

ДОГОВОР ПУБЛИЧНОЙ ОФЕРТЫ
на оказание услуг по организации и проведению
физкультурных, физкультурно-оздоровительных, спортивных мероприятий и иных услуг

Данный документ является официальным предложением - публичной офертой (далее по тексту – «Договор-оферта») Общества с ограниченной ответственностью «БФ Балтийский» (ИНН 6671307834, ОГРН 1246600037265, юридический адрес: 620110, Свердловская область, г. Екатеринбург, ул. Академика Вонсовского, д. 21, помещ. 1 (в дальнейшем именуемого «Клуб») и содержит все существенные условия предоставления услуг Клубом.

В соответствии с пунктом 2 статьи 437 Гражданского Кодекса Российской Федерации (ГК РФ) в случае принятия изложенных ниже условий и оплаты услуг юридическим или физическим лицом, производящим акцепт этой оферты и всех приложений к ней становится Заказчиком (в соответствии с пунктом 3 статьи 438 ГК РФ акцепт оферты равносителен заключению договора на условиях, изложенных в оферте).

В связи с вышеизложенным, внимательно прочитайте текст данной публичной оферты и приложений к ней и если Вы не согласны с каким-либо пунктом оферты, Исполнитель предлагает Вам отказаться от использования услуг.

Исполнитель заключает Договор на оказание услуг с ООО «Сеть фитнес клубов Брайт Фит» (ИНН 6671030607, ОГРН 1156658106880) на нижеследующих условиях с любым дееспособным физическим лицом, имеющим для целей Договора на оказание услуг «Заказчиком», и принявшим условия настоящей оферты путем совершения действий, указанных в разделе 7 настоящего Договора.

1. ПРЕДМЕТ ОФЕРТЫ

1.1. Заказчик (далее по тексту – Член клуба) и фитнес-клуб (далее по тексту-Клуб), при наличии возможности в оказании услуг и отсутствии ограничений по возрасту и состоянию здоровья, принимает настоящую оферту на оказание услуг по организации и проведению физкультурных, физкультурно-оздоровительных, спортивных мероприятий и иных услуг на базе фитнес-клуба, на основе клубного членства, в личных целях, не связанных с предпринимательской деятельностью Члена клуба – организации самостоятельных и проводимых с инструкторами занятий по физической культуре и спорту, в том числе: доступ к организуемым (по графику работы клуба и расписанию групповых занятий) самостоятельным и групповым физкультурным, физкультурно-оздоровительным и спортивным мероприятиям на территории фитнес-клуба в соответствии с утвержденными Правилами клуба и другим организуемым Клубом, в том числе за пределами Клуба, на условиях установленных Клубом.(код 101249).

1.2. Договор-оferта и Приложения к нему являются официальными документами и публикуются на сайте Исполнителя (<http://брайфт.рф>), а также в общедоступном месте на территории клуба.

1.3. Исполнитель имеет право изменять и дополнять данный договор-оферту и Приложения к нему без предварительного согласования с Заказчиком, обеспечивая при этом публикацию изменений и дополнений на сайте Исполнителя, а также в общедоступном месте на территории клуба, не менее чем за один день до вступления их в силу.

1.4. Если иное не установлено настоящим Договором Период оказания услуг для каждого Члена клуба устанавливается и отражается в приложениях к настоящему Договору. Но некоторые услуги, не включенные в стоимость Услуг, могут быть установлены в Приложениях к Договору иные сроки оказания.

1.5. Если в приложении к Контракту, оформленную в пользу Члена клуба, предусмотрено ограничение количества Услуг в течение Периода оказания услуг и/или периода, то право пользования Услугами прекращается от даты наступления первого из нижеперечисленных событий:

- Член клуба воспользовался Услугами и/или посетил Клуб в целях получения Дополнительных услуг количества раз, указанное в Приложении к Договору.

• Наступил дата окончания Периода оказания услуг.

1.6. Для лиц с ограниченными физическими, сенсорными или умственными способностями доступ в фитнес-клуб может быть предоставлен только при наличии возможности оказать услугу (при наличии необходимого оборудования и месте оказания услуг), при отсутствии медицинских противопоказаний (ограничений), и, если они в полной мере понимают права пользования фитнес-зонами, программами и оборудованием и пользуются услугами исключительно под личным присмотром лица,Personally responsible for its safety (сопровождающего лица) или персонального инструктора (в рамках дополнительно оплачиваемых персональных тренировок при возможности их проведения).

1.7. Перед посещением фитнес-клуба и приобретением Члену клуба в целях правильного выбора и принятия правильного (прайс) оказания услуг необходимо предварительно ознакомится с системой контроля доступа в фитнес-клуб, наполнением клубной карты, наличием:

1. Сопровождающее лицо – физическое, совершенолетнее, вменяемое, дееспособное лицо, не являющееся Членом клуба, которому разрешен доступ на территорию фитнес-клуба в целях личного присмотра за ребенком или лицом, с ограниченными возможностями, не имеющим права пользоваться оборудованием фитнес-клуба и его зонами в личных целях. Сопровождающее лицо несет полную ответственность за возможный вред здоровью своего подопечного при пользовании услугами фитнес-клуба.

2. **доступных фитнес-зон, зон для детей, расписанием клуба (в том числе с наличием дополнительного оплачиваемых тренировок (занятий, секций)), правилами посещения и техники безопасности (правилами клуба), который предполагается посетить (купить доступ), ознакомится с наличием возможности оказания услуг категориям лиц, таким как несовершеннолетние дети до 13 лет включительно, лицам с ограниченными возможностями, поскольку, все не фитнес-клубы имеют бассейн, детский бассейн, детскую комнату или семейную раздевалку, имеют отличия в расписании, отличия по наполнению фитнес-зон оборудованием и инвентарем и т.д.**

2. ТЕРМИНЫ И ОПРЕДЕЛЕНИЯ

В целях настоящей оферты нижеприведенные термины используются в следующих значениях:

2.1. «Фитнес-клуб» – спортивный комплекс, оказывающий физкультурные, физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия в зависимости от приобретенного вида услуг.

2.2. «Сайт» – информационный веб-ресурс, размещенный в сети Интернет по адресу: (<http://брайфт.рф>).

2.3. «Акцепт» – полное и безоговорочное принятие условий настоящей Оферты

2.4. «Членом клуба» - право посещения и пользования Инфраструктурой клуба Членом клуба, заключившим с Клубом настоящий договор, в течение установленного договором срока и в порядке, предусмотренном Правилами клуба.

2.5. «Член Клуба» - физическое лицо, в полномочия которого с Исполнителем заключен контракт.

2.6. «Правила внутреннего распорядка Клуба» – общие обязательные для соблюдения всеми посетителями Клуба, установленные Администрацией клуба, правила поведения в тренажерном зале, кардио-тренажеров в тренажерном зале, в залах групповых программ, в зоне боевых искусств, зоне функционального тренинга, финской сауне, хаммаме и посещения бассейна (если это предусмотрено видом Клубной Карты и договором), установленные приложением № 2 к настоящему Договору публичной оферты (далее по тексту-«Правила Клуба»). Правила клуба являются неотъемлемой частью настоящего договора. Правила клуба не являются исчерпывающими, Клуб вправе самостоятельно их дополнять и изменять в целях улучшения качества и безопасности оказания услуг. Изменения и дополнения доводятся до сведения Члена Клуба путем размещения их на Информационных стендах клуба и на официальном сайте Клуба в сети Интернет (<http://брайфт.рф>). Такое размещение является достаточным основанием для утверждения, что любые изменения в Правилах клуба доведены до сведения Члена клуба в согласованном порядке.

2.7. «Администрация Клуба» – администрации, менеджеры Клуба, осуществляющие управление работой Клуба, контроль за соблюдением посетителями Правил клуба, осуществляющие обеспечение пропускного режима на территории Клуба, оформляющие договора, дополнительные соглашения на оказание услуг, не предусмотренных настоящим договором.

2.8. «Инфраструктура Клуба» – оборудование и помещения Клуба, предназначенные для оказания услуг.

2.9. «Средство идентификации» – в зависимости от фитнес-клуба это клубная карта или браслет со встроенным чипом, или брелок, или иное аналогичное средство, позволяющее идентифицировать Члена клуба, предназначенное для его идентификации и фиксации получения Членом клуба физкультурно-оздоровительных и дополнительных услуг, обеспечения взаимодействия между Членом клуба и Исполнителем в ходе предоставления физкультурно-оздоровительных и дополнительных услуг.

*Клубная карта выдается в отделе по работе с клиентами или на reception клуба при предъявлении Членом Клуба документа, удостоверяющего личность (паспорт).

*Браслет со встроенным чипом и/или брелок приобретается Членом клуба, подтверждающий право пользования Услугами, пропуска в фитнес-клуб. В целях обеспечения безопасности и исключения случаев несанкционированной передачи Клубной карты/Браслета/брелока производится фотографирование Членов клуба.

В фитнес-клуб Prime браслет со встроенным чипом и/или брелок предоставляется Члену клуба на безвозмездной основе. В случае утраты браслета/брелока Член клуба приобретает по стоимости установленного в Прайс-листе на дату приобретения

2.10. «Активация членства в фитнес-клубе» – начало срока действия Клубной карты/браслета/брелока (договора) после поступления оплаты и начинается с момента наступления одного из нижезазначенных событий:

- в случае, если при заключении настоящего Договора Клуб открыт, то Клубная карта считается активированной при первом посещении Клуба, но не позже, чем через 30 (тридцать) календарных дней с даты заключения настоящего Договора; В случае если Член клуба в течение вышеуказанного срока не активировал Клубную Карту, то она считается активированной с 00.00 часов 31 (Тридцать первого) дня с даты заключения Договора;

- в случае заключения настоящего Договора в период действия специальных предложений, акций, скидок, Клубная карта может быть активирована в иной срок, указанный в заявлении-анкете на присоединение к Договору публичной оферты. Клуб оставляет за собой право выбора специальных предложений, акций, скидок, при которых Клубная карта может быть активирована в иной срок;

- в случае, если при заключении настоящего Договора Клуб не открыт, то активизация Клубной Карты наступает после открытия Клуба при первом его посещении Членом Клуба, но не позже, чем через 30 (тридцать) календарных дней с даты открытия Клуба. При этом, если Член клуба в течение вышеуказанного срока не активировал Клубную Карту, то она считается активированной с 00.00 часов 31 (Тридцать первого) дня с даты открытия Клуба/покупки клубной карты.

Повещение об открытии Клуба осуществляется путем направления Клубом информации в социальных сетях, мобильном приложении и на сайте брайфт.рф.

Член клуба самостоятельно берет на себя ответственность отслеживать необходимую информацию в социальных сетях, мобильном приложении и на сайте брайфт.рф.

В случае переноса даты открытия Клуба, Член клуба оповещается путем информирования на официальных страницах социальных сетей и на сайте брайфт.рф, о переносе.

2.11. «Заморозка» – приостановка оказания услуг Исполнителем на определенное количество дней по заявлению Члена клуба с сохранением срока действия клубной карты (от 7 до 30 дней), за исключением уважительных причин при предоставлении официального документа (больничный лист, командировочное удостоверение и т.д.).

2.12. «Режим работы клуба» – приостановка оказания услуг Членом клуба на определенное количество дней по заявлению Члена клуба с сохранением срока действия клубной карты (от 7 до 30 дней), за исключением уважительных причин при предоставлении официального документа (больничный лист, командировочное удостоверение и т.д.).

2.13. «Базовые услуги» - услуги, включенные в фактическую стоимость договора по выбранной клубной карте. Базовые услуги перечислены в п. 2.1 Правил Клуба (Приложение № 2).

2.14. «Дополнительные услуги» - услуги, не включенные в стоимость договора по выбранной Членом Клуба клубной карте. Дополнительные услуги перечислены в разделе 4 Правила клуба (Приложение № 2).

2.15. «Платные услуги» – все иные услуги, не входящие в состав базовых и дополнительных, оказываемые Члену клуба и оплачиваемые по цене, указанной в прайс-листе Клуба.

2.16. «Прайс-лист Клуба» – документ, в котором указана стоимость базовых услуг, Дополнительных услуг, Платных услуг, а также стоимость услуг Партнеров фитнес-клуба. Стоимость услуг Прайс-листа размещается в Уголке потребителя Клуба. Клуб вправе самостоятельно вносить изменения в действующий Прайс-лист Клуба. Изменения и дополнение доводятся до сведения Члена Клуба путем размещения их в Уголке потребителя фитнес-клуба и на официальном сайте Клуба в сети Интернет. Такое размещение является достаточным основанием для утверждения, что любые изменения в Прайс-листе Клуба доведены до сведения Члена Клуба в согласованном порядке.

2.17. «Детский клуб» – право посещения и пользования детской комнатой несовершеннолетним ребенком возраста от 3 до 13 лет, заключившим с Исполнителем договор (законным представителем/опекуном), в течение установленного договором срока и в порядке, предусмотренным Правилами клуба.

2.18. «Форс-мажор» - обстоятельство непреодолимой силы, то есть чрезвычайные непредотвратимые, не зависящие от воли сторон, препятствующие исполнению сторонами обязательств по настоящему договору. К обстоятельствам непреодолимой силы относятся: стихийные бедствия, войны, вооруженные конфликты, массовые гражданские беспорядки, теракты, покары, эпидемии, акты органов государственной власти и местного самоуправления, оседание почвы, аварии в здании, в котором находится Клуб, аварии инженерных сетей, отключение инженерных коммуникаций, включая случаи аварийного или планового централизованного отключения по решению собственника здания, ресурсоснабжающих организаций или администрации города или района, отключения по проведению реконструкции, капитального или текущего ремонта в здании или в Клубе, повлекшее невозможность эксплуатации Клуба в нормальном режиме и т.д. при условии, что они непосредственно влияют на выполнение обязательств по настоящему договору.

2.19. «Гостевой визит» – это обозначение по тексту Договора права Гостя пользования Услугами однократно в течение Периода оказания услуг, продолжительность которого не превышает часов работы Клуба в течение одного календарного дня или количества времени, установленного Исполнителем, в целях определения потребности Гостя в заключении в его пользу Контракта на длительный срок.

2.20. «Автоплатеж» – самостоятельное списывание денег с указанного Члена клуба счета для оплаты выбранных услуг. Списание денежных средств производится автоматически, без участия Члена клуба.

2.21. Секции – платное групповое занятие, предоставляемое членам Клуба, проводимое в следующих функциональных зонах Клуба: зона групповых программ, зона боевых искусств, зона бассейна (в случае наличия такой зоны в фитнес-клубе и если предусмотрено видом Клубной карты), тренажерного зала, зоны функционального тренинга, зона игровых видов спорта (в случае наличия такой зоны в Клубе), которые указываются в расписании групповых занятий на официальном сайте Клуба и в мобильном приложении. Стоимость данной услуги определяется Прайс-Листом Клуба. Максимальное количество участников в Секции может быть ограничено Клубом и указано в расписании. Секция может быть проведена и при количестве от 1 человека.

2.22. Мини-группа – платное групповое занятие, проводимое одновременно нескольким Членам Клуба (до трёх человек), по индивидуально составленной программе. График проведения таких групповых занятий определяется заранее совместно с Исполнителем и Участниками Мини-группы. День и время проведения занятий для всей всех участников Мини-группы единовременное. Стоимость данной услуги определяется Прайс-Листом Клуба. Услуга «Мини-группа» оказывается в определенных выборочных Исполнителем фитнес-клуба.

2.23. Сплит-тренировка – платное занятие, проводимое одновременно для 2 (двух) Членов Клуба в следующих функциональных зонах Клуба: зона групповых программ, зона боевых искусств, зона бассейна (если предусмотрено видом Клубной карты), тренажерного зала, зоны функционального тренинга, зона игровых видов спорта (в случае наличия такой зоны в Клубе). Стоимость данной услуги определяется Прайс-Листом Клуба.

2.24. Анализ состава тела (далее по тексту АСТ) – процедура измерения состава тела клиента методом калипометрии, антропометрии, измерения на весах TANITA. Длительность процедуры 25-30 мин.

2.25. Персональная тренировка (далее – ПТ) – платное индивидуальное занятие, проводимое для Члена Клуба по персонально составленной для него программе, исходя из его пожеланий, его уровня физической подготовки и состояния здоровья и включающее в себя:

- * демонстрацию техники выполнения упражнений;
- * разбор особенностей и вариаций техники выполнения упражнений;
- * контроль соблюдения клиентом техники выполнения упражнений;
- * контроль выполнения клиентом объема упражнений (количество повторений в подходе, количество подходов и продолжительность упражнения и т.п.)

Скрыть персональную тренировку является проводима на двух и более тренажерах или упражнениях.

График проведения тренировок определяется заранее совместно с Исполнителем фитнес-клуба. Стоимость данной услуги определяется Прейскурантом Клуба.

2.26. Сопровождающее лицо – физическое, совершенолетнее, вменяемое, дееспособное лицо, не являющееся Членом клуба, которому разрешен доступ на территорию фитнес-клуба в целях личного присмотра за ребенком или лицом, с ограниченными возможностями, не имеющим права пользоваться оборудованием фитнес-клуба и его зонами в личных целях. Сопровождающее лицо несет полную ответственность за возможный вред здоровью своего подопечного при пользовании услугами фитнес-клуба.

2.27. «Неделя фитнеса» – тестовая платная услуга (в случае наличия ее в прайс-листе в фитнес-клубе), дающая право клиенту (члену клуба) пользования Услугами Клуба в течение 7 (семи) календарных дней во время часов работы Клуба в целях определения потребности Гостя в заключении в его пользу Контракта на длительный срок. Данная услуга предоставляется одному и тому же Члену Клуба единоразово.

3. ПРАВА И ОБЯЗАННОСТИ СТОРОН

3.1. Права и обязанности Исполнителя:

3.1.1. Исполнитель обязан:

3.1.1.1. Оказывать спортивно-оздоровительные услуги, акцептованные Заказчиком, путем совершения действий, указанных в пункте 4.1. раздела 7 настоящего Договора в течение срока действия настоящего договора-оферты.

3.1.1.2. Предоставлять Члену клуба индивидуальную клубную карту, обеспечить после оплаты Членом клуба в соответствии с действующим прейскурантом браслетом со встроенным чипом, или брелоком (в Клубах, оборудованных системой контроля и управления доступом)

3.1.1.3. Сохранять конфиденциальность информации Члена клуба, полученной от него при заключении договора-оферты, за исключением случаев, предусмотренных законодательством Российской Федерации.

3.1.1.4. Принимать своевременные меры по предупреждению и регулированию нарушения качества предоставляемых услуг. Своевременно информировать Члена клуба об изменениях в структуре услуг, оказываемых по настоящему договору-оферте, и условиях их оказания.

3.1.1.5. В случае, если предусмотрена возможность «заморозки» услуги клубной картой, предоставлять такую возможность по письменному заявлению Члена клуба на срок, указанный им в заявлении.

3.1.1.6. Обеспечить соблюдение требований пожарной безопасности и санитарных норм и правил.

3.1.1.7. Обеспечить рабочее состояние спортивного, сантехнического и иного оборудования.

3.1.1.8. Предоставить Члену клуба шкаф в раздевалке для хранения личных вещей в количестве не более одного на каждое посещение. Шкаф должен закрываться на ключ, который Член клуба может брать с собой на занятия, закрепляя на руке при помощи специального браслета.

3.1.1.9. Бесплатно предоставлять Члену клуба услуги гардероба, согласно режиму, установленному в Клубе.

3.1.1.10. Предоставлять Члену клуба одноразовые бахилы при входе в фитнес-клуб (согласно сезонности), для поддержания чистоты в помещениях клуба.

3.1.1.11. Предоставлять Члену клуба полотенце на каждое посещение, если предоставление полотенца предусмотрено видом Клубной карты (только для Клубных карт с бассейном), за исключением фитнес-клуба «BrightFit» по адресу: г. Каменск-Уральский, ул. Каменская, д. 25 , в котором выдача полотенец не предусмотрена.

3.1.1.12. Предоставлять Члену клуба сейф-ячейку по требованию для сохранности ценных вещей по цене в соответствии с Прайс-листом в количестве не более 1 шт., если иное не согласовано с Администрацией Клуба.

3.1.2. Исполнитель вправе:

3.1.2.1. При проведении мероприятий, не указанных в расписании, ограничить зону, предназначенную для занятий, о чём Член клуба извещается не менее чем за один день до проведения указанных

мероприятий путем размещения информации в официальных социальных сетях Клуба, а также в общедоступном месте на территории клуба.

3.1.2.2. Изменять режим работы клуба в целом или отдельных залов и помещений, в связи с проведением в них различных мероприятий, при условии размещения информации в официальных социальных сетях Клуба, а также в общедоступном месте на территории клуба не менее чем за три дня до даты начала мероприятий.

3.1.2.3. В одностороннем порядке расторгнуть настоящий договор в случае невыполнения Членом клуба условий, предусмотренных пунктом 5.7 Договора-оферты и разделом 7 договора-оферты. Договор – оферта может быть прекращена также по другим основаниям, предусмотренным гражданским законодательством Российской Федерации.

3.1.2.4. Утверждать и изменять расписание занятий в Клубе.

3.1.2.5. Оказывать услуги с привлечением сторонних тренеров, инструкторов и специалистов.

3.1.2.6. Давать общие рекомендации по питанию.

3.1.2.7. На свое усмотрение предоставствовать Члену клуба во время занятий в фитнес-клубе питьевой водой (пурifierами)

3.1.2.8. Пункт применяется к системе «автоплатеж». В случае невозможности списания с банковской карты Члена клуба установленной части очередного платежа, Клуб повторяет попытки списания в течение следующих 5 календарных дней. Если списание установленной части оплаты за услуги не производится в указанный срок, Клубная карта подлежит блокировке. В случае если денежные средства в необходимом объеме для списания с банковской карты за услуги не поступают в течение 20 календарных дней с даты блокировки клубной карты, то начиная с 21 (двадцать первого) дня с момента блокировки Клубной карты Договор публичной оферты, заключенный с Членом клуба подлежит автоматическому внеудостоверенному расторжению (прекращению) без оформления Дополнительного соглашения и уведомления. Член клуба понимает и дает согласие на то, что блокировка карты Члена клуба означает приостановку оказания услуг по Договору и запрет на право пользование физкультурными, физкультурно-оздоровительными и спортивными мероприятиями. В данном случае не производится пересчет ежемесячного платежа с учетом и использования услугами клуба за предложенные на этот срок. При этом последним днем периода оказания услуг будет считаться последний календарный день месяца, в котором Исполнитель не получил соответствующий платеж, и все полученные Исполнителем (Клубом) до такой даты денежные средства зачитываются в счет оплаты услуг.

3.1.2.9. Вправе отказать в предоставлении Услуг, Дополнительных услуг, в случае отсутствия у Члена клуба Клубной карты и/или иного средства идентификации, выданного Исполнителем.

3.1.2.10. Открыто в целях сохранности имущества Исполнителя. Обеспечение безопасности, контроля правомерности нахождения физических лиц на территории Исполнителя использовать в помещениях Исполнителя технические средства: фото- и/или видеоФиксации. Осуществление данного права не препятствует цель сбора информации о конкретном лице. При обнаружении противоправных действий материалов, полученные при использовании указанного в настоящем пункте оборудования, могут служить доказательством этих действий.

3.1.2.11. Открыто в целях обеспечения безопасности, контроля качества и совершенствования оказываемых Услуг, дополнительных услуг записывать и использовать информацию, полученную во время телефонных переговоров по используемым Исполнителем и/или привлекаемым для этого третьими лицами телефонным номерам. Осуществление данного права не препятствует цель сбора информации о конкретном лице. При обнаружении противоправных действий информация может служить доказательством этих действий.

3.1.2.12 В случае, если Член клуба посетил фитнес-клуб, оборудованный системой контроля и управления доступом без браслета со встроенным чипом и брелоком, то в данном случае Член клуба приобретает браслет/брелок согласно Прейскуранту.

3.1.2.13 Проводить инструктаж по технике безопасности Члена клуба посредством одним из способов, который определяет Исполнитель:

- Ознакомления Члена клуба с Инструкцией по технике безопасности, изложенными в Публичной оферте и уголке потребителя;

- Путем ознакомления с инструкцией Пользования тренажерами на сайте Клуба;

- Проведения очного Инструктажа по заявлению Члена клуба с тренером по выбору Члена клуба.

3.2. Права и обязанности Члена клуба

3.2.1. Член клуба обязан:

3.2.1.1. Пройти соответствующую процедуру регистрации в клубе: заполнить анкетные данные, предоставить контактную информацию, а именно: ф.и.о., адрес, реквизиты документа, удостоверяющего личность, биометрические данные: фотографию; а в случаях использования в Клубе многоуровневой системы идентификации - изображения папильлярных узоров, которые сканируются специальным устройством в целях преобразования в цифровую форму без возможности обратного отображения узоров ни на каком носителе.

3.2.1.2. При посещении клуба предъявлять на рецепцию индивидуальную клубную карту.

В Клубах, оборудованных системой контроля и управления доступом, Клиент приобретает браслет со встроенным чипом и/или брелок, подтверждающий право пользования Услугами в соответствии с видом Членства в Клубе. Браслет со встроенным чипом и/или брелок, подтверждающий право возврата не подлежит и остается в собственности у Клиента.

3.2.1.3. Посещать занятия на условиях, определенных прейскурантом цен и настоящим договором-оферты.

3.2.1.4. Соблюдать и поддерживать общественный порядок и общепринятые нормы поведения, вести себяуважительно по отношению к другим посетителям, обслуживающему персоналу, не допускать действий, создающих опасность для окружающих.

3.2.1.5. Оставлять верхнюю одежду в гардеробе Клуба (согласно сезонности). В помещениях клуба использовать сменную обувь, для прохода до раздевалки в уличной обуви использовать бахилы (согласно сезонности).

3.2.1.6. При посещении Клуба соблюдать правила посещения (Приложение №2). Соблюдать требования безопасности занятий и использования оборудования. После занятий возвращать инвентарь в место его хранения.

3.2.1.7. Соблюдать акты органов местного самоуправления и законодательство РФ, которое необходимо соблюдать в период режима повышенной готовности, в том числе связанные с новой коронавирусной инфекцией.

В случае введения органами государственной власти и (или) органами местного самоуправления, или высшими должностными лицами на территории субъекта, в котором расположен Клуб, режима повышенной готовности и (или) имеет место распространение новой коронавирусной инфекции (2019-nCoV), Член клуба на протяжении данного периода обязуется перед посещением фитнес-клуба в зоне рецензии проходить процедуру замера температуры тела бесконтактным термометром. С целью безопасности и охраны здоровья Членов Клуба, в Клуб допускаются Члены клуба, температура тела которых составляет не более 36,5 градусов.

3.2.1.8. Член клуба с форматом карты с бассейном обязан иметь активный доступ в бассейн, согласно п. 3.8.4.1 Правил настоящего Договора.

3.2.1.9. На занятиях строго следовать указаниям тренера или инструктора, соблюдать рекомендации тренера или инструктора о продолжительности и интенсивности занятий.

3.2.1.10. Переодеться в спортивную одежду и сменную закрытую обувь при посещении занятий, в бассейн – сланцы.

3.2.1.11. Самостоятельно и ответственно контролировать свое собственное здоровье и не ставить под угрозу здоровье окружающих. При наличии хронических, инфекционных, кожных заболеваний, а также болезней внутренних органов воздержаться от посещения клуба.

3.2.1.12. Посещать групповые занятия согласно расписанию, индивидуальные - согласно графику, согласованному с инструктором или тренером. При опоздании Члена клуба более чем на 10 минут инструктор или тренер вправе не допустить его к занятию.

3.2.1.13. Если в фитнес-клубе предусмотрена предварительная запись на групповую урок, то в данном случае Член клуба необходимо отслеживать количество свободных мест и записаться на выбранное групповое направление, согласно установленного расписания фитнес-клубом. Максимальное количество участников на групповом уроке может быть ограничено Клубом и указано в расписании.

3.2.1.14. Не осуществлять прием пищи и спиртных напитков, принесенных с собой, на территории клуба.

3.2.1.15. При посещении клуба внимательно относиться к личным вещам, не оставлять их без присмотра, не доверять их другим лицам. Для ценных вещей использовать сейф-ящики на рецепции Клуба.

Самостоятельно обеспечивать контроль за своим имуществом при посещении Клуба в целях предотвращения их кражи (хищения); при помещении имущества в персональный шкафчик для вещей в раздевалке закрыть его на замок, проверив надежность закрытия; не оставлять шкафчик для вещей открытый; не оставлять имущество без присмотра (под лавочками, на лавочки, над шкафчиком и т.д.). Клуб не несет ответственности за утрату имущества Члена клуба.

3.2.1.16. Ограничивать нахождение детей (если Член клуба является родителем или законным представителем ребенка) в возрасте до 14 лет на территории тренажерного зала, зала групповых программ, зонах функционального тренинга, залах игровых видов спорта. Нахождение в перечисленных зонах возможно только в присутствии персонального тренера. Родитель или законный представитель дает обязательство проконтролировать исполнение настоящего пункта несовершеннолетним ребенком.

3.2.1.17. При посещении фитнес-клуба совместно с ребенком полностью контролировать действия ребенка и не допускать шалости, игр и иных ситуаций при которых возникает риск причинения вреда ребенку; воизбуждение травм не допускать занятия ребенка на оборудовании или со снаряжением, не предназначенному (-ым) (не предусмотрено (-ым)) для детей или имеющего возрастные ограничения, в том числе явно несовместимым по весу, силе, комплекции, возрасту, технике выполнения и т.д.

3.2.1.18. Ухода из клуба, сдать ключ от шкафа в раздевалке, а также любое другое имущество Исполнителя, арендованное Членом клуба на время данного посещения клуба. В Клубах, оборудованных системой контроля и управления доступом Член клуба уходя из клуба обязан оставить шкаф в раздевалке открытым.

3.2.1.19. При утрате Клубной карты, средств идентификации, ключа от шкафа, шкафика-ачейки и/или иных принадлежащих Исполнителю (фитнес-клубу) предметов, или в случае переоформления права пользования Услугами на другое лицо с непосредственным потребителем услуг/Членом клуба, Исполнителем (фитнес-клубом) взимается плата в размере, установленном Прейскурантом Фитнес-клуба.

3.2.1.20. Член клуба обязан посещать клуб согласно режиму работы выбранной клубной карты.

При приобретении клубной карты «Дневная» в будни вход в клуб возможен с 7.00 до 16.00, а выход из фитнес-клуба до 17.00; в выходные вход в клуб возможен с 9.00 до 21.00, а выход из фитнес-клуба до 22.00.

При приобретении клубной карты «Фитнес лайн» в будни вход в клуб возможен с 15.00 до 17.00, а выход из фитнес-клуба до 18.00; в выходные вход в клуб возможен с 17.00 до 21.00, а выход из фитнес-клуба до 22.00.

При приобретении клубной карты «Детская карта» родитель/законный представитель обязаны иметь статус члена клуба и иметь клубную карту.

3.2.1.21. Не реже 1 (Одного) раза в 5 (Пять) календарных дней отслеживать изменения и дополнения в Правилах Клуба и Договоре публичной оферты.

3.2.1.22. Время посещения Клуба зависит от формата Клубной карты и указывается в заявлении - анкете на присоединение к Договору публичной оферты на оказание услуг Клуба. Администрация Клуба вправе отказать Члену клуба в посещении, если по формату Клубной карты Член клуба обязан посещать Клуб в иное время.

3.2.1.23. Акцептируя настоящий публичный договор оферты Член клуба дает согласие Клубу на перевод долга/упорядку прав и обязанностей по настоящему Договору третьему лицу по своему выбору.

3.2.1.24. В случае приобретения клубной карты по системе «Автоплатеж» Член клуба обязуется:

- предоставить согласие на списание денежных средств с банковской карты Клубом (Приложение №3 к настоящему Договору);
- в случае потери, блокировки банковской карты, которая была предоставлена в момент заключения договора, смены банка или получения новой банковской карты Клиент обязуется в течение 2 (двоих) рабочих дней уведомить Клуб об изменениях и подписать дополнительное соглашение к настоящему договору.

3.2.1.25 Акцептируя настоящий договор Член клуба/ секции не подает согласие на использование своих изображений без выплат каких-либо вознаграждений фитнес-клубом Bright Fit. Член клуба дает согласие использовать свой образ в рекламно-информационных материалах, а также на использование «кимиджевого лица» бесплатно. Исполнитель и/или Правообладатель имеет право обнародовать и в дальнейшем использовать изображения полностью или фрагментарно: воспроизвести, распространять путем продажи или иного отчуждения оригиналами изображений или их экземпляров, осуществлять публичный показ, импортировать оригиналы или экземпляры изображений в целях распространения, сдавать в прокат оригиналы или экземпляры изображений, сообщать в эфир и на кабель, переработывать, доводить до всеобщего сведения. Исполнитель и/или Правообладатель вправе передавать указанные права на изображения любым третьим лицам в целях, связанных с проведением рекламной кампании «Bright Fit».

3.2.1.26 Акцептируя настоящий договор Член клуба/ секции не имеет медицинский противопоказаний для посещения фитнес-клуба/секции, получения дополнительных услуг, перечисленных в настоящем договоре и приложениях к нему. Я предупрежден/-на о необходимости Члену клуба/секции до начала пользования Услугами, дополнительными услугами пройти медицинское обследование в целях получения заключения о допуске к прохождению спортивной подготовки или занятия физической культурой и спортом или к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО либо о наличии медицинского противопоказания к прохождению спортивной подготовки или занятия физической культурой и спортом или к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО со сроком действия не более 1 года, так как Член клуба/ секции несет персональную ответственность за свое здоровье.

3.2.1.27 Акцептируя настоящий Договор публичной оферты Член клуба/ секции (Заказчик) подтверждает, что он внимательно ознакомился с Инструктажем для посещения зоны групповых программ (Приложение № 4 к настоящему Договору публичной оферты), Инструктажем для посещения тренажерного зала (Приложение № 5 к настоящему Договору публичной оферты), Инструктажем для посещения бассейна (Приложение № 6 к настоящему Договору публичной оферты) и обязуется им следовать в течение всего времени пользования услугами Исполнителя (Фитнес-клуба).

3.2.2. Члену клуба запрещается:

3.2.2.1. В Клубах, оборудованных системой контроля и управления доступом передавать третьим лицам браслет со встроенным чипом и/или брелок.

3.2.2.2. Беспокоить других посетителей клуба, нарушать чистоту и порядок.

3.2.2.3. Находиться на территории клуба в верхней одежде и уличной обуви без бахил (согласно сезонности).

3.2.2.4. Посещать клуб при наличии у Члена клуба признаков острой или хронического инфекционного и/или кожного заболевания. В противном случае Исполнитель вправе временно отстранить Члена клуба от посещения Клуба до полного выздоровления.

3.2.2.5. Проводить инструктаж, давать рекомендации по занятиям другим посетителям Клуба.

Члену Клуба запрещено проводить на территории Клуба физкультурные, физкультурно-оздоровительные и иные мероприятия, в том числе включая, но не ограничиваясь: составлять тренировочные программы, оказывать помощь Членам клуба во время тренировочного процесса и/или контролировать тренировочный процесс Членов клуба, а также оказывать иные услуги Членам клуба или пользоваться такими услугами. Для обеспечения правил безопасного оказания услуг Членам клуба могут пользоваться только услугами Клуба и привлекаемых Клубом подрядчиков (партнеров) (Фитнес-клуб). В случае нарушения указанного пункта, Клуб рассматривает это нарушение как существенное нарушение правил безопасности и угрозу причинения вреда жизни и/или здоровью Члену клуба и/или третьим лицам и вправе потребовать расторжения Договора с Членом Клуба в одностороннем порядке по инициативе Клуба без возврата вложений клиентов.

3.2.2.6 Запрещено употреблять на территории и в помещениях клуба алкогольные напитки, наркотические вещества, курить. В случае установления лица, находящихся в состоянии алкогольного и наркотического опьянения, Исполнитель вправе применить меры по остаточному состоянию алкогольного опьянения.

3.2.2.7 Посещение клуба при наличии остаточного состояния алкогольного опьянения.

3.2.2.8 Распространение и продажа алкогольных напитков и наркотических веществ в клубе.

3.2.2.9 Использовать самостоятельно, без специального разрешения персонала клуба музыкальную и иную технику, а также технику, принесенную с собой.

3.2.2.10 Входить в служебные и прочие технические помещения, самостоятельно регулировать любое инженерно-техническое оборудование без специального разрешения персонала клуба музыкальную и иную технику, а также технику, принесенную с собой.

3.2.2.11 Приводить с собой детей старше 4 (четырех) лет в раздевалки, предназначенные для противоположного пола.

3.2.2.12 Вести любую коммерческую деятельность на территории Клуба, а именно: продажа товаров и услуг, в том числе персонального тренинга, распространение какой-либо рекламной продукции, спортивного питания, медицинских препаратов, косметических средств и т.д. О случаях распространения наркотиков или запрещенных к использованию медикаментов и иных препаратов на территории Клуба Администрация сообщает в правоохранительные органы в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации.

3.2.2.13 Акцептируя настоящий договор Член клуба дает согласие на обработку, как и использование средств автоматизации, так и без использования таких средств, персональных данных, содержащихся в настоящей анкете и заявлении-анкете с целью направления мне указанной ниже информации, в том числе на передачу соответствующей информации лицам, привлекаемым к исполнению указанных действий, в т.ч. на совершение следующих действий: сбор, запись, систематизация, накопление, хранение, уточнение (обновление, изменение), извлечение, использование, обезличивание, блокирование, удаление, иничтожение, сканирование биометрических персональных данных, при которых Исполнитель имеет право на обработку персональных данных, предусмотрено посещение бассейна).

3.2.2.14 Срок действия согласия (если предоставлено): до истечения шести месяцев с момента отзыва пользователем согласия от получения соответствующей информации.

3.2.2.15 Для отзыва согласия на обработку персональных данных необходимо подать соответствующее заявление в письменной по юридическому адресу фитнес-клуба, указанных в реквизитах настоящего договора не менее чем за 30 дней до момента отзыва соответствующего согласия. После отзыва согласия персональные данные используют только в целях, предусмотренных законодательством.

3.2.2.16 Заниматься фридайвингом, дайвингом в бассейне фитнес-клуба, погружаться в бассейне при помощи акваланга.

3.2.2.17 Посещать зоны фитнес-клуба во время, которое отведено партнерам Исполнителя в установленные коммерческие часы. Об установленных коммерческих часах Исполнитель обязуется уведомить Члена клуба путем размещения их на информационных стендах клуба и/или на официальном сайте Клуба в сети Интернет (<http://брайтфит.рф>). Такое размещение является достаточным основанием для утверждения, что любые изменения в Правилах клуба доведены до сведения Члена клуба в согласованном порядке.

3.1.3 Член клуба вправе:

3.1.3.1 Требовать от Исполнителя предоставления качественных услуг в соответствии с условиями настоящего договора-оферты.

3.1.3.2 Получать необходимую и достоверную информацию о работе Клуба и оказываемых услугах.

3.1.3.3 Направлять Исполнителю свои мнения, предложения и рекомендации по каждому виду услуг.

3.1.3.4 Случае утраты клубной карты, браслета, ключа, полотенца, бирки, восстановить ее, при условии оплаты услуг по их изготовлению согласно действующему прейскуранту клуба.

3.1.3.5 Пользоваться возможностью «заморозки» услуг (продление действия клубной карты в связи с возникшими обстоятельствами), с обязательным согласованием данной услуги с руководством клуба.

3.1.3.6 Член клуба вправе внести изменения в Правила клуба в соответствии с разделом 4 договора-оферты.

3.1.3.7 Член клуба имеет право изменить вид Клубной Карты согласно прайс-листи клубных карт (Информация находится в отделе по работе с клиентами) как для активации, так и после активации Клубной карты.

3.1.3.8 Действующий Член клуба имеет право на приобретение новой Клубной карты (продление членства в Клубе) по специальной (льготной) цене в течение 30 дней до момента истечения срока действия предыдущей Клубной карты и в течение 30 дней после истечения срока действия предыдущей Клубной карты.

3.1.3.9 Пользоваться мобильными телефонами и иными средствами связи во время посещения Клуба. Клуб не рекомендует пользоваться мобильными телефонами и иными средствами связи во время групповых занятий и персонального тренинга. Клуб не несет ответственность за вред, причиненный личным вещам Члена клуба, в случае их пользования во время занятий.

3.1.3.10 Член клуба вправе уступить право пользования Услугами по клубной карте третьему лицу в части неиспользованного периода действия клубной карты. Уступка права пользования Услугами Клуба по Клубной карте возможна только при условии полной оплаты первоначальным Членом клуба Клубной карты к моменту такой уступки.

Лицо, в пользу которого Член клуба уступает право пользоваться Услугами Клуба, вправе переуступить это право другому лицу на возмездной основе, согласно прейскуранту Клуба, на день переуступки.

В случае переступки права пользования Услугами первоначальным членом Клуба оформляет заявление об уступке права в пользу нового Члена клуба. Новый Член клуба оформляет заявление - анкете на присоединение к Договору публичной оферты на оказание услуг Клуба.

3.1.3.11 Член клуба вправе следующего дня от даты оповещения о закрытии фитнес-клуба по техническим причинам (проверке ремонтных работ, фор-макаров (затопление, пожар, ремонт, возвышение, повышенной готовности, эпидемии)) посетить фитнес-клуб сети, которой территориально расположен максимально приближенно к закрытому клубу до даты открытия выбранного фитнес-клуба.

6.2 При малейших недомоганиях или травмах Член Клуба обязан уведомить об этом инструктора, тренера или сотрудника Клуба, в котором Члену Клуба оказываются услуги.

6.3 Во избежание получения физической травмы Член Клуба обязан соблюдать правила посещения всех зон Клуба, отраженных в Правилах Клуба и выполнять рекомендации инструкторов, тренеров (сотрудников) Клуба. Правила посещения зон Клуба приложены к настоящему Договору и подписывая настоящий Договор, Член Клуба подтверждает, что ознакомлен с Правилами, согласен с ними и они ему переданы вместе с Договором.

6.4 Стороны договорились, что в случае несоблюдения Членом Клуба пп. 6.1, 6.2, 6.3. настоящего Договора, а также Правил Клуба или представления недостоверных сведений о состоянии здоровья, Клуб не несет ответственность за вред, причиненный здоровью Члену Клуба или полученной им физическую травму.

6.5 Стороны договорились, что Клуб не несет ответственности за возможное ухудшение состояния здоровья Члена Клуба, если это произошло в результате острого заболевания, несчастного случая, обострения хронического заболевания. Во всем тренировках и мероприятиях, проводимых на территории Клуба, участия в занятиях и тренировках на территории Клуба, Член клуба самостоятельно определяет уровень физической нагрузки сообразно своим индивидуальным возможностям.

6.6 Ответственность за состояние здоровья Членов Клуба младше 18 лет несет его родитель или законный представитель.

7 АКЦЕНТ ОФЕРТЫ

7.1 Член Клуба совершает акцепт Оферты действуя добровольно и без какого-либо принуждения.

7.2 Член Клуба понимает содержание Оферты, полностью и безусловно принимает все ее условия без каких-либо изъятий и/или ограничений, что равносильно заключению договора в письменной форме (п.3 ст. 434 ГК РФ).

7.3 Акцепт Оферты Членом Клуба осуществляется путем совершения действий: выбора Вида Клубной Карты, предоставления достоверных персональных данных (ФИО, дата рождения, пол, контактный телефон, адрес регистрации, данные документа, удостоверяющего личность (паспорта)), внесения оплаты, в размере и на условиях настоящего договора, со страницы Сайта, либо внесению денежных средств в кассу Клуба или безналичном порядке.

7.4 Акцептом, совершенным в пользу третьего физического лица, признается акцепт, при котором плательщик и лицо, сведения о котором, как о Члене Клуба, предоставлены при совершении акцепта на Сайте или в отделе по работе с клиентами, являются разными физическими лицами.

7.5 При приобретении подарочного сертификата, оформленного на третье лицо или при приобретении услуги в пользу третьего лица, Член Клуба обязуется ознакомить держателя подарочного сертификата и (или) третье лицо, в чью пользу приобретены услуги с условиями настоящего Договора публичной Оферты и всеми приложениями к нему. Член Клуба приобретает подарочный сертификат или услугу в пользу третьего лица понимает и принимает условия о том, что держатель подарочного сертификата или третье лицо, в чью пользу приобретены услуги автоматически безоговорочно акцептируют настоящий Договор публично оферты со всеми Приложениями к нему с момента оформления (приобретения) подарочного сертификата на данное третье лицо / с момента приобретения услуги в пользу третьего лица.

8 ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

8.1 Настоящий Договор считается заключенным с даты Акцепта Оферты Членом Клуба и действует до момента расторжения Договора-оферты или прекращения по иным основаниям, предусмотренным в Договоре.

8.2 Клуб оставляет за собой право внести изменения/дополнения в Договор-оферту и/или Правила Клуба в любой момент по своему усмотрению. В случае внесения изменений/дополнений в Договор публичной Оферты и/или Правила Клуба, такие изменения/дополнения вступают в силу с момента опубликования.

8.3 Член Клуба соглашается и признает, что внесение изменений/дополнений в Договор-оферту и опубликованные на сайте (<http://брайтфит.рф>), а также в общедоступном месте на территории Клуба, в новой редакции, влечет за собой изменения/дополнения условий заключенного и действующего между Членом Клуба и Клубом Договора, и эти изменения/дополнения начинают применяться к отношениям между Сторонами с момента

Реквизиты:
ООО «БФ Балтийский»

Почтовый адрес
620000, г. Екатеринбург, а/я 136

Юридический адрес: 620110, Свердловская область, г. Екатеринбург, ул. Академика Вонсовского , д. 21 , помещ. 1

ОГРН: 1246600037265
ИНН: 6671307834
КПП: 667101001

Банковские реквизиты
р/сч 40702810338030024181
ФИЛИАЛ "ЕКАТЕРИНБУРГСКИЙ" АО "АЛЬФА-БАНК"
БИК 046577964
к/сч 30101810100000000964

Адреса фитнес-клубов:
г. Екатеринбург, ул. Академика Вонсовского , д.21/4

опубликования новой редакции Договора-оферты. Члены клуба уведомляются о внесении изменений в настоящий Договор публичной Оферты путем размещения в зоне рецензии фитнес-клуба информационных таблиц.

8.4 В случае возникновения претензий, возникших у Члена клуба по вопросам предоставления фитнес-клубом физкультурно-оздоровительных услуг, дополнительных услуг, а также претензий иного характера, заинтересованная Стороной вправе направить другой Стороне письменную претензию с приложением копий всех необходимых для принятия решения документов или урегулирования возникшего вопроса/ситуации. Срок на рассмотрение претензии 10 (Десять) календарных дней с даты получения фитнес-клубом.

8.5 При нарушении Членом Клуба Правил Клуба, норм этики и морали, Клуб имеет право, в одностороннем внесудебном порядке расторгнуть настоящий Договор (односторонний отказ от исполнения обязательств). В этом случае Клуб в течение 10 (Десяти) календарных дней возвращает Члену Клуба неиспользованную сумму денежных средств, оставшуюся на дату прекращения действия Договора. Договор считается расторгнутым с момента уведомления Члена Клуба о расторжении Договора.

8.6 При невозможности посещения Члена Клуба после Активации Клубной Карты по независящим от Клуба обстоятельствам, а также в случае если Член Клуба в одностороннем внесудебном порядке расторгнет настоящий Договор (односторонний отказ от исполнения обязательств), производится возврат денежных средств за неиспользованные посещения. При этом датой расторжения настоящего Договора считается дата получения фитнес-клубом письменного заявления Члена Клуба о расторжении Договора или иная дата, указанная в заявлении, но не ранее даты регистрации этого заявления или даты вступления в силу решения суда.

8.7 Возврат денежных средств, уплаченных по настоящему Договору, производится Члену Клуба, заключившему настоящий Договор (самостоятельно или через представителя по доверенности, выданной в простой письменной форме) или его представителю, действующему на основании нотариально удостоверенной доверенности.

8.8 Член Клуба, с согласия Клуба, имеет право изменить Вид клубной карты по настоящему Договору только один раз, на основании письменного заявления и в соответствии с Правилами Клуба.

8.9 Об отсутствии технической возможности оказывать предусмотренные настоящим Договором Услуги в полном объеме, Клуб обязуется информировать Члена Клуба, путем размещения информации на рецепции (входных дверях) Клуба, на информационном стенде для Потребителя и на официальном сайте Клуба в сети Интернет (<http://брайтфит.рф>), в течение 3 (трех) дней с момента возникновения данных событий или с момента, когда Клубу стало известно, что такие события могут возникнуть в будущем.

Администрация Клуба не несет ответственности за вред, причиненный жизни, здоровью и/или имуществу Члена Клуба, если юридический факт наличия вины Администрации Клуба, повлекший причинение вреда, не будет определен в судебном порядке. Клуб не несет ответственности за вред, связанный с ухудшением здоровья Члена Клуба, если состояние здоровья ухудшилось в результате острого заболевания, обострения травмы или хронического заболевания. Клуб не несет ответственности, если причиной нанесения вреда здоровью стало грубое нарушение правил пользования тренажерами и правилами безопасности на воде. Клуб не несет ответственности за технические неудобства, вызванные проведением городскими властями сезонных профилактических и ремонтно-строительных работ.

8.10 Временное (на срок не более 21 (календарных) дней) в течение полугода по причине ремонта, технического обслуживания помещений/оборудования или на другой срок при наступлении обстоятельств, не зависящих от Администрации Клуба) ограничение работы клуба, саун, бассейнов, другого оборудования, также не может являться основанием для требования выплаты Администрацией Клуба любого рода компенсаций.

Следите за информацией на информационных стендах Клуба. Дополнительная информация фитнес-клуба на сайте в сети Интернет: <http://брайтфит.рф>

8.11 Клуб не несет ответственности за неоказание услуг и неудобства, вызванные проведением городскими (районными) властями сезонных профилактических, ремонтно-строительных и аварийных ремонтно-восстановительных работ.

8.12 Во всем остальном, что не предусмотрено настоящим Договором, Стороны руководствуются действующим законодательством РФ.

Приложение № 1 Договора публичной оферты
на оказание услуг по организации и проведению
физкультурных, физкультурно-оздоровительных, спортивных мероприятий и иных услуг

Заявление-анкета (акцепт)

На присоединение к Договору публичной оферты услуг по организации и проведению физкультурных, физкультурно-оздоровительных, спортивных мероприятий и иных услуг

No _____

Адрес фитнес-клуба: _____

Адрес: _____

Паспортные данные:

(указывается по желанию)

Имеются ли медицинские противопоказания к занятиям физической культурой? Укажите хронические заболевания, при их наличии:

Имеются ли у вас дети да нет. Какое количество: , Имя и возраст

| ВИД Клубной карты | Срок клубной карты | Время посещения | «Заморозка», количество дней | Срок активации клубной карты |
|-------------------|--------------------|------------------------|------------------------------|------------------------------|
| | | Раб. дни: Вых. дни: | | |

Стоимость клубной карты:

Специальные условия: _____

1-ый платеж руб. до ___. ___. 201__ г. 3-ий платеж руб. до ___. ___. 201__ г.
2-ой платеж руб. до ___. ___. 201__ г. 4-ый платеж руб. до ___. ___. 201__ г.

2. Система «автопатеж»: ежемесячная сумма безакцептного списания рублей

Укажите контакты своих знакомых, которые хотят заниматься спортом, но по каким-либо причинам не решаются.

(указывается по желанию)

Из каких информационных средств Вы узнали о нашем фитнес-клубе? -

Настоящим подтверждаю свое согласие с условиями Договора-оферты услуг по организации и проведению физкультурных, физкультурно-оздоровительных, спортивных мероприятий и иных услуг. Данный документ является официальным предложением (публичной офертой) фитнес-клуба и содержит все существенные условия предоставления услуг фитнес-клуба. С Правилами посещения фитнес-клуба ознакомлен (-на) и согласен (-сна). Заявление-анкета является неотъемлемой частью акцепта.

(
)

(подпись) _____ (Фамилия, имя, отчество полностью)

Следующая подпись проставляется одним из родителей (законным представителем) ребенка в присутствии работника Клуба при оформлении Клубной карты «Детская карта для Членов клуба младше 14 лет»:

Настоящим подтверждаю свое согласие на посещение моим ребенком фитнес-клуба для занятий спортивно-оздоровительной деятельностью в рамках приобретенной карты. Настоящим подтверждаю свое согласие с условиями Договора оферты на оказание услуг фитнес-клуба. С Правилами фитнес-клуба ознакомлен (-на) и согласен (-сна).

(_____)

(подпись) (Фамилия, имя, отчество полностью)

Контактные данные одного из родителей ребенка либо законного представителя:
Адрес:

Адрес: _____
Контактный телефон: _____

Контактный телефон: _____

*С действующим Договором-оферты можно ознакомиться на официальном сайте фитнес-клуба брайтфит.рф.

Дата заполнения: «__»_____ 202__ г.

(оборотная сторона Приложения № 1)

АНКЕТА

Фамилия

Дата рождения

Адрес: _____

E-mail

являясь законным представителем несовершеннолетнего

приходящегося мне _____
зарегистрированного по адресу:

2. Согласие на запрос и обработку персональных данных

Я даю свое согласие

Я не даю свое согласие

на запрос и обработку, как с использованием средств автоматизации, так и без использования таких средств, персональных данных, содержащихся в настоящей анкете и заявлении-анкете с целью направления мне указанной ниже информации, в том числе на передачу соответствующей информации лицам, привлекаемым к исполнениям указанных действий, в т.ч. на совершение следующих действий: сбор, запись, систематизацию, накопление, хранение, уточнение (обновление, изменение), извлечение, использование, обезличивание, блокирование, удаление, уничтожение, сканирование биометрических персональных данных, при котором осуществляется сбор, запись и систематизация сканируемых биометрических персональных данных (если форматом клубной карты предусмотрено посещение бассейна).

Срок действия согласия (если предоставлено): до истечения шести месяцев с момента отзыва пользователем согласия от получения соответствующей информации.

3. Согласие на получение информации по каналам связи

Я хочу получать информацию об услугах фитнес-клуба в виде смс-сообщений на указанный выше номер сотового телефона

Я не получаю и не хочу получать информацию об услугах фитнес-клуба в виде смс-сообщений на указанный выше номер сотового телефона.

Меня особо интересует следующая информация:

Акции, проводимые компанией

Новости компании

Скидки

Любая возможная информация

4. Порядок отзыва согласия на обработку персональных данных:

для отзыва согласия на обработку персональных данных необходимо подать соответствующее заявление в письменной форме по месту нахождения фитнес-клуба не менее чем за 30 дней до момента отзыва соответствующего согласия. После отзыва согласия персональные данные используются только в целях, предусмотренных законодательством.

5. Я подтверждаю, что, давая согласие, я действую по собственной воле и в своих интересах (в интересах несовершеннолетнего), все указанные в настоящей анкете данные верны, подтверждаю, что указанный выше номер является моим номером телефона, выделенным мне оператором сотовой связи, и готов возместить Исполнителю по ее требованию убытки, причиненные недостоверностью таких сведений в связи с указанием мной некорректных данных в настоящей анкете в полном объеме (ст. 431 2 ГК РФ)

(подпись)

(фамилия, имя, отчество)

Дата заполнения: «___» 202___ г.

физкультурных, физкультурно-оздоровительных, спортивных мероприятий и иных услуг

ПРАВИЛА ВНУТРЕННЕГО РАСПОРЯДКА КЛУБА

В Фитнес-клубе (далее-Клуб) установлены правила (далее-«Правила клуба»), обязательные для всех Клиентов (Членов Клуба). Просим Вас внимательно ознакомиться с настоящими Правилами и придерживаться их. Цель Правил Клуба – создание безопасных и комфортных условий для тренировок. С действующими правилами Клуба Вы всегда можете ознакомиться в зоне «Информация для потребителей» в Клубе и на сайте: <http://брайтфит.рф>. Если кто-либо из Посетителей нарушает Правила Клуба, Администрация Клуба вправе потребовать воздержаться от нарушения, попросить удалиться из Клуба и/или отказатьться от исполнения Договора.

1. Общие условия:

1.1 Клуб открыт для посетителей ежедневно, кроме 1 января, работает с 7:00 до 23:00 по будням, с 09:00 до 22:00 в субботу и с 9:00 до 22:00 во воскресеньи и нерабочих праздничных днях. Режим работы Детского клуба устанавливается индивидуально, согласно графику Клуба. Вы можете пользоваться залами и оборудованием Клуба только в часы его работы. Администрация вправе вносить изменения в расписание работы Клуба, о подобных изменениях Члены клуба будут информированы заранее.

Доступ Пользователей в Клуб для занятий возможен не менее чем за 30 минут до окончания времени посещения, предусмотренного условиями соответствующего Контракта. Тренировочные зоны заканчивают работу за пятнадцать минут до закрытия Клуба. Администрация вправе устанавливать и применять к лицам, нарушающим сроки пользования услугами Клуба, штрафные санкции в соответствии с действующим прейскурантом Клуба.

1.2 Любые претензии, отзывы, замечания и предложения по работе Клуба должны подаваться Администрации в письменной форме путем направления почтовым отправлением, в книге жалоб и предложений или передачей дежурному администратору рецепции под роспись.

1.3. Условием допуска Пользователей к занятиям в Клубе является строгое соблюдение ими требований настоящих Правил, а также утвержденных Администрацией Правил техники безопасности при занятиях в Клубе, правил техники безопасности для отдельных тренажеров, другого оборудования и отдельных тренировочных зон, общепринятых правил гигиены и других норм и правил поведения.

2. Членство в Клубе

2.1 Членство.

Членом клуба может быть физическое лицо старше 14 лет, несовершеннолетние дети возраста с 3 до 13 лет только при условии, что родитель/законный представитель имеет карту Клуба.

Ваше Членство в Клубе является персональным (именным). Срок действия Членства ограничен сроком действия Клубной карты (срок оказания услуг). В соответствии с видом приобретенной Клубной карты Член клуба имеет право на получение следующих базовых услуг, входящих в стоимость клубной карты:

- Посещение тренажерного зала;
- Посещение кардио-зоны;
- Посещение залов групповых программ (согласно расписания Клуба);
- Посещение бассейна (если это предусмотрено видом Клубной Карты);
- Посещение зоны боевых искусств, многофункционального тренинга;
- Доступ в Финскую сауну на территории Клуба;

Посещение Членом Клуба занятий или пользование услугами, не предусмотренными его видом Клубной Карты, приваривается к Разовому визиту и оплачивается в соответствии с действующим Прейскурантом Клуба.

2.2 Оформление.

Членство в Клубе приобретается путем акцепта Членом Клуба оферты, оплаты Услуг, заполнения Анкеты и получения Клубной карты.

2.3 Оплата.

Оплата производится в размере и порядке, определенные в разделе 4 Публичного договора-оферты.

2.4 Клубная карта/ Браслет со встроенным чипом и/или брелок.

Члену Клуба выдается именная Клубная карта, которая одновременно является подтверждением Членства и пропуском в Клуб. При оформлении Клубной карты необходимо сфотографироваться в отделе по работе с клиентами или на рецепции Клуба. Без фотографии Клуб имеет право отказать Члену клуба в предоставлении услуг. Член Клуба не имеет права передавать свою Клубную карту третьим лицам. В случае утери, порчи Клубной карты Членом Клуба дубликат изготавливается на плату, на основании письменного заявления Члена Клуба, в соответствии с действующим прейскурантом.

Фитнес-клуб, оборудованный системой контроля и управления доступом пропуском в Клуб является браслет со встроенным чипом и/или брелоком. При оформлении Членства в фитнес-клуб Член клуба приобретает браслет и брелок, подтверждающий право пользования Услугами. В целях обеспечения безопасности и исключения случаев несанкционированной передачи Клубной карты/браслета/брелока производится фотографирование Членов клуба.

2.5 Приостановление срока оказание услуг - «заморозка».

В случае, если заморозка предусмотрена видом Клубной карты, Член Клуба вправе по письменному заявлению временно приостановить срок оказания Услуг. Заявление должно быть сдано в Клуб не позднее, чем за день до заявляемого срока приостановки в Отдел по работе с клиентами. Срок заморозки составляет от 7 до 30 дней. В течение указанного срока приостановки Клуб не оказывает Члену Клуба Услуги, в том числе дополнительные. В течение Срока заморозки Член Клуба не может посещать Клуб. В случае если клиент досрочно отказывается от указанного в заявлении дней заморозки, то остаток не использованных дней подлежит сгорания. Тем самым клиент не вправе будет обратиться в клуб с просьбой предоставить заморозку по карте.

В случае невозможности посещения Клуба по причине нахождения Члена клуба в командировке в другом городе, действие Клубной карты приостанавливается, однократно, на срок до 30 календарных дней на усмотрение Исполнителя.

В случае болезни Члена клуба, на весь срок его болезни, действие Клубной карты приостанавливается при условии предоставления Членом клуба копии листа нетрудоспособности, и (или) выписки с амбулаторной карты и (или) справки с медицинского учреждения с обязательным указанием о том, что Члену Клуба на период нетрудоспособности или болезни запрещено занятие физической культурой или спортом.

При расторжении договора заморозка, а также приостановление карты по командировочным, больничным листам не производится.

Дополнительная заморозка предоставляется в следующих случаях: наступление беременности, подтвержденная справкой из женской консультации - до 120 (сто двадцати) дней при условии ограничений к занятия физической культурой и посещения бассейна; наступление тяжелой болезни, не позволяющей осуществлять занятия и подтвержденной справкой, выданной медицинским учреждением - до 120 (сто двадцати) дней.

В случае, если Член клуба не уведомил Администрацию Клуба о приостановке Клубной карты и не посещает Клуб, то услуги по настоящему Договору за период, в котором Член клуба не посещал Клуб, считаются оказанными Клубом в полном объеме.

Член клуба вправе приобрести в качестве дополнительной услуги «заморозку» клубной карты сроком на 100 (сто) календарных дней, за исключением приобретенной клубной карты по системе автоплатеж. Стоимость дополнительной услуги определяется в соответствии с действующим в Клубе на момент приобретения Прайс-листом (Прейскурантом).

2.6. Досрочное расторжение Договора.

2.6.1. Досрочное прекращение Членства в Клубе возможно в следующих случаях:

По инициативе Клуба в одностороннем внесудебном порядке в случае нарушения Членом Клуба условий оферты и/или Правил Клуба/Правил техники безопасности;

По соглашению сторон;

По инициативе Члена клуба.

3. Правила пребывания в Клубе

3.1. Ваше здоровье

Просим Вас внимательно относится к состоянию Вашего здоровья. Во избежание получения физической травмы Член Клуба обязан соблюдать правила посещения всех зон Клуба и рекомендации инструкторов, тренеров (сотрудников) Клуба.

Нарушение Членом Клуба Клубных правил, наличие у Него медицинских противопоказаний, выявленных у него после начала оказания услуг и послуживших основанием для временного прекращения оказания услуг, расценивается как Отказ Члена Клуба от оказания услуг в соответствии с Договором. Администрация Клуба может прекратить/ограничить оказание услуг в случае, если действия Члена Клуба нарушают Клубные правила.

При наступлении беременности Член Клуба обязан поставить в Известность Клуб. При беременности Член Клуба, о которой Член Клуба узнал после начала Срока оказания Услуг или которая наступила во время срока оказания Услуг, Член Клуба переводится на занятия по специальному программе для беременных. В этом случае Член Клуба обязан предоставить Клубу Справку из женской консультации о сроке, течении беременности и об отсутствии противопоказаний к занятиям с формулировкой: «Спортивные занятия на суше и аква-аэробику (если предусмотрено клубной картой) для беременных посещать может».

В случае если Член Клуба отказывается от перевода на занятия по указанной программе и/или не предоставляет Справку из женской консультации, Клуб не несет ответственность за состояние здоровья Члена Клуба. Скрывая факт беременности от Клуба, продолжая посещать стандартные занятия в Клубе Член Клуба снимает тем самым ответственность с Клуба и его сотрудников за тренировочный процесс и его последствия.

3.2. Допуск в Клуб

3.2.1. В целях обеспечения безопасности Членов Клуба допуск в Клуб осуществляется предоставления Клубной карты на рецепции Клуба.

Ключи от шкафа в раздевалке выдаются в обмен на идентификационную клубную карту.

Допуск Члена Клуба в бассейн (если предусмотрено видом клубной карты) осуществляется посредством сканирования строения под��ных вен ладоней человека при помощи специализированного терминала.

При входе в Клуб следует надевать бахилы (согласно сезонности) или переодевать уличную обувь.

Члены Клуба обязаны соблюдать чистоту и нормы гигиены во всех помещениях Клуба.

На территории Клуба запрещается:

- курить;
- находиться в нетрезвом состоянии, употреблять спиртные напитки, наркотики и не рекомендованные медицинским персоналом медикаменты;
- приносить и/или хранить любые виды оружия, легко воспламеняющиеся, ядовитые, взрывчатые вещества;
- приносить пищу на тренировочную зону, в раздевалки;
- приводить с собой животных;
- самостоятельно пользоваться кондиционерами, музыкальной и другой аппаратурой Клуба;
- препятствовать соблюдению режимов уборки и проветривания в помещениях Клуба;
- входить на территорию, предназначенную для служебного пользования, за исключением случаев, когда имеется специальное приглашение;
- приносить и пользоваться в помещениях Клуба электробытовыми нагревательными приборами;

-оскорблять посетителей и персонал Клуба, провоцировать или участвовать в драке, совершать иные противоправные действия, нарушающие общественный порядок, угрожающие жизни и здоровью, имуществу, затрагивающие честь и достоинство любых лиц, находящихся на территории Клуба, включая персонал Клуба.

-использовать помещения Клуба и прилегающие территории в политических и религиозных целях, в т. ч. проведения собраний, митингов, обрядов и т.п.

Член Клуба имеет право пребывать на территории Клуба гостей. При этом на гостя распространяется действие настоящих Правил. Член Клуба несет ответственность за соблюдение приглашенными им лицами настоящих Правил, а также солидарную ответственность за указанных лиц в случае причинения ими ущерба имуществу Клуба. Гостевые визиты в Клуб являются платными. При посещении Клуба Гость обязан предъявить документ, удостоверяющий личность (паспорт) или водительское удостоверение, в противном случае Администрация Клуба оставляет за собой право не допустить Гостя до занятий.

3.2.1.1. Член Клуба, а также лицам, его сопровождающим (в т.ч. гостю, приведенному Членом Клуба) запрещено проносить в Клуб, хранить на территории Клуба велосипеды, самокаты, электросамокаты, гидроскутеры, любые другие средства индивидуальной мобильности, и.т.п.

3.3 Правила этикета в Клубе:

3.3.1 Форма одежды

Для тренировок в Клубе необходимо иметь предназначенную для этого обувь и одежду. Верхняя и нижняя части тела должны быть закрыты (используйте футболки, майки, спортивные брюки, шорты, кроссовки, для зоны бассейна* купальный костюм, плавательная шапочка, в душевых и в зоне бассейна необходимы сланцы). Запрещается тренироваться босиком, в пляжных или домашних тапочках, сандалиях и т.п., исключение составляют специальные классы (например, йога). Перед занятиями не рекомендуется использовать парфюмерию с резким запахом. Одежда должна быть чистая, опрятная.

3.3.2 Личная гигиена

Необходимо соблюдать общие нормы гигиены. Принятие душа перед посещением бассейна (если это предусмотрено видом Клубной карты), сауны (хаммама) с применением моющих средств и мочалки **является обязательной процедурой**.

В целях эффективного функционирования систем очистки воды в бассейне ЗАПРЕЩЕНО перед посещением бассейна использовать лосьоны и крема для тела. Соблюдение норм гигиены, использование плавательной шапочки во время занятий **в воде являются обязательными условиями для посещения бассейна**. Рекомендуем использовать индивидуальные питьевые бутылки. Использование стеклянной тары запрещено.

3.4. Правила техники безопасности

3.4.1. При первом посещении Клуба Член клуба проходит вводный инструктаж по технике безопасности и правилам поведения в тренировочных зонах Клуба.

3.4.2. Тренировочные зоны Клуба являются зоной повышенной опасности. Принимая условия публичного договора-оферты, Член клуба подтверждает ознакомление с Правилами и по технике безопасности и обязуется их исполнять. Клуб не несет ответственности за вред здоровью, полученный Членом клуба в процессе тренировки, **если он не соблюдал правила по технике безопасности**, за исключением случаев, если данный вред не явился следствием неисправной работы тренажеров и снарядов.

3.4.3. Администрация Клуба вправе не допустить Члена клуба на тренировку при нарушении вышеизложенных правил.

3.4.4. Во избежание несчастных случаев не разрешается иметь при себе в тренировочном зале предметы, которые могут нанести вред здоровью во время занятий.

3.4.5. При использовании снарядов и тренажеров Членам клуба запрещено:

- самостоятельно устранять неполадки и ремонтировать оборудование;
- использовать оборудование не по назначению;
- передвигать его без разрешения тренера.

3.4.6. Если во время тренировки Член клуба почувствовал слабость, головокружение, одышку или боль, он должен немедленно прекратить занятие и обратиться к тренеру.

3.4.7. Запрещено присутствие детей на занятиях для взрослых.

3.5. Правила посещения групповых программ

3.5.1. «Групповые занятия» – занятия, проводимые тренерами клуба для групп Членов клуба, согласно действующего расписания. Расписание может быть изменено администрацией Клуба.

3.5.2. Администрация оставляет за собой право поменять заявленного тренера и вносить изменения в расписание групповых занятий.

3.5.3. Опоздание на тренировку более чем на 10 минут, опасно для Вашего здоровья. Тренер имеет право не допустить опоздавшего Члена клуба на тренировку.

3.5.4. Все Члены клуба, опоздавшие к началу тренировки, могут заниматься только свободные места в задних рядах, аккуратно и не мешая уже занимающимся Членам клуба.

3.5.5. Не разрешается использовать свою собственную хореографию и свободные веса без соответствующей команды тренера.

3.5.6. Пользоваться мобильными телефонами и иными средствами связи в залах групповых занятий и во время их проведения не разрешается.

3.5.7. Тренировка в уличной обуви запрещена.

3.5.8. Необходимо воздержаться от использования «сильных» парфюмов на время посещения групповых занятий.

3.5.9. Соблюдайте личную гигиену.

3.5.10. После занятия все оборудование должно быть возвращено в специально отведенное для этого места.

3.5.11. На усмотрение Клуба урок может быть снят или переведен на коммерческую основу.

3.5.12. Администрация имеет право изменять количество групповых тренировок, в связи с переходом на летний/зимний периоды.

3.5.13. Во избежание травм Члену клуба рекомендуется посещать занятия, соответствующие уровню его физической подготовки. Член клуба несет персональную ответственность за негативные последствия, вызванные превышением нагрузок.

3.5.14. Членом клуба запрещено во время проведения групповых тренировок свободно находиться на территории группового зала. Член клуба имеет право пользоваться групповыми залом и находящимися в нем инвентарем только в свободное от установленного расписанием Клуба занятий

3.6 Правила посещения тренажерного зала и кардио-зон тренажерного зала.

3.6.1. Перед началом занятий в тренажерном зале Член клуба должен пройти вводный инструктаж по освоению правил эксплуатации тренажеров, техники выполнения упражнений индивидуальной программы Члена клуба.

3.6.2. В целях обеспечения безопасности Член клуба упражнения с максимальными весами рекомендуется выполнять только с разрешения тренера и страховкой (помощь тренера или партнера), использовать при этом тяжелоатлетические ремни, лямки, перчатки.

3.6.3. На тренировках запрещено использование сухой магнезии, детской присыпки.

3.6.4. На время отдыха между упражнениями на тренажере следует освободить его для использования другими занимающимися.

3.6.5. Для соблюдения норм личной гигиены рекомендуется использовать индивидуальные перчатки для фитнеса. При контакте тела с опорными частями тренажера, рекомендуется подкладывать полотенце.

3.6.6. Членам клуба запрещено посещать занятия в Клубе при наличии необработанных механических повреждений кокки (саддин, царапин, порезов).

3.6.7. Во избежание несчастных случаев:

- при работе со штангой необходимо использовать для фиксации блинов замки для грифа;
- для работы со свободными весами необходимо использовать в зале зону, предназначенную для этого;

- необходимо избегать выполнения упражнений со свободными весами (гантелями, штангами, блинами) на близком расстоянии от рядом стоящих людей.

3.6.8. После окончания тренировки необходимо самостоятельно убрать спортивный инвентарь (штанги, гантели, другое незакрепленное оборудование, аксессуары) в специально отведенные места.

3.6.9. Член клуба несет персональную ответственность за негативные последствия, вызванные превышением нагрузок.

3.6.10. На территории фитнес клубов «Брайт Фит» действует запрет для Члена клуба на ведение любой коммерческой деятельности, в том числе продажи любых товаров и оказание услуг. В случае выявления фактов нарушения данного пункта, директор клуба принимает решение о расторжении договора с Членом клуба в одностороннем порядке.

3.6.11. Для правильной тренировки всегда следите указаниям на дисплее тренажера.

3.6.12. Во время занятий на велотренажере ничего не должно мешать движению педалей.

3.6.13. При падении предмета внутри тренажера, отключите его и обратитесь к тренеру.

3.6.14. Не ставьте на тренажер жидкости в открытой упаковке. Бутылку для питья, стаканчик, полотенце можно разместить только на специальной подставке.

3.6.15. Вблизи движущихся частей тренажера не должны находиться одежда, шнурки, полотенца и т.п.

3.6.16. Разрешается надевать обувь с резиновой и рифленой подошвой. Запрещается использовать обувь на каблуках, с кожаной подошвой, шипами. Перед тренировкой проверьте не попали ли в подошву камешки.

3.6.17. Соблюдайте осторожность при заходе на тренажер и сходе с него.

3.6.18. Во избежание травм и падений не оборачивайтесь назад во время тренировки на тренажере.

3.6.19. При тренировке на беговой дорожке во избежание травм:

- запрещается тренировка на беговой дорожке без использования страховочного шнура;
- никогда не вставайте и не сходите с дорожки при движущемся полотне, для этого пользуйтесь боковыми подставками для ног, поручнями для поддержания равновесия и, при необходимости, кнопкой экстренной остановки;

- при низкой и средней скорости движения держитесь за поручни;

- при высокой скорости движения не держитесь постоянно за поручни, в этом случае они предназначены лишь для поддержания равновесия на недолгий промежуток времени, но не предназначены для давления на них;

- никогда не используйте тренажер, если у него имеются повреждения или на его функциональные части попала вода, сразу сообщите об этом Администратору фитнес-клуба.

3.6.20 Член клуба несет персональную ответственность за негативные последствия, вызванные превышением нагрузок.

3.6.21 Члену клуба запрещено самостоятельно, без персонального тренера носить спортивное оборудование в Зал игровых видов спорта (если такой зал имеется в фитнес-клубе).

3.6.22 Член клуба запрещено бросать тяжелые веса на пол вне специально оборудованного подиума, либо резинового покрытия.

3.6.23 Член клуба обязуется пристегивать футбольные ворота при использовании их в своих тренировках.

3.6.24 Члену клуба запрещено использовать для своих тренировок инвентарь арендаторов фитнес-клуба.

3.7 Правила посещений занятий в зоне боевых искусств

3.7.1. Занятия в зоне боевых искусств разрешаются без обуви, либо в специальной обуви (чешки, борцовская обувь, боксерская обувь). Запрещаются занятия в зоне боевых искусств в обуви с жесткой подошвой (туфли, ботинки, сандалии, кроссовки для бега, ходьбы, занятия в тренажерном зале).

3.7.2. Запрещается работа со снарядами без специальной экипировки (перчатки, бинты, накладки). Рекомендуется надевать защитную экипировку в присутствии тренера. Экипировка должна быть индивидуальной, запрещается использовать чужую экипировку.

3.7.3. Спарринги допускаются только с разрешения тренера и под его присмотром.

3.7.4. Запрещается работа со снарядами с нарушением правил эксплуатации (вес на снарядах, удары ногами по снарядам, не предназначенный для этого).

3.7.5. Настоящим Член клуба ставится в известность о том, что зона боевых искусств является зоной повышенного риска. Член клуба самостоятельно несет ответственность за вред здоровью, полученный им в ходе тренировки. Член клуба не может предъявлять Клубу какие-либо требования, связанные с возмещением вреда здоровью Члена клуба, полученному в процессе тренировки.

3.7.6. Члену клуба запрещается находиться в зоне боевых искусств без разрешения тренера во время проведения персональной или групповой тренировки.

3.7.7. Члену клуба запрещается бросать на татами/ринг гири, гантеля, гриф и иной тяжеловесный снаряд.

3.7.8. Члену клуба запрещено бить по снарядам ногами в обуви.

3.8 Правила посещения бассейна (если предусмотрено видом Клубной карты)

3.8.1. Приобретая клубную карту, Член клуба подтверждает, что ни он, ни его несовершеннолетние дети не имеют медицинских противопоказаний для занятий в бассейне и полностью принимает на себя ответственность за состояние своего здоровья и состояние здоровья своих несовершеннолетних детей, посещающих бассейн вместе с ним.

3.8.2. **Администрация фитнес-клуба информирует о том, что в клубе отсутствует детский бассейн, для которого, в соответствии с СанПин 2.1.2.1188-03 установлена температура для детей до 7 лет -30-32 градуса, старше 7 лет -29-30 градусов, за исключением случаев, указанных в п.3.8.6 Договора.**

3.8.3. На территории фитнес-клуба расположен бассейн с категорией «оздоровительный» и в соответствии с СанПин 2.1.2.1188-03 температурный режим может составлять от 26-29 °C.

3.8.4. Родитель/законный представитель акцептируя настоящий договор ознакомлен с правилами посещения бассейна фитнес-клуба, принимает и понимает условия, указанные в пп. 3.8.2,3.8.3 настоящего договора.

3.8.5. Родитель/законный представитель несовершеннолетнего ребенка акцептируя настоящий договор осознает и принимает решение о том, что ребенок будет посещать оздоровительный бассейн с температурным режимом 26-29 градусов.

3.8.6. В случае, если в клубе имеется детская чаша бассейна с температурным режимом 30-32 °C, доступ в такой бассейн предоставляется только детям с 3 до 8 лет, при условии сопровождения его тренером в рамках персональной тренировки или в сопровождении законного совершеннолетнего представителя, имеющим клубную карту с бассейном и действующий допуск. Доступ взрослым и детям с 9 лет в детскую чашу бассейна запрещен.

3.8.7. Администрация фитнес-клуба оставляет за собой право определять плавательные дорожки, по которым Член клуба может плавать, о чем Члена клуба информируют посредством таблички «Идет групповая тренировка», «Идет персональная тренировка», «Аренда» или «Скорстная дорожка».

3.8.8. Администрация фитнес-клуба оставляет за собой право объявлять в течение года нерабочие праздничные и санитарные дни. Информация о прекращении работы бассейна, об изменении в расписании заглаговременно размещается на информационных носителях в фитнес-клубе, официальной группе в социальных сетях.

3.8.9. Перед первым посещением бассейна* Члену Клуба в целях сохранения здоровья и поддержания безопасности **необходимо:**

3.8.4.1. Получить у фитнес-консультанта допуск на возможность посещения водных процедур, допуск оплачивается согласно прейскуранту фитнес-клуба. При наличии медицинской справки, полученной в медицинском учреждении, свидетельствующую об отсутствии у Члена Клуба противопоказаний для посещения бассейна не исключает посещение фитнес-консультанта. В данном случае получение допуска в бассейн производится бесплатно. Медицинская справка, допуск по результатам фитнес-консультанта действительны в течение трех месяцев;

3.8.4.2. пройти сканирование строения подкожных вен ладоней у фитнес-консультанта для допуска Члена клуба в помещение, где расположена чаша бассейна. Сканирование проводится по четным дням с 9 ч. 00 мин. до 22 ч. 00 мин. (время может быть изменено согласно режиму, установленному в фитнес-клубе), перерыв с 15 ч. 00 мин. до 16 ч. 00 мин.

3.8.4.3. Для посещения бассейна в фитнес-клубе, Заказчик обязуется предоставлять на детей дошкольного и младшего школьного возраста (до 10 лет включительно) справку о результатах паразитологического обследования на энтеробиоз в целях соблюдения Постановления Главного государственного санитарного врача России от 28.01.2021 № СанПин 3.3686-21, 4, 3.3686-21, Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы Главного государственного санитарного врача России от 28.01.2021 № СанПин 3.3686-21, 4, 3.3686-21 Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 3.3686-21 "Санитарно-эпидемиологические требования по профилактике инфекционных болезней", № 2.1.0247-21 «Методические рекомендации по обеспечению санитарно-эпидемиологических требований к эксплуатации помещений, зданий, сооружений, оборудования и транспорта, а также условиям деятельности хозяйствующих объектов, осуществляющих продажу товаров, выполнение работ или оказание услуг». Без предоставления указанной справки доступ в бассейн будет запрещен.

3.8.10. Перед посещением бассейна член клуба обязан принять душ (с мылом и мочалкой) без купального костюма. Перед посещением бассейна недопустимо наносить на кожу косметические средства, в том числе содержащие различные масла. **ЗАПРЕЩЕНО находиться в зоне бассейна в спортивной форме, в верхней одежде!**

3.8.11. Члены клуба, опоздавшие более чем, на 15 минут на групповой урок, по усмотрению тренера может быть не допущен до занятия.

3.8.12. При посещении бассейна Член клуба должен иметь: купальный костюм, плавательную шапочку, мочалку, моющее средство, полотенце и резиновые шлепанцы.

3.8.13. Рекомендуется перед занятием в бассейне снять с себя любые ювелирные и иные украшения.

3.8.14. Плавать разрешается только в шапочке и купальном костюме.

3.8.15. Плавать по дорожкам бассейна необходимо, придерживаясь правой стороны.

3.8.16. Недопустима во время занятий на воде жевательная резинка.

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

3.8.18. Если Вы почувствовали озноб или другое недомогание, необходимо выйти из воды самостоятельно или сообщить тренеру, и немедленно обратиться к дежурному тренеру.

3.8.19. Категорически запрещается:

- висеть на дорожках;

- прыгать с бортиков бассейна в воду;

- шуметь, кричать и бегать на территории бассейна;

- посещать бассейн в состоянии алкогольного и любого иного опьянения;

- оправлять естественные надобности в чашу бассейна;

- заниматься дорожкой, на которой находится табличка «Идет групповая тренировка» или «Идет персональная тренировка»;

- приходить в бассейн с открытыми ранами на теле.

3.8.15. Перед тем, как приступить к плаванию оцените обстановку (количество человек на каждой дорожке, скорость плавания, проведения групповых или персональных тренировок).

3.8.16. Выберите дорожку, где Вы будете плавать. Основным критерием при выборе дорожки является скорость. Крайние дорожки предназначены для новичков и плавающих в медленном темпе, а также для детей, которым необходимо ощущать близость бортика.

3.8.17. Соблюдайте правила водного движения, движение осуществляется против часовой стрелки по правой стороне. Обгон осуществляется с левой стороны от обгоняемого. Будьте вежливы друг с другом, если Вы видите, что сзади Вас движется более опытный пловец, примите немного вправо, давая возможность обогнать Вас. Хорошим тоном так же считается пропустить более опытного пловца во время поворота у бортика.

3.8.18. При плавании ориентируйтесь на разметку бассейна, а также на установленные таблички «Аренда», «Скорстная дорожка».

3.8.19. Делая передышку в ходе тренировки, не мешайте движению.

3.8.20 Если Вы вынуждены пересекать бассейн поперек (при смене дорожки или движения к лестнице) будьте особенно осторожны. Пересекая бассейн, подныривайте под разделительными поплавками.

3.8.21 Правила посещения бассейна для несовершеннолетних детей

- Дети от года до трех лет в чашу бассейна допускаются в специальных трусиках, удерживающих физиологические выделения ребенка, и только при условии посещения секций или персональных тренировок.
- Ответственность за жизнь и здоровье ребенка всецело лежит на сопровождающем его лице. В случае посещения ребенком секций или персональных тренировок, ответственность за жизнь и здоровье ребенка несет тренер по плаванию.
- Запрещается переодевать мальчиков старше 4 лет в женской раздевалке, а девочек аналогичного возраста в мужской.
- Подростки с 14 лет допускаются в чашу бассейна при умении держаться на воде без сопровождения взрослого.
- Дети (от 7 до 13 лет включительно) также могут посещать бассейн в составе группы по обучению плаванию. Ответственность за жизнь и здоровье детей во время занятий несет тренер по плаванию, распоряжения которого дети обязаны подчиняться. В случае неоднократного недисциплинированного поведения ребенка, тренер имеет право отстранить его от посещения.

• Присутствие родителей или сопровождающих лиц на занятиях по обучению плаванию допускается только на открытых уроках по предварительному приглашению.

• В целях безопасности допуск к первому занятию по обучению плаванию детей от 6 до 14 лет возможен только после прохождения вводного инструктажа для выявления у ребенка тренером по плаванию навыков держаться на воде. При условии, если ребенок не может держаться на воде, родителям рекомендуется приобрести блок персональных тренировок (3-5 шт.) После того, как ребенок овладел навыками держаться на воде, он может присоединиться к групповым занятиям.

3.8.22 Перечень заболеваний, являющихся противопоказаниями к занятиям на воде

АБСОЛЮТНЫЕ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ:

1. Эпилепсия.
2. Туберкулез.
3. Хронические нагноительные заболевания кожи, пиодермия.
4. Ихтиоз в выраженной форме.
5. Чешуйчатый лишай при значительном распространении.
6. Гельминтозы.
7. Грибковые заболевания кожных покровов, ногтевых пластинок.

ОТНОСИТЕЛЬНЫЕ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ:

1. Сахарный диабет (у детей), учитывая стаж заболевания, инсулинозависимость.
2. Бронхиальная астма (у детей), учитывая частоту приступов, длительность ремиссии.
3. Врожденные или приобретенные пороки сердечных клапанов (степень компенсации).
4. Выраженная форма гипо- или гипертонии.
5. Гипертоническая болезнь.
6. Артериальная гипертония, протекающая с частыми кризами.
7. Выраженная сердечно-сосудистая недостаточность.
8. Ишемическая болезнь сердца, с частыми приступами стенокардии.
9. Диффузный токсический зоб, тиреотоксическая аденоэма.
10. Трофические язвы.
11. Хронический гнойный отит.
12. Инфекционные заболевания в острый период.
13. Хронический нефрит (учитывая длительность ремиссии).
14. Хронические заболевания женских половых органов (с частыми обострениями).
- 3.8.23 Дети, находясь на территории фитнес-клуба, должны соблюдать следующие правила:
- не находиться на бортике бассейна без специальной обуви;
- не бегать по бортику бассейна;
- не прыгать с бортика бассейна в воду;
- не использовать джакузи для плавания и игр;
- не подавать ложные сигналы бедствия, кричать; - не совершать действия, которые могут помешать окружающим.

3.9 Правила посещения Детского клуба.

3.9.1 Время работы Детского Клуба устанавливается индивидуально, согласно графику Клуба. 1 января является нерабочим днем. Администрация вправе вносить изменения в расписание работы Клуба, о подобных изменениях Члены клуба будут информированы заранее. Тренировочные зоны заканчивают свою работу за 15 мин. до закрытия Клуба.

3.9.2 Свободное время пребывания ребенка в Детском клубе ограничено, и составляет в общем сумме 3 часа в день.

3.9.3 Приводить ребенка на занятия в Клуб вправе родитель/законный представитель, либо иное лицо только по заявлению родителя или законного представителя, имеющего действующую Клубную Карту.

3.9.4 Родитель или законный представитель/ иное уполномоченное лицо должен находиться на территории Клуба в течение всего времени пребывания ребенка в Клубе.

3.9.5 Ребенок может находиться на территории Клуба в отсутствие Родителя или законного представителя/ уполномоченного лица только в случаях пребывания ребенка на детской персональной тренировке либо иной официально введенной для ребенка и дополнительно оплачиваемой услуге Клуба.

3.9.6 Родителю или законному представителю/ уполномоченному лицу категорически запрещено оставлять ребенка на территории Клуба без присмотра.

3.9.7 Во время посещения Родителем или законным представителем/ уполномоченным лицом групповых занятий/персональных тренировок/занятий в тренажерном зале, ребенок должен находиться в детской игровой комнате.

3.9.8 Ребенок может передвигаться по территории Клуба только в сопровождении родителя или законного представителя/ уполномоченного лица или инструктора Детского Клуба.

3.9.9 Перед первым посещением Клуба Родитель или законный представитель/ иное уполномоченное лицо должны предоставить Администрации фитнес-клуба справку от терапевта (педиатра), подтверждающую, что ребенок не имеет противопоказаний к физическим нагрузкам.

При отсутствии справки Администрации фитнес-клуба вправе не допустить ребенка до занятий.

3.9.10 Клуб рекомендует Родителю или законному представителю/ уполномоченному лицу внимательно относиться к состоянию здоровья ребенка. Родитель или законный представитель/ иное уполномоченное лицо должен незамедлительно сообщать персоналу Клуба о любых случаях ухудшения самочувствия ребенка во время пребывания в Клубе, а также о любых ограничениях к занятиям физической культурой и спортом.

3.9.11 В случае внезапного ухудшения здоровья ребенка в Клубе, Родитель или законный представитель/ иное уполномоченное лицо обязан незамедлительно забрать ребенка из Клуба. Во избежание инфицирования детей в Клубе Администрация фитнес-клуба имеет право не допустить ребенка с симптомами простуды либо иного инфекционного заболевания до занятий в Клубе.

3.9.12 Для тренировок в Клубе Родителю или законному представителю/ уполномоченному лицу необходимо переодеть ребенка в сменную обувь и одежду (кроссовки, спортивные брюки, шорты, футболки).

3.9.13 Верхнюю одежду необходимо сдавать в гардероб (согласно сезонности).

3.9.14 В верхней одежде и уличной обуви находиться в тренировочных зонах не разрешается.

3.9.15 Администрация Клуба вправе не допустить Родителя или законного представителя/ уполномоченного лица и ребенка на занятия в верхней одежде и обуви.

3.9.16 Запрещается переодевать мальчиков старше 4 лет в женской раздевалке, а девочек старше 4 лет – в мужской раздевалке.

3.9.17 Перед приходом в Детский Клуб с ребенком необходимо снять все ценные вещи и украшения, а также вещи, которые могут представлять опасность для ребенка во время занятий.

3.9.18 Родитель или законный представитель/ иное уполномоченное лицо должны зарегистрировать ребенка в детской игровой комнате и расписаться в журнале регистрации.

3.9.19 Ребенку категорически запрещено находиться в тренажерном зале, залах групповых программ. Родитель или законный представитель самостоятельно несет ответственность за состояние здоровья ребенка в случае нарушения данного пункта.

3.9.20 Ребенку не разрешается приносить в Детский Клуб продукты питания.

3.9.21 Ребенку не разрешается во время нахождения на территории Клуба, в том числе в Детском клубе, проявлять следующее неадекватное поведение: агрессия, истерические состояния, намеренная порча имущества, иное любое поведение, которое создает неудобства и/или дискомфорт для других детей и взрослых, находящихся на территории Клуба, в том числе Детского клуба. Родители или сопровождающие лица в случае нарушения ребенком данных правил обязаны незамедлительно забрать ребенка из Клуба. В случае нарушения Правил, содержащихся в настоящем пункте, ребенком и или его законным представителем два и более раза, Клуб вправе расторгнуть Договор в одностороннем порядке.

3.9.22 Ребенку не рекомендуется приносить из дома игрушки во избежание их возможной поломки или потери.

3.9.23 Для проведения персональной тренировки Родитель или законный представитель/ иное уполномоченное лицо должен привести ребенка к началу занятия и забрать сразу после окончания занятия. Дополнительное время нахождения ребенка с инструктором оплачивается в размере персональной тренировки согласно действующему прейскуранту. При этом каждый неполный час оплачивается по стоимости полного.

3.9.24 Посещение ребенком Детского Клуба строго регламентируется часами его работы. Нахождение ребенка в Детском Клубе после его закрытия оплачивается в размере персональной тренировки согласно прайс-листи, действующему на день осуществления визита.

3.9.25 Во время пребывания ребенка в Клубе ответственность за жизнь и здоровье ребенка несет Родитель или законный представитель/ иное уполномоченное лицо. Клуб несет ответственность за безопасность ребенка только во время его пребывания в детской игровой комнате, на персональной тренировке или на иной официально введенной дополнительно оплачиваемой услуге.

3.9.26 Клуб не несет ответственность за безопасность ребенка в Клубе, в том числе и во время нахождения ребенка в детской игровой комнате, на персональной тренировке либо на иной официально введенной дополнительной оплачиваемой услуге Клуба, в случае:

- Предоставления неверных сведений о состоянии здоровья ребенка;
- Невыполнение рекомендаций инструктора.

3.9.27 Родитель или законный представитель/ иное уполномоченное лицо в полном объеме несет ответственность за вред, причиненный ребенком имуществу Клуба.

3.9.28 Родитель или законный представитель/ иное уполномоченное лицо обязуется ознакомить с условиями Договора и настоящими Правилами уполномоченных лиц, и несет солидарную ответственность за указанных лиц, в случае причинения ими ущерба имуществу Клуба.

3.9.29 Порядок использования Детских гостевых визитов

3.9.30 Детский гостевой визит является Дополнительной услугой, которой могут воспользоваться Члены клуба, являющиеся родителями приглашаемых детей.

3.9.31 Детский гостевой визит включает в себя разовое посещение ребенком Детской комнаты не более 3-х часов в течение одного дня с правом участия ребенка в групповых мероприятиях, предусмотренных расписанием Детского клуба.

3.9.32 Посещая клуб на основании Детского гостевого визита дети, родители и/или сопровождающие лица обязаны соблюдать Правила клуба, Правила детского клуба, раздел Правил детского клуба «Правила детских гостевых визитов».

Порядок посещения Детской комнаты

3.10.1 В Детскую комнату приглашаются дети в возрасте от 3 лет до 13 лет включительно, являющиеся Членами клуба.

3.10.2 Оставление ребенка в Детской комнате, родителю или законному представителю/ иному уполномоченному лицу необходимо зарегистрировать ребенка в журнале посещений, сообщить инструктору Детского клуба об индивидуальных особенностях ребенка, а также о месте нахождения родителя в Клубе и контактный телефон.

3.10.3 Присутствие родителей или законных представителей/ иных уполномоченных лиц в Детской комнате не разрешается. Если родители не уверены, что ребенок может оставаться в детской комнате без родителей, они могут сократить время его пребывания в Детской комнате.

3.10.4 Рекомендуемое время пребывания ребенка в Детской комнате – не более 3-х часов в течение одного дня.

3.10.5 Не разрешается приходить в Детскую комнату с продуктами. Для кормления ребенка родители или законные представители/ иные уполномоченные лица могут воспользоваться услугами бара Клуба.

3.10.6 Оборудование Детской комнаты проходит дезинфекционную обработку, поэтому запрещается детям приносить в Детскую комнату личные игрушки из дома.

Порядок посещения тренировок Детского клуба

3.11.1 До начала пользования услугами, Родитель или законный представитель/ иное уполномоченное лицо должны предоставить Администрации фитнес-клуба от терапевта (педиатра), подтверждающую, что ребенок не имеет противопоказаний к физическим нагрузкам. При отсутствии справки Администрации фитнес-клуба вправе не допустить ребенка до занятий.

3.11.2 Тренировки для детей в форме групповых занятий с инструктором детского клуба проводятся в соответствии с расписанием Детского клуба. Клуб оставляет за собой право в одностороннем порядке вносить изменения в расписание Детского клуба и/или менять заявленного инструктора.

3.11.3 Все физкультурно-оздоровительные и иные мероприятия детского клуба, разработаны с учетом психологических и физиологических особенностей детей разного возраста. В целях безопасности и повышения эффективности тренировочных процессов посещение детьми физкультурно-оздоровительных мероприятий в форме групповых занятий с инструктором детского клуба разрешено только в соответствии с возрастом, указанным в Расписании Детского клуба. Инструктор детского клуба вправе не допустить ребенка для участия в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, не соответствующих его возрасту и/или физическому развитию.

3.11.4 Для тренировок в Клубе Родителю или законному представителю/ уполномоченному лицу необходимо передать ребенка в сменную обувь и одежду (кроссовки, спортивные брюки, шорты, футболки).

3.12 Пользование полотенцами.

Фитнес-клуб выдает полотенце в количестве одной штуки, если это предусмотрено форматом клубной карты (только для карт с бассейном), в специально отведенных местах в порядке, установленном в Клубе. Полотенца являются собственностью Клуба, снабжены чипами и не подлежат выносу за его пределы. Перед выходом из Клуба использованное полотенце следует сдавать в специально отведенное место. Использовать полотенца допускается только по их прямому назначению. Бросать полотенца на пол или прятать ими обувь недопустимо. В случае нарушения данного правила Клуб вправе отказать Члену Клуба в использовании данной услуги путем расторжения договора или изменения вида Клубной Карты. Просим Вас обращаться бережно с предоставляемыми полотенцами. В случае повреждения/утери Член Клуба обязан возместить стоимость полотенца.

4. Дополнительные услуги, не входящие в предмет договора.

На территории Клуба и в зависимости от наличия, Члены клуба вправе получить дополнительные услуги, оказываемые как Клубом, так третьими лицами, осуществляющими

предпринимательскую деятельность на территории Клуба в соответствии и на основании заключенных с Клубом гражданско-правовых сделок. Перечень и стоимость дополнительных услуг не являются закрытым и могут быть изменены по усмотрению Администрации Клуба. Условия и порядок приобретения/пользования дополнительными услугами Член Клуба может уточнить на рецепции. При приобретении дополнительных услуг необходимо ознакомиться с правилами пользования ими и выполнять данные правила. К числу наиболее распространенных дополнительных услуг в частности, но не ограничиваясь, относятся:

4.1. Услуги Фитнес бара. В Фитнес-баре Вы, сможете приобрести сопутствующие товары не лекарственной группы.

4.2. Персональные тренировки (далее - ПТ).

Персональная тренировка (далее - ПТ) – платное индивидуальное занятие, проводимое для Члена Клуба по персонально составленной для него программе, исходя из его пожеланий, его уровня физической подготовки и состояния здоровья и включающая в себя:

- * демонстрацию техники выполнения упражнений;
- * разбор особенностей и вариаций техники выполнения упражнений;
- * контроль соблюдения клиентом техники выполнения упражнений;
- * контроль выполнения клиентом объема упражнений (количество повторений в подходе, количество подходов, вес снаряда), а также дача рекомендаций по изменению объема упражнения.

Персональной тренировкой, носящей скрытый или явный характер, не оформленную как услугу в Клубе, можно считать следующую услугу между двумя Членами клуба или Членом клуба и партнером:

- внимание и время, посвященное члену клуба превышает 10 минут
- при выполнении упражнения происходит контроль за техникой выполнения, анализ и/или подсчет количества повторений и подходов упражнения устно или письменно
- совместное взаимодействие было проведено на двух и более тренажерах или упражнениях

Скрытая персональная тренировка не допустима на территории клуба.

График проведения тренировок определяется заранее совместно с Исполнителем фитнес-клуба. Стоимость данной услуги определяется Прейскурантом Клуба.

Если Вы не знаете, какая программа занятий Вам подходит, то с выбором Вам помогут определиться персональный тренер. Персональные тренировки осуществляются в соответствии с нижеизложенными условиями проведения персональных тренировок:

- Персональная тренировка (Далее также - ПТ) является дополнительной отдельно оплачиваемой услугой, которая может быть оказана Члену Клуба **исключительно тренерами Клуба** и исключительно в помещении Клуба, на оказание услуг в котором заключен Договор.

- Стоимость услуг по ПТ определяется в соответствии с действующим в Клубе на момент приобретения Прайс-листом (Прейскурантом), исходя из категории тренера, который будет проводить ПТ.

- Оплата услуг по ПТ производится Членом Клуба или уполномоченным им лицом единовременно путем стопроцентной предоплаты не позднее дня начала оплачиваемого периода ПТ. Расчеты осуществляются в наличной или безналичной форме в рублях РФ. Оплата услуг наличными и по кредитным картам производится исключительно в кассу Клуба или через платежный терминал. В случае отсутствия чека, подтверждающего факт оплаты услуг по ПТ, претензии по качеству или не проведению ПТ не принимаются.

- Продолжительность одной персональной тренировки составляет не более 60 (Шестьдесят) минут.

- Запись на ПТ производится заранее, не менее чем за одни сутки до первой тренировки, по согласованию с персональным тренером.

- В случае опоздания Члена Клуба на персональную тренировку, время проведения персональной тренировки уменьшается на время опоздания.

- Отмена персональной тренировки или ее перенесение на другое время (с сохранением оплаты) может быть произведена не менее чем за 12 часов до ее начала. В противном случае услуга является оказанной и количество персональных тренировок для Члена Клуба уменьшается на одну ПТ.

Период оказания услуг по персональному тренингу начинается со дня приобретения (оплаты) блока персональных тренировок. Все персональные тренировки должны быть использованы в установленный клубом срок, но до окончания срока действия клубного членства или клубной карты в Клубе.

Период оказания услуг по приобретенному блоку ПТ составляет:

- 1 тренировка- 365 календарных дней с даты ее приобретения;
- блок из 4 персональных тренировок – 40 дней с момента приобретения,
- блок из 8 персональных тренировок – 70 дней с момента приобретения,
- блок из 12 персональных тренировок – 100 дней с момента приобретения.

Клуб обязуется оказывать Члену клуба услуги по ПТ в течение Периода оказания услуг по ПТ. По истечении Периода оказания услуг по ПТ неиспользованные персональные тренировки на следующий срок не переносятся и оплаченные за них денежные средства не возвращаются.

- Период оказания услуг по проведению Разовой персональной тренировки, занятия в минигруппе, сплит-тренировки, секции, услуги по анализу состава тела может быть использована в период срока действия клубной карты, но не позднее срока окончания действия клубной карты. Если Заказчик не пользуется услугами Исполнителя в установленный срок их использования, стоимости пропущенных занятий Заказчику не возмещается, занятия не переносятся на другое время и срок действия клубной карты /действия Договора не продлевается.

- 1 тренировка- 365 календарных дней с даты ее приобретения;
- блок из 4 секций – 40 дней со дня приобретения,
- блок из 8 секций– 70 дней со дня приобретения
- блок из 12 секций – 100 дней со дня приобретения

Если Заказчик не пользуется услугами Исполнителя в установленный срок их использования, стоимости пропущенных занятий Заказчику не возмещается, занятия не переносятся на другое время и срок действия клубной карты /действия Договора не продлевается

- Клуб оставляет за собой право предоставлять другого тренера для проведения персональной тренировки в случае невозможности оказания услуг тренером, с которым была достигнута первоначальная договоренность.

- При отказе Члена Клуба от ПТ стоимость фактически использованных Членом клуба персональных тренировок рассчитывается исходя из стоимости одной персональной тренировки (по прейскуранту, действующему на момент заключения договора). Все расчеты с Членом клуба при отказе от ПТ, если такие будут, осуществляются в течение 10 (десяти) календарных дней со дня поступления заявления Члена клуба об отказе от ПТ.

- В случае нарушения Членом клуба Правил Клуба и условий Договора, Клуб вправе в одностороннем порядке отказаться от предоставления Члену клуба услуг по ПТ. При этом, Договор считается расторгнутым на 7 (седьмой) календарный день с даты направления Уведомления о расторжении Договора Заказчиком или ценным почтовым отправлением. В случае, если Уведомление о расторжении Договора вручено Члену Клуба лично Договор считается расторгнутым с даты вручения Уведомления о расторжении Договора.

- Оплачивая услуги по ПТ, Член Клуба заявляет и подтверждает, что он не имеет медицинских противопоказаний для посещения Клуба и получения услуг, в том числе по ПТ. Клуб не несет ответственность за вред, причиненный здоровью Члена Клуба в результате недостоверности предоставленных, либо непредставленных Членом Клуба сведений о состоянии здоровья Члена Клуба, а также по вине Члена Клуба. Клуб не несет ответственности за вред здоровью и/или имуществу Члена Клуба, причиненный действиями третьих лиц.

- Клуб имеет право в одностороннем порядке отказать в предоставлении Члену Клуба услуг по ПТ без объяснения причин. В этом случае Клуб возвращает Члену Клуба соответствующую сумму денежных средств, составляющую стоимость услуг, которые не будут оказаны Члену Клуба на момент отказа Клуба от предоставления услуг по ПТ.

Клуб вправе предоставить Члену клуба по своему усмотрению и в любое время оказания услуг предоставить «бонусную» услугу в виде одной персональной тренировки. В случае

предоставления клиенту данной «бонусной» услуги срок ее действия составляет 90 календарных дней с момента предоставления Клубом.

В случае приобретения услуг блока Персональных тренировок/секции в фитнес-клубы сети при дополнительном формате «Мультидоступ» или «Вся сеть», приобретенные блоки дополнительных услуг должны быть использованы Членом клуба только в том, клубе, где была куплена дополнительная услуга.

4.3. Разовые визиты. Член Клуба в установленном порядке может пригласить гостей (разовый визит) в целях ознакомления гостя с Клубом (друзья, родственники, коллеги). Гость на территории Клуба может пользоваться услугами только той зоной, которая относится к виду Клубной карты прислал ею Члена Клуба и соответствует виду клубного членства, за исключением зоны бассейна. На гостя распространяются Клубные правила, которым он обязан следовать. Дополнительные услуги оказываются гостю на той же основе, что и Члену клуба. Ответственность за соблюдение гостем Клубных Правил возлагается на Члена Клуба. При посещении Клуба гостем и оформлении разового визита, в отделе по работе с клиентами Клуба, гость должен иметь при себе документ, удостоверяющий личность. Администрация Клуба оставляет за собой право приостановливать на неопределенный количества времени и пересматривать условия оформление и предоставление Разовых визитов Членам Клуба по причине регулирования процесса заполнения Клуба.

4.4. Гардероб, шкафчики, сейфи.

Верхнюю одежду необходимо сдавать в гардероб (работает согласно сезона). Шкафчики в раздевалке предоставляются Членам Клуба на время их пребывания в Клубе и используются для хранения, одежды, обуви и личных вещей, за исключением ценных (стоимостью свыше пяти тысяч рублей). Перед уходом из Клуба арендованный ключ от шкафчика должен быть сдан на reception Клуба. Не разрешается оставлять свои вещи в шкафчиках после пребывания в Клубе. Член клуба не должен оставлять личные вещи и одежду без присмотра вне мест соответствующего хранения. За утрату оставленных без присмотра, а равно вне мест соответствующего хранения, вещей Члена Клуба, Клуб ответственности не несет. Количество ячеек сейфа ограничено, Администрация Клуба не гарантирует наличие свободных ячеек. Член клуба одновременно может арендовать не более 1 (одной) сейф-ячейки, если иное не согласовано с Администрацией Клуба.

По желанию, Член Клуба может арендовать на определенный срок персональный шкаф или сейфовую ячейку в количестве не более 1 (одного) шкафчика на 1 Члена клуба, если иное не согласовано с Администрацией Клуба. В этом случае допускается хранение личных вещей в оплаченный период. Стоимость и сроки аренды определяются в соответствии с действующим в Клубе на момент оплаты Прейскурантом. Количество шкафчиков для аренды ограничено, Администрация Клуба не гарантирует наличие свободных шкафчиков для аренды, и самостоятельно определяется количество шкафчиков, которые могут быть сданы в аренду .

В случае аренды персонального шкафчика Члену Клуба после оплаты аренды предоставляется в исправном состоянии шкаф, а также ключ от него на период нахождения Члена Клуба на территории Клуба. Одновременно Член Клуба может арендовать не более 1 (одного) шкафчика. Член Клуба обязуется возвращать ключ от арендованного шкафа на reception Клуба перед каждым уходом из Клуба . Член Клуба не вправе передавать арендованный шкаф третьему лицу. Член Клуба использовать шкаф согласно его назначению, не хранить взрывоопасные, пожароопасные, токсичные и сильно пахнущие вещества, любые виды огнестрельного, газового и холодного оружия. В случае порчи шкафа или его замка, потери ключа или замка, Член Клуба обязан на основании счета и претензии/требования Клуба возместить стоимость ремонта шкафа, замка и его установки или возместить стоимость утерянного замка, ключа в течение 2 календарных дней с даты получения от Клуба соответствующего требования (устного или письменного).

В арендувшем шкафчике, Члену Клуба запрещено хранить личные вещи, общая стоимость свыше 5 000 (пять тысяч) рублей 00 копеек. Личные вещи Члена Клуба, общая стоимостью свыше 5 000 (пять тысяч) рублей 00 копеек должны храниться в сейф-ячейках, аренда которых оплачивается отдельно.

Клуб не осуществляет контроль над имуществом, помещенным арендаторами в Шкафчик, в связи с чем не принимает опись с перечислением имущества и не ведет учет сведениям о содержимом Шкафчика не принимает оставленные вещи в арендованном шкафчике на хранение. Аренда шкафчика не подразумевает идентификацию оставленного в шкафчике имущества и контроль Клуба над вложением и изъятием имущества, не оказывает услуги хранения или охраны имущества. В случае, если после завершения срока аренды шкафчика Клуб обнаружит в шкафчике имущество, то стороны определили, что в отношении этого имущества будет действовать режим бесхозяйной вещи.

В случае аренды сейф-ячейки Члену Клуба после оплаты аренды предоставляется в исправном состоянии 1 (одна) сейф-ячейка, а также ключ от нее на период нахождения Члена Клуба на территории Клуба. Член Клуба обязуется возвращать ключ от сейф-ячейки на reception Клуба перед каждым уходом из Клуба . Член Клуба не вправе передавать сейф-ячейку третьему лицу. Член Клуба использовать сейф-ячейку согласно его назначению, не хранить взрывоопасные, пожароопасные, токсичные и сильно пахнущие вещества, любые виды огнестрельного, газового и холодного оружия. В случае порчи сейф-ячейки или его замка, потери ключа, Член Клуба обязан на основании счета и претензии/требования Клуба возместить стоимость ремонта шкафа, замка и его установки или возместить стоимость утерянного ключа в течение 2 календарных дней с даты получения от Клуба соответствующего требования (устного или письменного).

Клуб не осуществляет контроль над имуществом, помещенным арендаторами в сейф-ячейку, в связи с чем не принимает опись с перечислением имущества и не ведет учет сведениям о содержимом сейф-ячейки не принимает оставленные вещи в арендованной сейф-ячейке на хранение. Аренда сейф-ячейки не подразумевает идентификацию оставленного в ней имущества и контроль Клуба над вложением и изъятием имущества, не оказывает услуги хранения или охраны имущества.

Забытые Членами клуба вещи, если они были обнаружены на территории Клуба, в т.ч. средства личной гигиены, на хранение не принимаются и подлежат утилизации со дня их обнаружения вне зависимости от их стоимости. За забытые или оставленные без присмотра вещи Клуб ответственности не несет. При этом, при обнаружении забытых вещей Клуб вправе зарегистрировать их на reception Клуба в «Журнале учета оставленных и потерянных вещей», однако, не возмещает стоимость вещей в случае их утраты.

Информацию об оставленных и потерянных вещах можно узнать на reception Клуба.

Клуб оставляет за собой право внесения изменений в Прейскурант.

Клуб вправе вскрыть любой шкаф/сейфовую ячейку по окончании оплаченного периода аренды. Забытые Членами клуба вещи, если они были обнаружены на территории Клуба, в т.ч. по оставленные в шкафчике по истечении оплаченного срока аренды шкафчика/сейф-ячейки, на хранение Клубом не принимаются и подлежат утилизации со дня их обнаружения. За утерянные или оставленные без присмотра вещи Клуб ответственности не несет и не возмещает их стоимость. При этом, при обнаружении забытых вещей Клуб вправе зарегистрировать их на reception Клуба в «Журнале учета оставленных и потерянных вещей», однако, не выплачивает их стоимость в случае утраты.

За потерю (порчу) имущества Клуба (номерка от гардероба, ключа от шкафчика или ключа от сейфа и др.) Член Клуба возмещает их стоимость в соответствии с действующим Прейскурантом. Если Член Клуба при получении вещей не предъявил претензий, вещи считаются выданным ему в том же состоянии, в котором были получены от Члена Клуба.

Клуб оставляет за собой право ежедневно в конце работы фитнес-клуба осматривать шкафчики, расположенные в раздевалке и в случае обнаружения личных вещей изъять их из шкафчика. Все оставленные вещи в шкафчиках в раздевалках на территории клуба (не в аренде) регистрируются на reception Клуба в «Журнале учета оставленных и потерянных вещей» и хранятся в течение 14 (четырнадцати) дней. По истечении срока хранения Клуб не несет ответственности за оставленные вещи и не возмещает их стоимость в случае утраты. Информацию об оставленных и потерянных вещах можно узнать на reception Клуба.

4.5. Услуги кабинета эстетики тела, солярия.

4.5.1 Эстетика тела – комплекс уходовых процедур, основным назначением которого является восстановление естественной красоты тела человека и возвращение его в нормальное функциональное состояние.

Клуб обязуется оказать Члену клуба услуги кабинета эстетики тела после внесения 100% предоплаты за услуги в соответствии с действующим прайс-листом Клуба.

Клуб приступает к оказанию Услуги после согласования с Членом клуба времени и даты. В случае опоздания Член клуба на назначенное время и дату более 15 минут и/или не уведомления Член Клуба за 12 часов до начала оказания Услуги о невозможности прийти в назначенное время и дату, Услуги считаются оказанными, посещение по абонементу не восстанавливается, денежные средства возврата не подлежат.

Член клуба вправе приобрести блок процедур (услуг). Срок действия блока услуг кабинета эстетики тела составляет:

1 процедура - 365 календарных дней с даты ее приобретения;

3 процедуры (*действует только при проведении акции в фитнес-клубе) – 60 календарных дней с момента приобретения;

5 процедур – 55 календарных дней с момента приобретения;

10 процедур – 85 календарных дней с момента приобретения

Период оказания услуг начинается со дня приобретения (оплаты) блока кабинета эстетики тела.

В период проведения акций со специальными условиями и/или при предоставлении скидок, количество процедур в блоке, а также период, в течение которого они должны быть использованы могут отличаться от количества процедур в блоке и периода их использования, установленных в настоящем пункте Договора, что доводится до сведения Членов Клуба размещением соответствующего Приказа в уголке потребителя.

Если Член клуба не пользуется услугами Клуба в соответствии с приобретенным блоком и в установленные сроки его использования, стоимость пропущенных процедур Члену клуба не возмещается, процедуры не переносятся на другое время и срок блока не продлевается.

Клуб вправе предоставить Члену клуба по своему усмотрению и в любое время оказания услуг предоставить «бонусную» услугу в виде процедуры по эстетике тела продолжительностью 30 минут. В случае предоставления клиенту данной «бонусной» услуги срок ее действия составляет 90 календарных дней с момента предоставления Клубом.

4.5.2 **Солярий** - специально оборудованная открытая площадка для проведения дозированных облучений прямым или рассеянным излучением, полученным от специальных эритемных ультрафиолетовых ламп.

Клуб обязуется оказать Члену клуба услуги солярия после внесения 100% предоплаты за услуги в соответствии с действующим прайс-листом Клуба.

Клуб приступает к оказанию Услуги после согласования с Членом Клуба времени и даты. В случае опоздания Член клуба на назначенное время и дату более 15 минут и/или не уведомления Клуба за 1 час до начала оказания Услуги о невозможности прийти в назначенное время и дату, Услуги считаются оказанными, посещение по абонементу не восстанавливается, денежные средства возврата не подлежат.

В случае приобретения абонемента, все минуты по абонементу должны быть использованы Членом клуба в установленный Клубом срок до окончания действия абонемента, а именно:

- 30 минут – 45 календарных дней с момента приобретения;

- 50 минут – 60 календарных дней с момента приобретения;

- 100 минут – 90 календарных дней с момента приобретения;

- 200 минут – 120 календарных дней с момента приобретения.

Период оказания услуг начинается со дня приобретения (оплаты) абонемента.

В период проведения акций со специальными условиями и/или при предоставлении скидок, количество минут солярия в блоке, а также период, в течение которого они должны быть использованы могут отличаться от количества минут солярия в блоке и периода их использования, установленных в настоящем пункте Договора, что доводится до сведения Членов Клуба размещением соответствующего Приказа в уголке потребителя.

Если Член клуба не пользуется услугами Клуба в соответствии с приобретенным абонементом и в установленные сроки его использования, стоимость пропущенных минут Члену клуба не возмещается, минуты не переносятся на другое время и срок абонемента не продлевается.

4.5.2.1. Правила посещения солярия:

В первую очередь, необходимо посетить врача, если вы принимаете какие-нибудь сильные препараты. Они могут стимулировать развитие allerгии.

Для равномерного и длительного загара в студии необходимо использовать специальные косметические кремы. Их применяйте до и после сеанса. Обязательное требование: средство необходимо подбирать согласно вашему типу кожи;

Процедуру необходимо проходить без макияжа и без каких-либо аксессуаров (кольца, серьги, браслеты, цепочки и другие);

Посещать солярий категорически запрещено перед и после запланированных косметологических процедур – пилинг, механическая или химическая чистка, мезотерапия, эпиляция;

Перед походом в студию следите, чтобы кожа была увлажненной. Для этого накануне не пользуйтесь обычным мылом и средствами с содержанием щелочи.

Запрещено перед процедурой ходить в сауну или баню.

Чтобы загар был полезным, а также избежать нежелательных последствий, используйте специальные очки, стикеры и головной убор;

Каждый день принимать ультрафиолетовые ванны не стоит. Дерматологи говорят, что следующий сеанс должен быть через 48 часов. За это время эпидермис восстанавливается от полученного стресса, нормализуется водный баланс в клетках и полноценный вырабатывается витамин D;

Если вы уже достигли желаемого результата, удержитесь от посещения солярия 2-3 недели.

В кабинку берите всегда с собой одноразовые бумажные полотенца и стелите себе под стопы. Вы позаботитесь о собственной гигиене и предотвратите развитие грибка.

Для загара в солярии также можно пользоваться бронзатором. Он помогает ускорить процесс и бронзовый оттенок кожи держится дольше.

Не пользуйтесь услугами соляриев, если у вас менструации. Это может вызвать пигментацию кожи или, вообще, не принесёт никакого результата.

4.5.2.2. Рекомендации посещения солярия в зависимости от типа кожи:

Если у Вас белая кожа с большим количеством веснушек и родинок, голубые глаза, светлые или рыжие волосы, вам необходимо находиться в кабинке солярия минимальное время (3 минуты) иначе не избежать ожогов. Настройки мощности ультрафиолетовых ламп должна быть на низких значениях. Не забывайте наносить антизагарное средство с максимальным фактором защиты.

Если у Вас светлая кожа, темные волосы, то можно находиться в солярии до 5 минут при средней мощности излучения. Обязательно используйте специальные защитные кремы.

Если у Вас оливковая кожа, карие глаза, каштановые волосы, Вам можно находиться в солярии до 10 минут. В течение первых сеансов подготовьте кожу, поэтому выставьте настройки работы бокса на средние значения, только потом – максимальные.

Если у Вас темная кожа, то Вам можно находиться в солярии до 20 минут.

4.5.2.3. Член Клуба самостоятельно выбирает количество минут нахождения в солярии необходимое ему для загара. Клуб не несет ответственность за последствия в виде ожогов и иных неблагоприятных последствий в связи с неправильно подобранным Членом Клуба количеством минут для загара в солярии и (или) в связи с несоблюдением рекомендаций и Правил, установленных настоящим Договором публичной оферты.

4.6. Секции, фитнес-направления:

Секции групповых программ, бассейна (если предусмотрено видом Клубной карты), тренажёрного зала, зоны функционального тренинга, зала игровых видов спорта (при наличии такого Зала в фитнес-клубе) (далее по тексту – Секция) – платное групповое занятие, предоставляемое тренерами одновременно для нескольких Членов клуба (может быть оказана

от 1 человека), время проведения которого устанавливается в расписании групповых занятий на официальном сайте клуба и (или) в мобильном приложении .

Секция детского клуба (далее по тексту – Секция) - платное групповое занятие, предоставляемое инструкторами детского клуба для Членов клуба.

Обратить внимание: Отмена/перенос занятий со стороны клиента осуществляется не позднее, чем за три часа до занятия по графику. Если тренировка на 8, 9, 10, 11 утра, то сообщить об отмене занятия следует не позднее 21 часа предыдущего дня. В противном случае занятие считается проведенным и переносу, и возврату оплаты не подлежит. Об отмене/переносе занятия Член клуба сообщает тренеру или на reception Клуба по телефону, указанного на сайте брайтфит.рф, если звонок у тренера не зафиксирован, то занятие считается проведенным, переносу и возврату оплаты не подлежит.

Отмена/перенос занятий со стороны Тренера осуществляется не позднее, чем за 3 (Три) часа до предполагаемого занятия. Отмена/перенос занятий со стороны Тренера осуществляется в крайних случаях, не зависящих от Тренера.

Виды, объемы и стоимость посещения секций определяются прейскурантом Клуба. Оплата секции происходит по системе 100% предоплаты.

Клуб предоставляет возможность посещения секций Членами клуба после предварительной оплаты на reception Клуба, согласно действующему прейскуранту и условиям их предоставления.

Секции могут добавляться и удаляться по решению Клуба в одностороннем порядке, при этом Члены клуба информируются путем размещения соответствующей информации на reception Клуба, или в официальных социальных сетях Клуба, или в мобильном приложении.

При посещении секции необходимо иметь спортивную одежду и обувь согласно требованиям Правил клуба.

Тренер или инструктор вправе не допустить Члена клуба в случае отсутствия одежды и/или обуви согласно требованиям Правил клуба.

Абонемент в секцию - заранее оплаченное конкретное количество занятий в секции, условно объединенных определенными задачами и подтверждающее право Члена клуба на посещение занятий.

Все тренировки должны быть использованы в установленный клубом срок, но до окончания срока действия договора (клубного членства или клубной карты):

4 занятия – 30 дней с даты приобретения абонемента;

8 занятий – 60 дней с даты приобретения абонемента.

В случае перехода Члена клуба в фитнес-клуб с имеющимся остатком услуг секции клуба-партнера срок действия составляет 90 календарных дней с момента акцепта Договора.

Если Член клуба не пользуется услугами Клуба в соответствии с приобретенным абонементом и в установленные сроки его использования, стоимость пропущенных тренировок Член клуба не возмещается, тренировки не переносятся на другое время и срок абонемента не продлевается.

Абонемент услуги «фитнес-направления» - заранее оплаченное конкретное количество часов по услуге по присмотру за несовершеннолетним ребенком в детском клубе.

Абонемент должен быть использован в установленный клубом срок, но до окончания срока действия договора (клубного членства или клубной карты), 1 (одно) занятие равно одному часу услуги «фитнес-направления»:

1 занятие – 30 дней с даты приобретения услуги;

8 занятий – 60 дней с даты приобретения услуги.

Если Член клуба не пользуется услугами Клуба в соответствии с приобретенным абонементом и в установленные сроки его использования, стоимость пропущенных тренировок Член клуба не возмещается, услуга не переносятся на другое время и срок абонемента не продлевается.

Членом клуба возможно разово воспользоваться услугой не более 2 занятий за один раз из блока.

4.7. Аренда полотенец

Член Клуба (Заказчик) имеет право получить предоставляемые Исполнителем (фитнес-клубом) полотенца в аренду при их наличии у Исполнителя (фитнес-клуба).

Полотенца выдаются в специально отведенных местах в порядке, установленном в Клубе. Полотенца являются собственностью Клуба, снабжены чипами и не подлежат выносу за его пределы.

Стоимость аренды определяется в соответствии с действующим в Клубе на момент оплаты Прейскурантом. Клуб оставляет за собой право внесения изменений в Прейскурант без предварительного уведомления Заказчика.

Срок аренды – с момента оплаты стоимости аренды полотенца до окончания посещения Фитнес-клуба/секции Членом Клуба (Заказчиком), но не более окончания времени работы Фитнес-клуба в текущий день аренды. Перед выходом с территории фитнес-клуба Член Клуба (Заказчик) обязан сдать арендованное полотенце в специально отведенные места.

Использование полотенец должно осуществляться только по их прямому назначению. Бросать полотенца на пол или протирать ими обувь недопустимо. В случае нарушения данного правила Клуб вправе отказать Члену Клуба в использовании данной услуги. При пользовании данной услугой необходимо обращаться бережно с предоставляемыми полотенцами. В случае повреждения/терпения Член Клуба обязан возместить стоимость полотенца.

4.8 Полосение сауны (хаммама), если предусмотрено видом Клубной карты.

Рекомендуем с особой осторожностью посещать сауну и хаммам, ограничить посещение сауны (хаммама) лицами, не достигшим 5-ти летнего возраста. Лица, не достигшие 12 лет, могут посещать сауну (хаммам) строго вместе с однополым родителем или сопровождающим лицом (при наличии письменного заявления от родителей, согласованного с Врачом или тренером Клуба*). При посещении сауны (хаммама) и в целях вашей безопасности необходимо соблюдать общепринятые минимальные меры:

– запрещается сушить вещи,

– использовать эфирные масла (настойки для сауны),

– пользоваться кремами и масками для тела.

– оправлять естественные надобности в хаммаме.

Продолжительное – свыше одной минуты – пребывание в сауне (хаммаме) вызывает повышение температуры тела, что может оказаться опасным для Вашего здоровья. Перед посещением сауны (хаммама) с детьми, необходимо посетить с ними туалет. Использование сауны (хаммама) может быть ограничено Клубом с обязательным уведомлением в зоне reception Клуба.

Администрация клуба вправе ограничить доступ в хаммам в санитарный час (ежедневно с 15.00 до 16.00) для проведения санитарной и дезинфицирующей обработки. В случае необходимости Клуб вправе изменить санитарный час по своему усмотрению.

Посещение турецкой бани (Хаммам) разрешено только в купальных костюмах и купальных тапочках, имеющих противоскользящую подошву. **При посещении турецкой бани (Хаммам) необходимо быть предельно внимательным.** Запрещается вставать в места выхода пары турецкой бани, засовывать руки, ноги и иные части тела в места выхода пары. Пар очень горячий и может вызвать ожоги различной степени тяжести. **Будьте осторожны.**

Посещение общей финской сауны разрешено только в купальных костюмах

Запрещается прикасаться к системе оборудования финской («сухой») сауны: печь, системе пожаротушения. Оборудование финской сауны очень горячее, прикосновения к нему (с ним) опасны для здоровья, можно получить ожоги, в том числе опасные для жизни.

Использование металлических изделий в сауне запрещено (за исключения специализированного инвентаря для сауны). Металл при нагреве и прикосновении с кожей человека может вызвать ожоги.

Запрещено плескать воду на датчики температуры парогенератора/каменку

Администрация клуба вправе самостоятельно устанавливать режим работы сауны и (или) Хаммама, который может отличаться от режима работы Клуба. Информация о режиме работы

сауны и (или) хаммама доводится до сведения Членов Клуба путем размещения информационных табличек в общедоступных местах на территории Клуба.

4.9 Дополнительный доступ в фитнес-клуба

Клиент вправе, по своему выбору, в день приобретения клубной карты или в период действия клубной карты приобрести дополнительный доступ в фитнес-клубы сети.

Дополнительный доступ «Мультидоступ» позволяет добавить к основному клубу, в котором приобретена клубная карта, еще один клуб на выбор и заниматься в двух фитнес-клубах сети. Предложение доступно во всех фитнес-клубах сети.

Дополнительный доступ «Вся сеть» предоставляет возможность приобрести доступ во все фитнес-клубы сети фитнес-клубов.

Активация дополнительного доступа:

- если доступ приобретен в момент оформления основной клубной карты, то активация клубной карты производится согласно п. 2.10 настоящего Договора;

- если доступ приобретен в период действия основной клубной карты, то в данном случае активацию производится в **момент оплаты и только в фитнес-клубе, где приобретена основная клубная карта**.

В случае, если у клиента клубная карта без бассейна, то при выборе дополнительного доступа в фитнес-клуб с бассейном необходимо изменить формат клубной карты в основном клубе на клубную карту с бассейном. Приобрести дополнительный доступ ТОЛЬКО В БАССЕЙН не возможен.

Приобретая дополнительный доступ в фитнес-клуб Член клуба автоматически присоединяется к публичному договору оферты и обязуется соблюдать условия Договора и Правила фитнес-клуба.

5. Разное

5.1. Фото- и видеосъемка на территории Клуба

На территории Клуба запрещается проводить фото- и видеосъемку без предварительного согласования с Администрацией Клуба.

5.2. Оповещение Членов Клуба

Для оповещения Членов Клуба и их Гостей обо всех новостях Клубной жизни - акциях, конкурсах, соревнованиях, праздниках и других клубных мероприятиях Администрация Клуба вправе осуществлять рассылку по электронной почте, рассылку sms-сообщений на сотовый телефон Члена Клуба (в случае получения согласия), а также информацию в социальных сетях и на официальном сайте фитнес-клуба.

Акцепт Членом Клуба оферты, оплата Услуг и получение Клубной Карты или оформлением Гостевого визита Член Клуба дает свое согласие на получение от Клуба sms-сообщений, писем на электронную почту, указанном при акцепте оферты или оформлении Гостевого визита.

В случае если Член Клуба или Гость желает отказаться от какого-либо способа оповещений, например, от sms-сообщений в пользу электронной почты, или отказаться от информационных рассылок вообще, он может это сделать в отделе по работе с клиентами.

5.3. Члены Клуба несут ответственность за вред, причиненный Клубу в соответствии с условиями оферты и действующим законодательством. Администрация Клуба не несет ответственности за вред, причиненный жизни, здоровью и/или имуществу Члена Клуба, если юридический факт наличия вины Администрации Клуба, повлекший причинение вреда, не будет определен в судебном порядке. Клуб не несет ответственности за вред, связанный с ухудшением здоровья Члена Клуба, если состояние здоровья ухудшилось в результате острого заболевания, обострения травмы или хронического заболевания. Клуб не несет ответственности, если причиной нанесения вреда здоровью стало грубое нарушение правил пользования тренажерами и правилами безопасности на воде. Клуб не несет ответственности за технические неудобства, вызванные проведением городскими властями сезонных профилактических и ремонтностроительных работ.

Временное (на срок не более 21 (календарных дней) календарных дней в течение полугода по причине ремонта, технического обслуживания помещений/оборудования или на другой срок при наступлении обстоятельств, не зависящих от Администрации Клуба) ограничение работы клуба, саун, бассейнов, другого оборудования, также не может являться основанием для требований выплаты Администрацией Клуба любого рода компенсаций.

Следите за информацией на информационных стендах Клуба. Дополнительная информация фитнес-клуба на сайте в сети Интернет: <http://брайфтит.рф>

6. Заключительные положения

Порядок принятия изменений и дополнений к Правилам Клуба Изменения и дополнения к настоящим Правилам, действительны только в том случае, если они утверждены Администрацией Клуба. Изменения и дополнения к настоящим Правилам могут быть внесены по предложению Членов Клуба или по решению Администрации Клуба. Администрация Клуба в случае необходимости и для комфорта Членов Клуба, вправе в одностороннем порядке изменять и дополнять Правила Клуба. В случае внесения изменений и дополнений в настоящие Правила Клуба обязуется уведомлять об этом его Членов посредством размещения информации на reception Клуба, на информационных стенах или другим доступным способом через средства связи, указанные Членом Клуба.

**к договору публичной оферты на оказание услуг по организации и проведению
физкультурных, физкультурно-оздоровительных, спортивных мероприятий и иных услуг**

СОГЛАСИЕ
на списание денежных средств с банковской карты Члена клуба

_____ (фамилия полностью), именуемый(мая) в дальнейшем «Клиент», даю согласие фитнес-клубу на то, что 5 числа каждого месяца, при процессинге АО «Компания объединенных кредитных карточек», с моей банковской карты будет списываться сумма в размере 1 800 рублей в счет оплаты услуг по договору на продажу клубной карты №_____ от «___» 20__ г. в течение всего срока действия Договора.

Реквизиты банковской карты:

Тип карты:

Номер карты:

Срок действия карты:

Имя держателя карты:

Копии лицевой стороны банковской карты и 2-3 страниц паспорта прилагаю.

Подпись держателя банковской карты _____

«___» 20__ г.

_____ / _____ (расшифровка)

Приложение № 4
к договору публичной оферты
на оказание услуг по организации и проведению
физкультурных, физкультурно-оздоровительных, спортивных мероприятий и иных услуг

ИНСТРУКТАЖ ДЛЯ ПОСЕЩЕНИЯ ЗОНЫ ГРУППОВЫХ ТРЕНИРОВОК (зона групповых программ, боевых искусств, функционального тренинга, ЗИВС)

1. Посещение групповых программ, включенных в клубную карту клиента разрешено для клиентов старше 14 лет.
2. Во избежание травм настоятельно рекомендуется посещать занятия, соответствующие вашему уровню подготовленности и состоянию вашего здоровья.
3. Посещение групповых занятий возможно только в специальной спортивной одежде и обуви, не допускается посещение тренажерного зала в открытой обуви. Тренер вправе не допустить вас на тренировку в уличной обуви или обуви, не предназначеннной для занятий, а также с голым торсом.
4. В случае опоздания клиента на 10 и более минут, тренер имеет право не допустить клиента до групповой тренировки.
5. На групповом занятии не разрешается использовать свою собственную хореографию и свободные веса без соответствующего разрешения тренера.
6. Клуб сохраняет за собой право заменять заявленного в расписании тренера, время, зал проведения и тип тренировки.
7. Использование мобильных телефонов в залах групповых программ запрещено.
8. С целью обеспечения равного доступа клиентов клуба к инвентарю клуба запрещается резервировать места в зале и оборудование для занятия.
9. После занятия клиент клуба самостоятельно убирает за собой оборудование, используемое на уроке в специально оборудованные места для хранения. Вынос клиентами клуба оборудования из залов групповых программ и самостоятельное перемещение этого оборудования между залами запрещены без разрешения тренера.
10. Платные спортивные секции с ограничением по количеству участников проводятся исключительно по предварительной записи на рецепции клуба, либо в мобильном приложении. Занятие будет проведено если на него записаны 1 и более человека и занятие установлено в расписании на официальном сайте Клуба и в мобильном приложении.
11. Посещение залов групповых программ для самостоятельных тренировок разрешено в свободные часы сетки расписания в одном зале.
12. Необходимо помнить, что любое занятие в фитнес-клубе травмоопасно и может привести к получению травмы (ухибы, вывихи, растяжения, разрывы связок, иное) любой степени тяжести. Клиент клуба самостоятельно оценивает свои физические возможности, а также состояние своего здоровья для выполнения тех или иных упражнений и принимает на себя ответственность за травму (вред здоровью), причиненную (-ый) при нарушении настоящих правил, по неосторожности или осознанно, а также вопреки получения предварительного медицинского обследования на предмет возможности посещения фитнес-клуба (допуска к посещению) или игнорирования рекомендации врача. При головокружении, тошноте, плохом самочувствии, низком давлении и ином ухудшении состояния здоровья, необходимо немедленно прекратить тренировку и при необходимости вызвать неотложную помощь.

**Приложение № 5
к договору публичной оферты
на оказание услуг по организации и проведению
физкультурных, физкультурно-оздоровительных, спортивных мероприятий и иных услуг**

ИНСТРУКТАЖ ДЛЯ ПОСЕЩЕНИЯ ТРЕНАЖЕРНОГО ЗАЛА

1. Самостоятельное посещение тренажерного зала и кардиозоны разрешается клиентам клуба с 14 лет.
2. Посещение зоны тренажерного зала возможно только в специальной спортивной одежде и обуви, не допускается посещение тренажерного зала в открытой обуви. Тренер вправе не допустить вас на тренировку в уличной обуви или обуви, не предназначеннной для занятий, а также с голым торсом.
3. Для ознакомления с оборудованием тренажерного зала и во избежание травм настоятельно рекомендуется пройти вводную персональную тренировку, включенную в клубную карту(ВПТ).
4. Перед выполнением упражнения на тренажере рекомендуется предварительно ознакомиться с инструкцией по пользованию тренажерами и правилами выполнения, размещенными на выбранном Вами тренажере. В случае необходимости дополнительных разъяснений правил использования тренажера (в том числе в части заявленных противопоказаний), пожалуйста, обратитесь к Администрации фитнес-клуба.
5. Перед каждой тренировкой в тренажерном зале обязательно проводите тщательную общую разминку, которая включает в себя использование кардио тренажеров, растягивающие упражнения. Кроме этого, перед каждым упражнением должна проводиться специальная разминка, включающая 1-2 подхода с весом, составляющим примерно 50%-70% от Вашего рабочего веса в данном упражнении.
6. Обязательно контролируйте Вашу технику выполнения при освоении новых упражнений, так как в силу не сложившейся межмышечной координации могут случиться травмы: прежде всего растяжения и разрывы мышц, связок, сухожилий.
7. При освоении любого нового упражнения обязательно начинайте с веса, который позволит Вам выполнить не менее 20 повторений в подходе. Соблюдайте принцип последовательности и постепенности в наращивании нагрузок. Не торопитесь увеличивать рабочий вес.
8. При выполнении базовых упражнений с тяжелыми весами (приседания со штангой, жим штанги или гантеляй лежа, жим штанги стоя или сидя из-за головы) обязательно пользуйтесь помощью страховщика. Выполнять страховку должен только тренер клуба. Выполнять упражнения с максимальной нагрузкой разрешается только в присутствии тренера тренажерного зала.
9. Соблюдайте порядок в тренажерном зале. По окончании выполнении упражнения убирайте оборудование на место. Разбирая стоящую на стойках штангу, снимайте диски попрерменно (один диск с одной стороны, затем один с другой). В противном случае диски, оставшиеся на одном конце штанги, перевесят гриф и приведут к переворачиванию и падению штанги, что может быть травмоопасным для окружающих и Вас лично. Отпускайте рукоятку тренажеров плавно в исходное положение, не бросайте, резко не отпускайте.
10. По окончании использования во время тренировки гантеляй различных весов, для соблюдения порядка в тренажерном зале, пожалуйста, возвращайте гантели на стойку с учетом калибровки веса.
11. Занимаясь на тренажерах, начинайте занятия с умеренной нагрузки, повышая ее постепенно, в соответствие с рекомендациями, полученными на вводной персональной тренировке, включенную в клубную карту.
12. Контролируйте нагрузку с помощью измерения частоты сердечного сокращения (пульса) в соответствии с рекомендациями, полученным и от тренера тренажерного зала.
13. Необходимо помнить, что любое занятие в фитнес клубе травмоопасно и может привести к получению травмы (ушибы, вывихи, растяжения, разрывы связок, иное) любой степени тяжести. Клиент клуба самостоятельно оценивает свои физические возможности, а также состояние своего здоровья для выполнения тех или иных упражнений и принимает на себя ответственность за травму (вред здоровью), причиненную (-ый) при нарушении настоящих правил, по неосторожности или осознанно, а также вопреки получения предварительного медицинского обследования на предмет возможности посещения фитнес-клуба (допуска к посещению) или игнорирования рекомендации врача. При головокружении, тошноте, плохом самочувствии, низком давлении и ином ухудшении состояния здоровья, необходимо немедленно прекратить тренировку, сообщить Администрации фитнес-клуба или другому клиенту о своем состоянии и при необходимости вызвать неотложную помощь.

**Приложение № 6
к договору публичной оферты
на оказание услуг по организации и проведению
физкультурных, физкультурно-оздоровительных, спортивных мероприятий и иных услуг**

ИНСТРУКТАЖ ДЛЯ ПОСЕЩЕНИЯ БАССЕЙНА

1. Перемещение по бассейну допускается только в специализированной обуви (сланцах), имеющей противоскользящую поверхность и обеспечивающей противоскольжение.
2. Необходимо обязательное принятие душа посетителями бассейна с тщательным мытьем с помощью мочалки и мыла (геля для душа) без купального костюма является обязательным. При нарушении данного условия посещения бассейна, сотрудник фитнес-клуба вправе не допустить в зону бассейна и требовать соблюдения данного условия посещения.
3. Перед посещением бассейна не допускается втирание в кожу различных кремов и мазей по причине возможного нанесения вреда своему здоровью.
4. Перемещение на территории раздевалки, душевых и бассейна без купальных тапочек, имеющих противоскользящую подошву, запрещено. Во избежание травм дежурный тренер вправе не допустить Вас в зону бассейна в случае несоблюдения этого правила.
5. При посещении бассейна надевать купальный костюм и шапочку для плавания. Волосы должны быть полностью уbraneы под шапочку.
6. Инвентарь, предназначенный для водных групповых программ (персональных тренировок), использовать для самостоятельных занятий запрещено.
7. Вынос инвентаря из зоны бассейна запрещен.
8. Запрещено сидеть на разделительных дорожках, а также переплывать над ними в центральной части бассейна.
9. Во избежание травм не разрешается бегать по территории бассейна, плавать поперек бассейна, прыгать с разделительных стенок и бортников бассейна.
10. Дорожки должны быть использованы по прямому назначению согласно информационным табличкам. Движение по дорожкам осуществляется по правой стороне, отдых клиентов клуба разрешается только у бортиков бассейна, кроме места для разворота.
11. В клубе в рамках расписания занятий в водной зоне предусмотрены часы только для взрослого плавания для клиентов клуба старше 18 лет (свободное плавание). Дежурный тренер вправе не допустить клиента клуба в возрасте до исполнения 18 лет для свободного плавания при неумении держаться на воде без сопровождения взрослого.
12. Во время проведения групповых занятий в бассейне зона, предназначенная для плавания, может быть ограничена или изменена, при этом клиенты клуба, не участвующие в занятиях, должны перейти на свободные от занятий дорожки.
13. Во избежание причинения вреда здоровью, имуществу рекомендуем клиентам клуба отказаться от посещения бассейна с украшениями, имеющими острые элементы. Во избежание травм (столкновений) в воде рекомендуется держаться на безопасном расстоянии от других клиентов клуба, быть осмотрительными и внимательными. Использование в воде снаряжения, экипировки и предметов (вещей), не предназначенных для плавания и купания, запрещается.
14. Во избежание травм настоятельно рекомендуем посещать занятия, соответствующие вашему уровню подготовленности. Тренер имеет право не допустить вас на водное групповое занятие, несоответствующее вашему уровню подготовленности.
15. С целью обеспечения равного доступа клиентов Клуба к инвентарю Клуба запрещается резервировать оборудование, предназначенное для водных групповых занятий.
16. После занятия все специальное оборудование должно быть уbraneо Вами в специально отведененные для этого места.
17. Необходимо помнить, что любое занятие в фитнес-клубе травмоопасно и может привести к получению травмы (ушибы, вывихи, растяжения, разрывы связок, иное) любой степени тяжести. Клиент клуба самостоятельно оценивает свои физические возможности, а также состояние своего здоровья для выполнения тех или иных упражнений. При головокружении, тошноте, плохом самочувствии, низком давлении и ином ухудшении состояния здоровья, необходимо немедленно прекратить тренировку, сообщить дежурному тренеру и при необходимости вызвать неотложную помощь.
18. Платные спортивные секции с ограничением по количеству участников проводятся исключительно по предварительной записи на рецепции клуба, либо в мобильном приложении. Занятие будет проведено если на него записаны 2 и более человека. Занятие будет проведено если на него записаны 1 и более человека и занятие установлено в расписании на официальном сайте Клуба и в мобильном приложении.
19. Фитнес-клуб оставляет за собой право объявлять в течение года нерабочие праздничные и санитарные дни. Информация о прекращении работы бассейна, об изменении расписания заблаговременно размещается на информационных носителях в клубе, мобильном приложении.
20. В случае наличия на территории Клуба детского бассейна с температурным режимом 30-32 °C, доступ в такой бассейн предоставляется только детям с 3 до 8 лет, при условии сопровождения его тренером в рамках персональной тренировки или в сопровождении законного совершеннолетнего представителя

Приложение № 7
к договору публичной оферты
на оказание услуг по организации и проведению
физкультурных, физкультурно-оздоровительных, спортивных мероприятий и иных услуг

Противопоказания к занятиям физической культуры и спорта

В случае посещения тренировки, или персональной тренировки, или групповой тренировки, Клиент заявляет и гарантирует, что не имеет медицинских противопоказаний для посещения тренировок, занятий спортом (в том числе в соответствии с описанием ниже) и получения физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг. Исполнитель не несет ответственности за вред, причиненный жизни и здоровью Клиента в результате предоставления Клиентом недостоверных сведений о состоянии его здоровья.

1. Острые инфекционные болезни.
2. Все болезни в острой (активной) фазе.
3. Хронические заболевания в период обострения (декомпенсации).
4. Психические заболевания.
5. Органические заболевания центральной нервной системы.
6. Злокачественные новообразования.
7. Болезни опорно-двигательного аппарата: деформирующие полиартриты (артриты), спондилоартриты (разной этиологии с прогрессирующими течением и резким нарушением функции суставов и наличием болевого синдрома).
8. Коллагеновые болезни.
9. Болезни органов дыхания:
 - 9.1. болезни, протекающие с дыхательной или легочно-сердечной недостаточностью выше I степени;
 - 9.2. бронхиальная астма с частыми, затяжными, трудно купирующими приступами; в) хронический бронхит с наклонностью к частым обострениям и наличие резко выраженного бронхоспастического компонента; г) бронхэкстatischeкая болезнь до полного клинического излечения;
 - 9.3. пневмония интерстициальная с рецидивирующим течением;
10. Болезни сердечно-сосудистой системы:
 - 10.1. аневризма аорты сердца;
 - 10.2. аритмии (сложные нарушения ритма и проводимости, монотонная экстрасистолия, мерцательная аритмия, пароксизмальная тахикардия);
 - 10.3. блокада левой ножки пучка Гиса или ее разветвлений; заболевания, протекающие с недостаточностью кровообращения выше I степени (по Василенко-Стражеско); стенокардия напряжения с частыми приступами;
 - 10.4. постинфарктный кардиосклероз (решается в каждом конкретном случае); наличие на ЭКГ рубцовых изменений миокарда (при отсутствии в анамнезе инфаркта миокарда и жалоб на момент обследования) с отчетливыми ЭКГ-признаками выраженной недостаточности кровообращения сердечной мышцы;
 - 10.5. гипертоническая болезнь с частыми кризами, а также при цифрах систолического артериального давления выше 200 мм рт. ст. или диастолического выше 110 мм рт. ст.;
 - 10.6. гипертоническая болезнь (первичного или вторичного характера) или цифрах систолического артериального давления ниже 90 мм рт. ст.;
 - 10.7. больные, оперированные по поводу врожденных, приобретенных пороков сердца, коронарной недостаточности, – ранее 3 месяцев после операции (в дальнейшем индивидуальный подход в зависимости от исхода операции, имевшихся осложнений, состояний кардио- и общей гемодинамики, а также предшествовавшей двигательной активности);
 - 10.8. синдром Морганьи-Эдемса-Стокса.
11. Болезни органов пищеварения:
 - 11.1. желудок, оперированный при декомпенсации функции органов пищеварения;
 - 11.2. хронический панкреатит с рецидивирующим течением при наличии ферментативной недостаточности; в) язвенная болезнь желудка (двадцатиперстной кишки) с наклонностью к частым рецидивам или при значительном нарушении функции органов пищеварения и нарушений питания или выраженному болевому синдрому.
12. Заболевания печени и желчных путей:
 - 12.1. цирроз печени (любой этиологии), рецидивирующий с прогрессирующим течением или признаками печеночной недостаточности;
 - 12.2. хронический гепатит (гепатодистрафия-«гепатозы»), рецидивирующий с выраженным функциональными расстройствами;
 - 12.3. хронические холециститы калькулезной этиологии, сопровождающиеся приступами печеночной колики или рецидивирующей желтухой;
 - 12.4. хронический антихолит с приступами печеночной колики и нарушением желчевыделения;
 - 12.5. вторичный хронический панколит, обусловленный нарушением внешне секреторной функции поджелудочной железы.
13. Заболевания почек в мочевыводящих путях:
 - 13.1. хронический диффузный гломерулонефрит рецидивирующего течения или при наличии признаков почечной недостаточности;
 - 13.2. хронический интерстициальный нефрит различного генеза при наличии признаков почечной недостаточности;
 - 13.3. хронический пиелонефрит с рецидивирующим течением, наличие выраженных функциональных нарушений или осложнений (гидропионефроз, гипертоническая перебропатия);
 - 13.4. липидно-амилоидный нефроз.
14. Болезни эндокринных желез:
 - 14.1. гипогликемическая болезнь;
 - 14.2. гипотериоз, мицедема (первичная или вторичная форма) тяжелого течения; в) диабет несахарный;
 - 14.3. диабет сахарный (первичный или вторичный) среднего и тяжелого течения или при наличии осложнений (кетоацидоз, сосудистые поражения, полиневриты и др.);
 - 14.4. зоб диффузный токсический (тиреотоксикоз базедова болезнь) – тяжелая форма; эндемический зоб с выраженной гипер- или гипофункцией железы;
 - 14.5. хронический тиреоидит.
15. Болезни обмена:
 - 15.1. ожирение вторичного генеза (дианцефальное, гипотиреодальное, гипогенитальное, при синдроме Иценко-Купшига);
 - 15.2. подагра с прогрессирующим течением или выраженным болевым синдромом.
16. Патологический климакс.
- Противопоказания к использованию нагрузочных тестов:
17. Абсолютные противопоказания:
 - 17.1. Недостаточность кровообращения выше 11-Л.
 - 17.2. Инфаркт миокарда (раньше, чем через 3 месяца с начала болезни).

- 17.3. Быстро прогрессирующая или нестабильная грудная жаба.
17.4. Гипертоническая болезнь II-III степени при систолическом АД выше 200 мм рт. ст., диастолическом выше 120 мм рт. ст.
17.5. Желудочковая тахикардия.
17.6. Выраженный аортальный стеноз.
17.7. Активный или недавно перенесенный тромбофлебит.
17.8. Острые и хронические болезни в стадии обострения.
18. Относительные противопоказания:
18.1. Частые суправентрикулярные экстрасистолы (4:40), мерцательная аритмия.
18.2. Повторяющаяся или частая желудочковая; эктопическая активность.
18.3. Легочная гипертония.
18.4. Аневризма желудочковая сердца.
18.5. Умеренный аортальный стеноз.
18.6. Неконтролируемые метаболические заболевания (сахарный диабет, тиреотоксикоз, микседема).
18.7. Значительные увеличения сердца.
19. Состояния, требующие специального внимания и предосторожности:
19.1. Нарушение проводимости:
19.1.1. полная атриовентрикулярная блокада; б) блокада левой ножки пучка Гиса; в) синдром Вольфа-Паркинсона-Уайта.
19.2. Наличие имплантированного водителя ритма сердца с фиксированной частотой.
19.3. Контролируемые дистартии.
19.4. Нарушение электролитного баланса.
19.5. Применение некоторых лекарств:
19.5.1. препаратов наперстянки,
19.5.2. блокаторов адренергических бета-рецепторов и препаратов подобного действия.
19.6. Тяжелая гипертония, ретинопатия III степени.
19.7. Грудная жаба и др. проявления коронарной недостаточности.
19.8. Тяжелая анемия.
19.9. Выраженное ожирение.
19.10. Печечная, печеночная и др. виды метаболической недостаточности.
19.11. Явные психоневротические расстройства.
19.12. Нервно-мышечные, мышечно-скелетные и суставные расстройства, которые будут мешать проведению теста.
20. Дополнительные противопоказания к занятиям фитнеса:
20.1. сколиоз, осложненный нижним вялым парапарезом, требующий ношение специального корсета для разгрузки позвоночника
20.2. плоскостопие III степени
20.3. нарушение связочного аппарата суставов;
20.4. некоторые доброкачественные опухоли костной системы;
20.5. некомпенсированное повреждение позвоночника;
20.6. различные виды переломов и посттравматические состояния;
20.7. психические расстройства и пограничные состояния психики;
20.8. нарушение связочного аппарата коленного сустава (不稳定ный сустав).
20.9. болезнь Бехтерева.
20.10. осложнённый перелом позвоночника с повреждением спинного мозга.
20.11. эпилепсия с судорожными припадками, сопровождающаяся потерей сознания.
20.12. выраженные и частые головокружения.
20.13. психические заболевания различной степени выраженности.
20.14. тяжелые заболевания внутренних органов, препятствующие назначению физической нагрузки танцевального типа (сахарный диабет, артериальная гипертония, опухоли и т.п.).
20.15. наличие онкологических заболеваний.
20.16. туберкулез костей и суставов.
20.17. ряд доброкачественных опухолей костной системы (например, фиброзная дисплазия), которые способствуют развитию патологических переломов костей.
20.18. после перенесенных черепно-мозговых травм и инфаркта только с разрешения лечащего врача.
21. Противопоказания к занятиям аэробикой:
21.1. заболевания сердечно-сосудистой системы;
21.2. высокое артериальное давление (при повышении нагрузки происходит значительное повышение цифр АД);
21.3. запущенный остеохондроз (дегенеративные изменения позвоночника, в том числе протрузии и грыжи межпозвонкового диска);
21.4. варикозное расширение вен – этот диагноз означает категорическое «нет» для прыжковой и степовой аэробики.
В период беременности разрешено заниматься только с персональным тренером и на занятиях, специально предназначенных для беременных:
В течение всего периода беременности все упражнения желательно выполнять сидя, с дополнительной опорой спины, или в положении стоя на коленях с упором на руки. Всегда следите за своим дыханием во время выполнения упражнений, не задерживайте его; избегайте выполнения упражнений в положении лежа и стоя, следите за температурой тела и частотой пульса, ограничьте длительность тренировок максимум 30 минутами, во втором и третьем триместре – 15 минутами, не допускайте обезвоживания и пейте во время тренировок.
Во втором триместре беременности запрещены упражнения в положении лежа на спине. Рекомендуется выполнять все упражнения в положении стойки на коленях с упором на руки.
В третьем триместре беременности нужно учитывать слабость связочного аппарата и очень осторожно выполнять растяжку в связи с выработкой гормона релаксина.
22. Полностью исключаются во время беременности:
22.1. все травмоопасные элементы – прыжки, бег, махи (в том числе в плавании),
22.2. глубокие и резкие приседания,
22.3. наклоны,
22.4. активные растяжки и прогибы спины,
22.5. различные скручивания и наклоны, которые могут привести матку в состояние гипертонуса.