

# ЛАЗУРНЫЙ

## СПОРТИВНЫЙ КОМПЛЕКС

Индивидуальный предприниматель Стракович Ольга Ивановна,  
650000, Кемеровская область – Кузбасс, г. Кемерово, пр. Советский, д. 70  
ИНН 422104843323, ОГРНИП 323420500103710, тел. 8 (3842) 36-54-54, 36-62-42

Утвержден:  
Операционный директор  
О.А. Кочеткова

«01» декабря 2024 года



### **Инструктаж для клиентов Спортивного комплекса «Лазурный» о технике безопасности при занятиях в плавательном бассейне**

Приступая к занятиям, Посетитель подтверждает, что, ни он, ни его несовершеннолетние дети не имеют медицинских противопоказаний для занятий в плавательном бассейне и полностью принимает на себя ответственность за состояние своего здоровья и состояния здоровья своих несовершеннолетних детей. До начала занятий следует проконсультироваться с лечащим врачом.

Глубина плавательного бассейна составляет от 2 метров (левый борт – сторона хамама) до 3 метров (правый борт). Исключение составляет конструкция «Второе дно», размещённая на дорожке №8 у левого борта плавательного бассейна – 1,1 метр.

Перемещение на территории раздевален, душевых и в помещении плавательного бассейна без купальных тапочек, имеющих прорезиненную противоскользящую подошву, запрещено. Во избежание травм дежурный администратор вправе не допустить Вас в помещение плавательного бассейна в случае несоблюдения этого правила.

При посещении плавательного бассейна Посетитель обязан выполнять рекомендации и требования сотрудников Спорткомплекса, связанные с обеспечением безопасности при нахождении в плавательном бассейне, а также руководствоваться правилами техники безопасности. Запрещено игнорировать запреты, требования и предупреждения, размещенные в Спорткомплексе в виде инструкций, табличек, досок, объявлений и т.д.

Запрещается оставлять без присмотра лица, не достигшие совершеннолетнего возраста 14 лет. Сопровождающие взрослые должны постоянно наблюдать за ребенком (детьми) во время нахождения на площадках Спорткомплекса, в том числе, в плавательном бассейне, и находиться с ним (ними) рядом.

В случае ухудшения самочувствия немедленно обратиться к сотруднику спорткомплекса, к другому посетителю плавательного бассейна с просьбой о помощи.

Если Вы почувствовали озноб или другое недомогание, необходимо выйти из воды самостоятельно или сообщить дежурному администратору/инструктору/тренеру и немедленно обратиться к медицинскому персоналу комплекса.

Не рекомендуется приходить на занятия натощак или сразу после приема пищи, во избежание плохого самочувствия.

При включении пожарного оповещения строго выполнять команды сотрудников Спортивного комплекса, действовать согласно плану эвакуации.

Запрещается посещать плавательный бассейн лицам:

- с открытыми ранами;

- с наложенными на части тела бинтами и повязками, лейкопластырем;
- страдающими инфекционными, острыми вирусными, кожными и венерическими, грибковыми заболеваниями или другими недугами;
- в период обострения хронических заболеваний;
- с повышенной температурой;
- страдающим фурункулезом, конъюнктивитом, гельминтозами;
- находящимся под воздействием алкогольного/наркотического опьянения;
- чье поведение может представлять собой угрозу порядку, безопасности и/или гигиеническому состоянию Спорткомплекса и противоречит общепринятым правилам поведения и морали.

Не допускается приносить с собой гигиенические, косметические и прочие средств и жидкости в стеклянной таре.

Запрещается выходить в помещение плавательного бассейна с жевательной резинкой во рту, употреблять пищу в помещении плавательного бассейна.

Вход в ванну плавательного бассейна возможен только по специальным лестницам. Спускаться необходимо спиной к воде, держась, при этом, за поручни.

Плывать по дорожкам необходимо придерживаясь правой стороны, обгонять с левой стороны. Если вас обгоняют, сбавить скорость и пропустить плывущего более быстро, чтобы не создавать ситуаций, которые могут привести к столкновению.

При плавании ориентируйтесь на разметку дна ванны плавательного бассейна, а также на установленные таблички «Аренда», «Скоростная дорожка» (Дорожка общего пользования для спортивного / быстрого плавания).

Клиентам (вне зависимости от возраста), которым для плавания необходим поддерживающий на воде пояс, разрешается плавать исключительно на дорожках № 1 и № 2.

Инвентарь для плавания (доски, поддерживающие пояса и пр.), который находится в свободном доступе и располагается в строго определенных местах, после использования необходимо вернуть обратно. Инвентарь, предназначенный для водных групповых программ (персональных тренировок), использовать для самостоятельных занятий запрещено. Вынос инвентаря из помещения плавательного бассейна запрещен.

Не допускается во время плавания использовать габаритное специализированное снаряжение (акваланги, моноласты, отдельные ласты большого не стандартного размера, лопатки для рук XXL и пр.). Исключения допустимы только с разрешения администрации.

Строго запрещено:

- Засорять воду, бросать в воду посторонние предметы, затыкать специальные распылители и форсунки;
- Бегать по обходным бортам плавательного бассейна;
- Ходить и прыгать по решеткам сливных отверстий и желобов;
- Самостоятельно прыгать и нырять в воду со стартовых тумб, бортов;
- Удерживать друг друга под водой, кричать;
- Пить (глотать) воду (в целях предотвращения возможного отравления);
- Плавать поперек плавательных дорожек;
- Сидеть, висеть на разделительных дорожках;
- Сидеть, висеть на бортах, ограждающих конструкцию «Второе дно», перелезть через бортовую конструкцию;
- Прыгать с борта в воду в месте размещения конструкции «Второе дно»;
- Нырять под конструкцию «Второе дно»;
- Вставать ногами на подводные светильники, цепляться за них, крутить, а также совершать иное физическое воздействие;
- Использовать акробатические пируэты для входа в воду.

В случае возникновения неблагоприятных последствий в результате нарушения Посетителем настоящих требований Исполнитель оставляет за собой право отказать Посетителю в посещении плавательного бассейна.

**Помните!** Любое занятие в Спортивном комплексе травмоопасно и может привести к получению травмы любой степени тяжести. Во избежание получения травм необходимо выполнять требования тренера/инструктора, связанные с соблюдением техники безопасности во время занятий. Спортивный комплекс не несет ответственности за вред, причиненный здоровью Посетителя в результате выполнения физических упражнений при несоблюдении рекомендаций дежурного администратора или персонального инструктора/тренера, лечащего врача, либо в случае нарушения настоящих требований.

