175. **Нахождение в ночное время.** Несовершеннолетний Потребитель, не достигший 16 лет, находится в Клубе в ночное время в сопровождении законного представителя либо Сопровождающего лица. Ночное время определяется законодательством Красноярского края и составляет период с 22:00 до 06:00 с 1 октября по 30 апреля и с 23:00 до 06:00 с 1 мая по 30 сентября.

Гости

- 1.176. **Услуги Гостю.** Гостю предоставляются услуги, цены которых установлены Прейскурантом для Разового посещения, и пользование солярием.
- 1.177. **Инструктаж Гостя.** Гость проходит инструктаж в порядке пунктов 4.2 и 4.3 в объёме услуги, которую он получает.
- 1.178. **Гость, не достигший 18 лет.** Разовое посещение в пользу лица, не достигшего 18 лет, оформляет его законный представитель. К такому Гостю применяются возрастные условия допуска, установленные пунктом 17.2.
- 1.179. **Недопуск Гостя.** К Гостю применяются пункты 21.1–21.7.

Меры безопасности, обеспечиваемые Исполнителем

- 1.180. **Безопасность услуги.** Безопасность оказываемых услуг Исполнитель обеспечивает в порядке, установленном Офертой.
- 1.181. **Техническое обслуживание.** Исполнитель проводит техническое обслуживание оборудования и инженерных систем Клуба, в том числе кардиооборудования, вентиляции, оборудования сауны и солярия.
- 1.182. **Вывод оборудования из использования.** Исполнитель прекращает использование оборудования, инвентаря либо элемента Зоны Клуба до устранения причины опасности, если обнаружены неисправность, повреждение, ослабление крепления, нарушение устойчивости, дефект покрытия либо иной недостаток, влияющий на безопасность. Такое оборудование Исполнитель обозначает как выведенное из использования.
- 1.183. **Санитарный режим.** Исполнитель убирает и обрабатывает помещения Клуба, размещает дезинфицирующие средства в тренажёрном зале и зоне единоборств и дезинфицирует кабину солярия после каждого пользования.
- 1.184. **Режим сауны.** Исполнитель контролирует температурный режим в сауне и состояние её

оборудования.

- 1.185. **Средства оказания первой помощи.** Исполнитель размещает аптечки, укомплектованные для оказания первой помощи, на Стойке регистрации и (или) в помещении для Тренеров и обеспечивает присутствие в Клубе работника, прошедшего соответствующую подготовку.
- 1.186. **Вызов скорой медицинской помощи.** Работник Исполнителя вызывает скорую медицинскую помощь, если Посетитель получил травму, утратил сознание либо имеет признаки нарушения дыхания или кровообращения, а также в других случаях, когда состояние Посетителя требует медицинской помощи.
- 1.187. **Информирование о требованиях безопасности.** Исполнитель размещает в Зонах Клуба сведения о назначении и порядке пользования оборудованием и о требованиях безопасности.
- 1.188. **Содействие при передвижении.** По обращению Посетителя либо Сопровождающего лица работник Исполнителя помогает Посетителю передвигаться в помещениях Клуба и пользоваться ими.

Действия при травме и в нештатных ситуациях

- 1.189. **Действия Потребителя.** При травме, ухудшении самочувствия, поломке инвентаря либо иной опасной ситуации Потребитель:
 - немедленно прекращает упражнение;
 - если это возможно без риска для него – устраняет источник опасности либо отходит от него;
 - без промедления сообщает о случившемся Тренеру либо иному работнику Исполнителя.
- 1.190. **Действия работника Исполнителя.** Работник Исполнителя оказывает первую помощь в пределах своей подготовки, вызывает скорую медицинскую помощь в случаях, названных в пункте 19.7, уведомляет законного представителя Несовершеннолетнего Потребителя и фиксирует случай в порядке пункта 20.3.
- 1.191. **Фиксация.** Обстоятельства травмы и иного инцидента фиксируются актом в порядке, установленном Офертой.
- 1.192. **Содействие фиксации.** По запросу Исполнителя Потребитель сообщает известные ему обстоятельства травмы или иного инцидента. За Несовершеннолетнего Потребителя такие сведения сообщает его законный представитель. Исполнитель запрашивает только сведения, необходимые для фиксации случая, организации помощи либо рассмотрения обращения.
- 1.193. **Эвакуация.** При эвакуации Посетитель покидает помещение Клуба по обозначенным путям эвакуации.

Недопуск и отстранение

- 1.194. **Замечание.** Прежде чем применить меры, названные в пунктах 21.2 и 21.6, работник Исполнителя делает Посетителю замечание и называет нарушенное требование Правил. Замечание не делается, если нарушение прекратить уже невозможно.
- 1.195. **Основания недопуска.** Основания, при которых Исполнитель отказывает Потребителю в допуске либо прекращает текущее посещение, установлены Офертой.
- 1.196. **Признаки заболевания, представляющего опасность для окружающих.** Внешне очевидными признаками заболевания, представляющего опасность для окружающих, являются признаки, определяемые без медицинского исследования:

- повышенная температура тела с внешними признаками лихорадочного состояния;
- интенсивный кашель, чихание и выделения из носа;
- сыпь, гнойные и мокнущие поражения кожи;
- открытые раны без защитного покрытия;
- воспаление глаз с выделениями;
- признаки паразитарного поражения кожи и волос.

- 1.197. **Нарушение требований техники безопасности.** Нарушением требований техники безопасности является нарушение требований разделов 8, 11–16 и 20, не прекращённое Посетителем после замечания.
- 1.198. **Последствия недопуска.** Последствия недопуска установлены Офертой.
- 1.199. **Грубые нарушения и приостановление доступа.** Перечень грубых нарушений установлен Офертой. Приостановление доступа применяется и нарушение фиксируется в порядке, установленном Офертой.
- 1.200. **Прекращение посещения при оказании услуг без договора.** Если Посетитель проводит в Клубе занятия с другими лицами за плату при отсутствии договора с Исполнителем, работник Исполнителя прекращает текущее посещение такого Посетителя после замечания по пункту 21.1.

Персональные данные, видеонаблюдение и фотосъёмка

- 1.201. **Обработка персональных данных.** Персональные данные Заказчика и Потребителя Исполнитель обрабатывает в порядке, установленном Политикой в отношении обработки персональных данных.
- 1.202. **Видеонаблюдение.** В помещениях Клуба ведётся видеонаблюдение. Зоны видеонаблюдения и помещения, свободные от него, определяются Политикой в отношении обработки персональных данных.
- 1.203. **Фото- и видеосъёмка в отдельных помещениях.** Фото- и видеосъёмка в раздевалках, душевых, санитарных помещениях, сауне и помещении солярия не допускается.
- 1.204. **Информирование о видеонаблюдении.** Исполнитель размещает таблички о ведении видеонаблюдения при входе в Клуб и в местах наблюдения.
- 1.205. **Цели, состав данных и сроки.** Цели видеонаблюдения, состав обрабатываемых персональных данных и срок хранения записей определяются Политикой в отношении обработки персональных данных.
- 1.206. **Фото- и видеосъёмка Посетителями.** Посетитель ведёт фото- и видеосъёмку в Клубе так, чтобы в кадр не попадали другие Посетители и работники Исполнителя. Съёмка с их изображением допускается только с их согласия.
- 1.207. **Съёмка Исполнителем.** Исполнитель ведёт фото- и видеосъёмку для материалов о Клубе только с согласия изображённых лиц. Согласие оформляется в порядке, установленном Офертой.
- 1.208. **Сведения об иных лицах.** Сбор и фиксация сведений о Посетителях в коммерческих целях, в том числе для предложения им услуг, не допускаются.

Заключительные положения

- 1.209. **Вступление редакции в силу.** Редакция Правил вступает в силу с даты, указанной при её утверждении, но не ранее дня, следующего за днём размещения на Сайте, в Приложении и

в помещении Клуба.

- 1.210. **Обращения.** Обращения по вопросам применения Правил направляются и рассматриваются в порядке, установленном Офертой.