REGULAMIN SALI FITNESS

1. Sala Fitness w Hotelu Bania czynna jest codziennie w godz. 9.00-21.00

2. Korzystanie z sali fitness jest możliwe po zapoznaniu się z niniejszym regulaminem.

3. Sala fitness przeznaczona jest dla osób, które nie mają przeciwwskazań zdrowotnych do wykonywania ćwiczeń fizycznych. Osoby z problemami zdrowotnymi przed przystąpieniem do ćwiczeń powinny skonsultować się z lekarzem.

4. W sali fitness mogą przebywać tylko osoby ćwiczące.

5. Obowiązuje zakaz wprowadzania zwierząt na teren sali fitness.

6. Wejście na salę fitness możliwe jest tylko w odpowiednim i kompletnym stroju sportowym oraz czystym (zmienionym) obuwiu sportowym.

7. Obowiązkowo należy korzystać z ręcznika podczas ćwiczeń. Sprzęt należy zdezynfekować po jego użyciu.

8. Obsługa sali fitness ma prawo odmówić wstępu osobom bez odpowiedniego stroju sportowego do ćwiczeń, a w szczególności obuwia.

9. W sali fitness obowiązuje zakaz wstępu dzieciom poniżej 14 roku życia. Osoby powyżej 14 roku życia i poniżej 18 roku życia mogą korzystać z sali fitness za wiedzą i zgodą rodzica lub opiekuna prawnego (na prośbę obsługi, klient ma obowiązek okazać dokument potwierdzający wiek).

10. Cenne przedmioty, w szczególności kosztowności, należy złożyć do depozytu recepcji Hotelu. Odpowiedzialność Hotelu za cenne przedmioty, które nie zostaną złożone do depozytu, jest ograniczona ustawowo.

11. Ćwiczenia na przyrządach należy wykonywać po zapoznaniu się z instrukcją danego urządzenia. Wszystkie urządzenia sali fitness oraz sprzęt do ćwiczeń mogą być wykorzystywane tylko zgodnie z ich przeznaczeniem.

12. Ćwiczący zobowiązani są wykonywać ćwiczenia bezpiecznie tzn. ćwiczyć z takimi obciążeniami, nad którymi są w stanie sami zapanować. Ćwiczenia z większym obciążeniem należy wykonywać przy asekuracji drugiej osoby.

13. Osoby korzystające z sali fitness, które w czasie ćwiczeń lub pobytu źle się poczują zobowiązane są natychmiast przerwać ćwiczenia i powiadomić obsługę sali fitness.

14. Przed rozpoczęciem ćwiczeń, konieczne jest wykonanie rozgrzewki, co może przyczynić się do uniknięcia kontuzji.

15. Korzystanie ze sprzętu, powinno odbywać się zgodnie w sposób bezpieczny, tj. z zapewnieniem dbałości o bezpieczeństwo ludzi, poszanowania sprzętu i sali.

16. Przed ćwiczeniem należy sprawdzić stan urządzenia - wszelkie usterki, uszkodzenia sprzętu i przyrządów należy zgłaszać obsłudze sali fitness.
    Zabrania się wykonywania ćwiczeń na przyrządach uszkodzonych lub niesprawnych.

17. Niewskazane jest zajmowanie stanowisk do ćwiczeń podczas odpoczynku.

18. Po zakończeniu ćwiczeń należy uporządkować sprzęt i stanowisko.

19. Obsługa ma prawo wyprosić osoby łamiące postanowienia niniejszego regulaminu oraz co do których poweźmie uzasadnione podejrzenie, że będą naruszać niniejszy regulamin lub przepisy prawa, nawet jeżeli korzystanie z sali fitness zostało przez te osoby opłacone i niewykorzystane. Zwrot środków za niewykorzystane usługi odbywa się zgodnie z przepisami prawa.

20. Osoby ćwiczące będą ponosić odpowiedzialność finansową za wszelkie wyrządzone przez siebie zniszczenia /szkody na terenie sali fitness zgodnie z przepisami prawa.

21. Obsługa Hotelu zastrzega sobie prawo do czasowego ograniczenia liczby osób w sali fitness co nie będzie dotyczyć osób korzystających z sali fitness przed ograniczeniem. O ograniczeniu użytkownicy zostaną poinformowani przed skorzystaniem z sali fitness.

22. Niezależnie i bez wpływu na przewidziane przepisami powszechnie obowiązującego prawa uprawnienia, wszystkie reklamacje można składać do Dyrektora Hotelu za pośrednictwem recepcji Hotelu.

FITNESS ROOM RULES

1. The fitness room at the Bania Hotel is open every day from 9:00 am to 9:00 pm.
2. You can use the fitness room only after reading these Regulations.
3. Only healthy people with no contraindications to exercise may use the fitness room. Consult a doctor first if there are any health problems which could prevent you from exercising safely.
4. If you are not exercising at the moment, you may not stay at the fitness room.
5. Pets are not allowed in the fitness room.
6. Complete sports clothing and clean (changed) sports shoes are mandatory.
7. Using towels while exercising as well as disinfecting the equipment after use is obligatory.
8. Proper fitness attire, including special sports shoes, is required, otherwise, you may be denied access to the fitness room.
9. Children under 14 years of age are not allowed to enter the fitness room. People over 14 years of age and yet under 18 years of age may use the fitness room provided that they are accompanied by their parents or legal guardians who give their consent therefore (the staff may request a document proving the child's age).
10. Valuables should be deposited in the safe at the Hotel Reception. The Hotel liability for the undeposited valuables is restricted by law.
11. Remember to exercise in a safe and reasonable manner, i.e. to avoid weights which are beyond your capabilities. Any larger weights require assistance from another person.
12. Remember to exercise in a safe and reasonable manner, i.e. to avoid such loads which are beyond your capabilities. Any larger loads require assistance of another person.
13. If you suddenly feel unwell while exercising or staying at the fitness room, stop the workout at once and contact the fitness room staff.
14. Before the workout, please warm yourself up to avoid injuries.
15. You must use the fitness room equipment in a safe manner, i.e. with due diligence, ensuring care for the safety of people, devices and the room.
16. Before you start exercising, please check and make sure the equipment is working properly – any faults and damage to the equipment and devices should be reported to the fitness room staff. Using devices which are damaged or out of order is forbidden.
17. Please do not block the workout stations when you are relaxing.
18. Having stopped exercising, please put the equipment as well as the workout station in order.
19. The staff may ask people who violate these Regulations and whom they reasonably suspect to violate these Regulations or the provisions of law later on to leave the fitness room, even if they paid the amount due and have not completed their training yet. Refunding the means for the unused services is governed by law.
20. As results from the provisions of law, the exercising person shall bear full liability for any damage caused to the fitness room equipment.
21. The Hotel Staff reserves the right to temporarily restrict the number of people admitted to the fitness room which does not refer, however, to the people who had entered the fitness room prior to the restriction. Users who cannot enter the fitness room shall be informed about this fact in advance.
22. Independently and without affecting the rights provided by the provisions of law, all the complaints may be lodged to the Hotel General Manager through the Hotel Reception.