



Regulamin siłowni

1. Siłownia jest czynna codziennie w godzinach 7.00-22.00.
2. Korzystanie z siłowni jest bezpłatne dla Gości Resortu Sea & Forest i możliwe po zapoznaniu się z regulaminem.
3. Sea & Forest zastrzega sobie prawo do zmiany godzin dostępności Siłowni.
4. Osoby korzystające z siłowni oświadczają, że nie mają przeciwwskazań zdrowotnych do wykonywania ćwiczeń fizycznych i wykonują je na własną odpowiedzialność. Osoby z problemami zdrowotnymi, przed przystąpieniem do ćwiczeń powinny skonsultować się z lekarzem.
5. W pomieszczeniu siłowni przebywać mogą tylko osoby ćwiczące, które ukończyły 18 rok życia.
6. Osoby poniżej 18 roku życia mogą korzystać z siłowni pod opieką rodzica lub opiekuna.
7. Ćwiczyć należy w odpowiednim stroju sportowym oraz obuwiu.
8. Obowiązkowo używamy ręcznika do ćwiczeń na sprzęcie.
9. Sprzęt należy zdezynfekować po każdym użyciu środkiem dostępnym w siłowni.
10. Gość korzystający z siłowni jest zobowiązany rzeczy wartościowe oddać do depozytu resortu.
11. Resort zastrzega sobie prawo do odmowy przyjęcia do depozytu hotelowego rzeczy o dużej wartości, znacznych kwot pieniężnych, przedmiotów zagrażających oraz przedmiotów wielkogabarytowych, których nie można umieścić w depozycie.
12. Resort nie ponosi odpowiedzialności za zgubione lub pozostawione rzeczy na siłowni.
13. Ćwiczący są zobowiązani wykonywać ćwiczenia bezpiecznie. Tzn. Ćwiczyć z takim obciążeniem nad którym są w stanie zapanować.
14. Przed rozpoczęciem ćwiczeń konieczne jest wykonanie rozgrzewki w celu uniknięcia kontuzji.
15. Korzystanie ze sprzętu powinno odbywać się w sposób bezpieczny.
16. Zabrania się korzystania z siłowni osobom pod wpływem alkoholu i innych środków odurzających.
17. Na terenie siłowni obowiązuje zakaz:
 - wnoszenia, spożywania, korzystania lub posiadania: jedzenia, napojów alkoholowych, artykułów tytoniowych, papierosów elektronicznych, narkotyków, używek oraz innych środków odurzających
 - wnoszenia sprzętu niebędącego wyposażeniem siłowni, urządzeń rejestrujących, szklanych itp.
 - wnoszenia na teren siłowni przedmiotów stanowiących zagrożenie dla zdrowia i życia innych użytkowników (niebezpiecznych narzędzi, broni, materiałów pirotechnicznych, łatwopalnych, wybuchowych)
 - wprowadzania zwierząt
 - krzyczenia i używania słów powszechnie uważanych za wulgarne
 - prowadzenia treningów personalnych przez osoby niezatrudnione przez Sea & Forest
 - używania telefonów komórkowych, aparatów fotograficznych, kamer w sposób naruszający prywatność innych użytkowników
 - zaśmiecania i zanieczyszczania pomieszczeń siłowni
 - niszczenia i przestawiania wszelkich rzeczy stanowiących wyposażenie siłowni
18. Przed ćwiczeniami należy sprawdzać stan urządzenia- wszelkie usterki, uszkodzenia sprzętu i przyrządów należy zgłaszać w recepcji.
19. Wszystkie urządzenia siłowni mogą być wykorzystywane tylko zgodnie z ich przeznaczeniem.
20. Kiedy potrzeba poprosić o asystę przy ćwiczeniach.
21. Osoby naruszające niniejszy regulamin będą usuwane z miejsca ćwiczeń.
22. Forest Międzyzdroje Spółka z o.o. nie ponosi odpowiedzialności za skutki niestosowania się do powyższego regulaminu.
23. Administratorem danych Klienta jest Forest Międzyzdroje Spółka z o.o. będą przetwarzane w związku z możliwością korzystania z siłowni na warunkach określonych w niniejszym regulaminie (art. 6 ust. 1 lit b RODO) oraz w celu ewentualnego dochodzenia lub obrony przed roszczeniami prawnymi (art. 6 ust. 1 lit f RODO). Więcej informacji o celach przetwarzania, w tym przysługujących prawach dostępne jest w polityce prywatności.
24. Inne nieujęte w niniejszym regulaminie kwestie regulują stosowne akty prawa polskiego w szczególności ustawa z dnia 23 kwietnia 1964 r. Kodeks Cywilny.
25. Wszelkie uwagi dotyczące użytkowania siłowni należy kierować na adres mailowy: repcja@seaforest.pl lub pod numerem tel. +48914660500



Gym rules

1. The gym is open daily from 7am to 10pm.
2. Use of the gym is free for guests of the Sea & Forest Resort and is possible after reading the regulations.
3. Sea & Forest reserves the right to change Gym availability hours.
4. People using the gym declare that they have no health contraindications to perform physical exercises and perform them at their own risk. People with health problems should consult a doctor before starting to exercise.
5. Only persons exercising who are over 18 years of age are allowed in the gym.
6. Persons under the age of 18 may use the gym under the supervision of a parent or guardian.
7. You should exercise in appropriate sports clothes and footwear.
8. We are required to use a towel when exercising on the equipment.
9. Equipment should be disinfected after each use with the agent available in the gym.
10. Guest using the gym are obligated to deposit valuables at the resort.
11. The resort reserves the right to refuse to accept valuable items, significant sums of money, threatening items and bulky items that cannot be placed in the deposit.
12. The resort is not responsible for any items lost or left in the gym.
13. Participants are required to perform exercises safely. This means exercising with a load that they can control.
14. Before starting exercise, it is essential to warm up to avoid injury.
15. Equipment must be used in a safe manner.
16. Persons under the influence of alcohol or other intoxicating substances are prohibited from using the gym.
17. It is prohibited in the gym to:
 - bringing, consuming, using or possessing: food, alcoholic beverages, tobacco products, electronic cigarettes, drugs, stimulants and other intoxicating substances
 - bringing in equipment that is not gym equipment, recording devices, glass, etc.
 - bringing items into the gym that pose a threat to the health and life of other users (dangerous tools, weapons, pyrotechnics, flammable, explosive materials)
 - introducing animals
 - shouting and using words generally considered vulgar
 - conducting personal training by people not employed by Sea & Forest
 - using mobile phones, cameras, and camcorders in a way that violates the privacy of other users
 - littering and polluting the gym premises
 - destroying and rearranging any items that are part of the gym equipment
18. Before exercising, check the condition of the equipment - any faults or damage to equipment and devices should be reported to the reception.
19. All gym equipment may only be used for its intended purpose.
20. When necessary, ask for support during exercises.
21. Persons violating these regulations will be removed from the exercise area.
22. Forest Międzyzdroje Spółka z.o.o. is not responsible for the consequences of failure to comply with the above regulations.
23. The administrator of the Customer's data is Forest Międzyzdroje Spółka z.o.o. will be processed in connection with the possibility of using the gym under the terms and conditions specified in these regulations (Article 6 paragraph 1 letter b of the GDPR) and for the purpose of any possible pursuit or defense against legal claims (Article 6 paragraph 1 letter f of the GDPR). More information on the purposes of processing, including the rights to which you are entitled, is available in the privacy policy.
24. Other matters not covered by these regulations are regulated by relevant acts of Polish law, in particular the Act of 23 April 1964 - the Civil Code.
25. Any comments regarding the use of the gym should be sent to the following e-mail address: recepja@seaforest.pl or to the following telephone number: +48914660500



Regeln für das Fitnessstudio

1. Das Fitnessstudio ist täglich von 7 bis 22 Uhr geöffnet.
2. Die Nutzung des Fitnessstudios ist für Gäste des Sea & Forest Resorts kostenlos und nach Kenntnisnahme der Bestimmungen möglich.
3. Sea & Forest behält sich das Recht vor, die Öffnungszeiten des Fitnessstudios zu ändern.
4. Personen, die das Fitnessstudio nutzen, erklären, dass bei ihnen keine gesundheitlichen Kontraindikationen für die Ausübung körperlicher Übungen vorliegen und dass sie diese auf eigene Gefahr durchführen. Personen mit gesundheitlichen Problemen sollten vor Beginn der Übungen einen Arzt konsultieren.
5. Der Zutritt zum Fitnessstudio ist ausschließlich trainierenden Personen gestattet, die älter als 18 Jahre sind.
6. Personen unter 18 Jahren dürfen das Fitnessstudio unter Aufsicht eines Elternteils oder Erziehungsberechtigten nutzen.
7. Sie sollten beim Training geeignete Sportkleidung und Schuhe tragen.
8. Beim Training an den Geräten ist die Verwendung eines Handtuchs erforderlich.
9. Die Geräte sollten nach jeder Benutzung mit dem im Fitnessstudio verfügbaren Mittel desinfiziert werden.
10. Gäste, die das Fitnessstudio nutzen, sind verpflichtet, Wertgegenstände im Resort zu hinterlegen.
11. Das Resort behält sich das Recht vor, die Annahme von Wertgegenständen, größeren Geldbeträgen, bedrohlichen Gegenständen und sperrigen Gegenständen, die nicht im Depot hinterlegt werden können, abzulehnen.
12. Das Resort übernimmt keine Verantwortung für im Fitnessstudio verlorene oder zurückgelassene Gegenstände.
13. Die Teilnehmer sind verpflichtet, die Übungen sicher durchzuführen. Dh. Trainieren Sie mit einer Belastung, die Sie kontrollieren können.
14. Um Verletzungen vorzubeugen, ist ein Aufwärmen vor dem Training unbedingt erforderlich.
15. Die Ausrüstung muss auf sichere Weise verwendet werden.
16. Personen, die unter dem Einfluss von Alkohol oder anderen berauschenden Mitteln stehen, ist die Nutzung des Fitnessstudios untersagt.
17. Im Fitnessstudio ist Folgendes verboten:
 - Mitbringen, Konsumieren, Verwenden oder Besitzen von: Lebensmitteln, alkoholischen Getränken, Tabakwaren, elektronischen Zigaretten, Drogen, Stimulanzien und anderen berauschenden Substanzen
 - Mitbringen von Geräten, die keine Turngeräte sind, Aufnahmegeräte, Glas usw.
 - Mitbringen von Gegenständen in die Turnhalle, die eine Gefahr für die Gesundheit und das Leben anderer Benutzer darstellen (gefährliche Werkzeuge, Waffen, Pyrotechnik, brennbare, explosive Materialien)
 - Tiere einführen
 - Schreien und die Verwendung von Wörtern, die allgemein als vulgär gelten
 - Durchführung von Personaltraining durch Personen, die nicht bei Sea & Forest angestellt sind
 - die Nutzung von Mobiltelefonen, Kameras und Camcordern auf eine Weise, die die Privatsphäre anderer Benutzer verletzt
 - das Fitnessstudiogelände zu vermüllen und zu verschmutzen
 - Zerstören und Umstellen von Gegenständen, die Teil der Fitnessgeräte sind
18. Überprüfen Sie vor dem Training den Zustand der Geräte – eventuelle Störungen oder Schäden an Geräten und Anlagen melden Sie bitte an der Rezeption.
19. Alle Fitnessgeräte dürfen nur bestimmungsgemäß verwendet werden.
20. Bitten Sie bei Bedarf um Unterstützung bei den Übungen.
21. Personen, die gegen diese Vorschriften verstoßen, werden vom Übungsgelände verwiesen.
22. Wald Międzyzdroje Spółka z o.o. ist nicht für die Folgen verantwortlich, die sich aus der Nichteinhaltung der oben genannten Vorschriften ergeben.
23. Der Administrator der Kundendaten ist Forest Międzyzdroje Spółka z o.o. Die Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten erfolgt im Rahmen der Nutzung des Fitnessstudios zu den in dieser Ordnung festgelegten Bedingungen (Art. 6 Abs. 1 lit. b DSGVO) sowie zur Geltendmachung oder Verteidigung von Rechtsansprüchen (Art. 6 Abs. 1 lit. f DSGVO). Weitere Informationen zu den Zwecken der Verarbeitung sowie zu Ihren Rechten finden Sie in der Datenschutzerklärung.
24. Andere Angelegenheiten, die in diesen Vorschriften nicht behandelt werden, werden durch einschlägige Gesetze des polnischen Rechts geregelt, insbesondere durch das Gesetz vom 23. April 1964 – das Bürgerliche Gesetzbuch.
25. Kommentare zur Nutzung des Fitnessstudios sollten an die folgende E-Mail-Adresse gesendet werden: recepca@seaforest.pl oder an die folgende Telefonnummer: +48914660500