Договор №{НомерДоговора}
оказания услуг

г.Екатеринбург **{Дата}**

Индивидуальный предприниматель Дмитриева Татьяна Владимировна,действующая на основании Листа записи ЕГРНИП от 22.09.2021г., именуемая в дальнейшем «Клуб», с одной стороны, и

Гр. {ФамилияИмяОтчествоКонтрагента}, именуемый(ая) в дальнейшем «Клиент», с другой стороны, далее совместно именуемые «Стороны», заключили договор о нижеследующем:

1. Предмет договора

1.1. Клуб обязуется на условиях настоящего Договора оказывать Клиенту услуги по организации и проведению физкультурных, физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий, а также иные услуги (далее — «услуги»), а Клиент обязуется оплатить оказанные услуги.
1.2. Перечень услуг,а также продолжительность действия настоящего договора определяются выбранной Клиентом категорией Клубной карты и указываются в Приложении № 1.
1.3. Оказание услуг по настоящему договору осуществляется в помещениях фитнес-клуба «Экстрим» по адресу: г.Екатеринбург, ул. Малышева, 5, в часы, установленные режимом работы Клуба, а также расписанием занятий.
1.4. После внесения аванса в соответствии с разделом 3 настоящего Договора Клиенту на время действия настоящего Договора выдается Клубная карта, являющаяся основанием для получения услуг и пропуском в помещения к месту занятий. Клубная карта выдается Клубом бесплатно, по окончании действия настоящего Договора подлежит возврату. Повторное оформление новой Клубной карты, взамен утраченной подлежит оплате по действующему Прайс-листу Клуба.
Клубная карта используется Сторонами в качестве подтверждения заключения настоящего Договора, а также учета количества оказанных Клубом услуг и суммы задолженности по лицевому счету Клиента, а также внесения данных об оказанных услугах, внесения данных о поступлении и списании денежных средств.
1.5. Оказание услуг по настоящему договору осуществляется только после внесения предоплаты и получения клубной карты.
1.6. В случае размещения текста настоящего Договора на сайте Клуба в сети «Интернет», считается, что Клиент присоединился к тексту настоящего Договора и Правилам Клуба как публичной оферты с момента получения клубной карты-устройства (браслета) в соответствии со ст. ст. 428, 437, 494 ГК РФ.

2. Права и обязательства Сторон

2.1. Клуб обязуется:
2.1.1. Организовать и обеспечить надлежащее исполнение и качество услуг, предусмотренных разделом 1 настоящего договора;
2.1.2. Обеспечить для проведения занятий помещения, соответствующие санитарным и гигиеническим требованиям, а также оснащение, соответствующее обязательным нормам и правилам, предъявляемым к оказываемым услугам.
2.1.3. Обеспечить Клиента Клубной картой, заблокировать утерянную Клубную карту с целью предотвращения незаконного получения услуг по соответствующему заявлению Клиента.
2.1.4. Уведомить Клиента о нецелесообразности оказания ему услуг, предусмотренных разделом 1 настоящего договора, вследствие его индивидуальных особенностей, делающих невозможным оказание данных услуг.
2.1.5. Провести Клиенту вводный инструктаж.
2.1.6. Предоставить Клиенту на время тренировки один шкаф в раздевалке для переодевания.
2.1.3. Продлить срок действия настоящего Договора на период, в течение которого Клуб не функционировал по его вине.

2.2. Клуб имеет право:
2.2.1. Привлекать третьих лиц для оказания услуг.
2.2.2. Временно отстранить Клиента от занятий до его полного выздоровления при несоблюдении Клиентом правила, предусмотренного пунктом 2.3.4. настоящего Договора.
2.2.3. Освободить индивидуальный шкаф, дополнительно арендуемый Клиентом без его уведомления, если задолженность по аренде превышает 14 календарных дней.
2.2.4. Пересмотреть сроки действия настоящего Договора по причине беременности и ухода за ребенком до 180 дней, если Клиентом предоставлены документы, подтверждающие данный факт.
2.2.5. В одностороннем порядке ограничивать объем и порядок предоставления услуг Клубом в случае проведения аварийных работ, профилактических и ремонтных работ, произошедших не по вине Клуба.
2.2.6. В одностороннем порядке вносить изменения в расписание и время проведения групповых занятий, изменять режим работы Клуба в целом или отдельных его залов и помещений в связи с проведением в Клубе спортивных мероприятий, предупредив Клиента не менее чем за 2 календарных дня до изменения/даты мероприятия путем размещения информации на официальном сайте Клуба, а также объявлением на входе в Клуб.
2.2.7. В одностороннем внесудебном порядке расторгнуть настоящий Договор в случае нарушения Клиентом Правил посещения Клуба либо настоящего Договора.
2.2.8. Осуществлять замену инструктора (-ов) без дополнительного согласования с Клиентом.

2.3. Клиент обязуется:
2.3.1. Своевременно вносить плату за услуги, оказываемые Клубом в порядке и на условиях, определенных настоящим Договором.
2.3.2. Соблюдать Правила внутреннего распорядка Клуба (Приложение №2), а также правила техники безопасности при пользовании снарядами и тренажерами в зале.
2.3.3. Самостоятельно и ответственно контролировать свое собственное здоровье.
2.3.4. Воздержаться от посещения Клуба при наличии временных противопоказаний.
2.3.5. При подписании настоящего Договора сообщить сотрудникам Клуба полную и достоверную информацию относительно состояния своего здоровья, ранее перенесенных Клиентом заболеваниях/травмах, а также информацию относительно наличия у Клиента медицинских противопоказаний для участия в физкультурно-оздоровительных и спортивных занятиях, проводимых Клубом.
2.3.6. Не передавать Клубную карту третьим лицам и нести предусмотренную настоящим Договором ответственность в случае такой передачи. В случае утери Клубной карты предоставить Клубу заявление об утрате клубной карты и о выдаче другой взамен утерянной. Оформление новой Клубной карты, взамен утраченной подлежит оплате по Прайс-листу Клуба.
2.3.7. Возмещать ущерб, причиненный имуществу Клуба, в соответствии с законодательством РФ.

2.3.8. В течение 30 (Тридцати) минут по окончании времени оказания услуг, сдать выданные для получения услуг браслет с ключом от шкафа администратору Клуба, в случае предоставления таковых.
2.3.9. Подписывая настоящий Договор, Клиент подтверждает, что он/она осмотрел(а) помещения Клуба и понимает, что включено в его/ее Членство в Клубе и какой оздоровительный комплекс и физкультурные, физкультурно-оздоровительные и спортивные занятия доступны на территории Клуба.
2.4. Клиент имеет право:
2.4.1. Требовать от Клуба предоставления информации по вопросам, касающимся организации и обеспечения надлежащего исполнения услуг по данному Договору.
2.4.2. Участвовать в мероприятиях, проводимых Клубом, по своему желанию.
2.4.3. Требовать надлежащего качества оказываемых Клубом услуг.
2.4.4. За дополнительную плату пользоваться услугами Клуба, указанными в Прайс-листе Клуба.
2.4.5. Отменить или перенести забронированную дополнительную услугу не менее чем за 12 часов до намеченного заранее времени ее оказания.
2.4.6. В одностороннем внесудебном порядке расторгнуть настоящий Договор в любое время в течение срока действия Договора путем обращения с заявлением в письменной форме, к заявлению Клиент должен приложить клубную карту, по которой осуществляется допуск на занятия, и также указать об этом в своем заявлении.

3. Стоимость услуг и порядок расчетов

3.1. Цена услуг в соответствии с выбранной Клиентом категорией Клубной карты и Приложением № 1 составляет **{СтоимостьЧленстваПрописью}**, и оплачивается авансом в размере 100% в течение 3 банковских дней с момента подписания настоящего Договора.
3.2. Все расчеты по настоящему Договору осуществляются в наличной или безналичной форме в рублях.
3.3. Оплата услуг производится в кассе Клуба.
3.4. Цена услуг, не указанных в Приложении № 1, определяется в соответствии с Прайс-листом Клуба, действующим на момент оказания услуги. Оплата данных услуг производится авансом в размере 100%.
3.5. Пропущенные Клиентом занятия ему не компенсируются и не переносятся.
3.6. Перерасчет оплаты услуг, указанных в п. 3.1. настоящего Договора производится в следующем порядке:
3.6.1. В случае досрочного расторжения настоящего Договора по соглашению сторон, либо в одностороннем внесудебном порядке по инициативе одной из сторон, в случаях, предусмотренных настоящим Договором, перерасчет оплаты производится в соответствии с настоящим Договором.
3.6.2. В случае досрочного расторжения настоящего Договора по соглашению Сторон, либо в одностороннем внесудебном порядке по инициативе Клиента, в случаях, предусмотренных настоящим Договором, перерасчет оплаты производится на основании письменного заявления Клиента о расторжении Договора.
Перерасчет оплаты услуг в таком случае производится путем возврата Клиенту соответствующей суммы денежных средств, за вычетом фактически понесенных Клубом расходов, связанных с исполнением обязательств по данному договору. При этом стороны согласовали, что сумма фактически понесенных Клубом расходов, связанных с исполнением обязательств по договору составляет с момента заключения договора 500 рублей в день.
3.6.3. В случае досрочного расторжения настоящего Договора в одностороннем внесудебном порядке по инициативе Клуба, в случаях, предусмотренных настоящим Договором, перерасчет оплаты производится путем возврата Клиенту соответствующей суммы денежных средств, составляющей стоимость услуг, которые не будут оказаны Клиенту на дату прекращения Договора пропорционально количеству дней, оставшихся до окончания срока оказания услуг.
3.6.4. Перерасчет оплаты услуг осуществляется в течение 30-ти календарных дней с момента предоставления заявления Клиента о расторжении договора, либо получения Клиентом уведомления Клуба о расторжении Договора путем безналичного перечисления денежных средств на банковский счет Клиента, в случае оплаты услуг Клиентом в безналичном порядке, либо путем выдачи денежных средств из кассы Клуба, в случае оплаты услуг Клиентом наличными денежными средствами.

4. Ответственность сторон

4.1. Клиент несет материальную ответственность за ущерб, причиненный имуществу Клуба. В случае причинения Клиентом ущерба имуществу Клуба, Клиент обязан возместить Клубу стоимость поврежденного и/или утраченного имущества, установленную Клубом.
4.2. В случае нарушения п. 2.3.8. настоящего Договора с Клиента взимается штраф в размере 310 рублей за каждые 30 (Тридцать) минут просрочки, начиная с первой минуты просрочки, для утреннего и дневного категорий Клубных карт, и за каждые 15 (Пятнадцать) минут просрочки, начиная с первой минуты, для категории Клубной карты полного Членства и Членства выходного дня. Оплата производится в рублях.
4.3. В случае систематического (два или более раза) нарушения Клиентом настоящего Договора и Правил Клуба настоящий Договор может быть расторгнут Клубом в одностороннем внесудебном порядке. Договор считается расторгнутым со дня получения Клиентом уведомления о расторжении в письменной форме.
4.4. Подписывая настоящий Договор, Клиент Клуба заявляет, что не имеет медицинских противопоказаний для посещения Клуба и физкультурно-оздоровительных и спортивных занятий. В противном случае, Клуб не несет ответственность за вред, причиненный жизни и здоровью Клиента Клуба в результате недостоверности сведений о состоянии здоровья Клиента Клуба, а также по вине Клиента Клуба.
4.5. Клуб не несет ответственности за вред, причиненный жизни и здоровью и/или имуществу Клиента, причиненный действиями третьих лиц.
4.6. Клуб не несет ответственности за вред, причиненный жизни и здоровью Клиента, если Клиентом не были соблюдены правила техники при пользовании снарядами и тренажерами в зале.
4.7. Клуб не несет ответственности за оставленные вещи (в шкафах, раздевалках, душевых, помещениях для занятий).

5. Заключительные положения

5.1. Все споры и разногласия, связанные с заключением, исполнением и прекращением настоящего Договора, Стороны будут стремиться разрешать путем переговоров.
5.2. Срок начала оказания услуг по настоящему Договору - дата первого посещения Клуба Клиентом с использованием полученной Клубной карты, срок окончания оказания услуг – через **{СрокДействияЧленства}с даты начала оказания услуг**. Срок (дата) начала оказания услуг не позднее чем через 90 дней со дня оплаты настоящего договора.
Клуб вправе приостановить оказание услуг Клиенту по настоящему Договору на основании письменного заявления Клиента с даты указанной в таком заявлении. При этом срок окончания оказания услуг продлевается на количество дней приостановки. Минимальный срок приостановки - 7 календарных дней. Общий срок приостановки оказания услуг по настоящему Договору не может превышать **{ЧленствоДнейЗаморозок}**календарных дней.

5.3. Изменения и/или дополнения условий настоящего Договора являются действительными, если они совершены в письменной форме и подписаны уполномоченными представителями Сторон.
5.4. В соответствии с Федеральным законом от 27.067.2006 года № 152-ФЗ "О персональных данных", Клиент дает согласие на обработку своих персональных данных и признает их общедоступными (Приложение № 3, № 4).
5.5. В соответствии со ст. 152.1. Гражданского кодекса Российской Федерации, Клиент дает согласие на фото и видеосъемку с дальнейшим их использованием (Приложение № 5).
5.6. Во всем остальном, что не предусмотрено настоящим Договором, Стороны руководствуются действующим законодательством РФ.
5.7. Настоящий Договор составлен в двух экземплярах, имеющих одинаковую юридическую силу, по одному для каждой из Сторон.
5.8. В случае не предоставления паспортных данных Клиентом Клуб имеет право отказать в предоставлении услуг по данному договору.

6. Реквизиты и подписи Сторон

Клиент:
Ф.И.О.:{ФамилияИмяОтчествоКонтрагента}
Паспорт: {ПаспортныеДанные_Серия}{ПаспортныеДанные_Номер}выдан {ПаспортныеДанные_КемВыдан}{ПаспортныеДанные_ДатаВыдачи}
Зарегистрирован {АдресКлиента}
Телефон для уведомлений: {ТелефонКонтрагента}

Клуб: Фитнес-клуб «Экстрим»
ИП Дмитриева Т.В.
Факт. адрес: г.Екатеринбург, ул.Малышева, д.5

ИНН:	667356242056
ОГРНИП:	321665800163414
ОКПО:	2010561945
Р/с:	40802810338030010697
Банк:	ФИЛИАЛ «ЕКАТЕРИНБУРГСКИЙ» АО «АЛЬФА-БАНК»
БИК:	046577964
Корр. счет:	30101810100000000964

Клиент Клуба _____ Клуб_____

Расписка о начале оказания услуг
и получении Клиентом Клубной карты:

_____(дата) Подпись Клиента Клуба _____(_____)

Приложение № 1 к Договору № {НомерДоговора} от {Дата}

Перечень услуг (Категория карты:{НаименованиеЧленства}):

Продолжительность действия настоящего договора:{СрокДействияЧленства} месяцев.

Перечень услуг:

1. Солярий 15 минут.

Клиент Клуба

_____

Клуб

_____

Приложение № 2 к Договору №{НомерДоговора}от{Дата}

Правила внутреннего распорядка клуба

Настоящие правила внутреннего распорядка Клуба (далее по тексту - Правила) созданы для обеспечения безопасных, комфортных условий занятий (тренировок).
Данные Правила обязательны для всех Клиентов клуба и гостей Клуба.
Настоящие Правила могут быть пересмотрены или дополнены, обновленные Правила размещаются у администратора Клуба.
Настоящие правила включают правила посещения Клуба и правила по Технике безопасности.

1. Правила посещения Клуба

1. Часы работы Клуба устанавливаются в будние дни с 6:30 до 17:00 (вход в Клуб до 16:30), в выходные с 06:30 до 23:00 (вход в клуб до 22.30).
Клуб имеет право изменять часы работы. Информация об изменениях часов работы распространяется на информационных стендах.
2. Пропуском в Клуб является Клубная карта, которая оформляется только по предъявлению паспорта и после подписания договора с Клубом. Клиент Клуба обязан предъявлять Клубную карту при входе в помещение Клуба. В случае временного отсутствия (замены/утери) Клубной карты у Клиента Клуба, доступ в Клуб осуществляется по временному пропуску.
3. Членство в Клубе является персональным и не может быть передано или использовано другими лицами без переоформления Клубной карты. Клиент Клуба обязан предъявить Клубную карту или браслет от шкафа работникам Клуба по их требованию.
4. Клиент Клуба имеет право получить браслет от шкафа, и полотенца в обмен на Клубную карту. В случае утери (или порчи) Клубной карты, браслета от шкафа, ключа, полотенца или любого другого инвентаря, выдаваемого Клубом на время занятий, Клиент Клуба обязан заплатить штраф, размер которого устанавливается Клубом.
5. В период нахождения в Клубе личные вещи Клиента Клуба должны храниться в шкафах раздевалки. Также Клиент Клуба имеет право за дополнительную плату пользоваться индивидуальными ячейками на рецепции. При пользовании индивидуальными ячейками Клиенту Клуба выдается ключ, который во время занятий Клиента в Клубе хранится на рецепции Клуба. Клуб не несет ответственности за личные вещи, оставленные в раздевалках и в помещениях для тренировок. После занятия Клиент Клуба обязан освободить шкаф от личных вещей и сдать ключ на рецепцию.
6. При первом посещении Клуба, Клиенту Клуба необходимо сфотографироваться на рецепции, в противном случае Клуб имеет право не допустить клиента до занятий.
7. При первом посещении Клуба Клиенту Клуба настоятельно рекомендуется пройти фитнес-тестирование и в дальнейшем строго придерживаться рекомендаций инструкторов и персонала Клуба.
8. Клиент Клуба обязан осуществлять тренировки в Клубе в спортивной одежде и обуви (верхняя часть тела должна быть закрыта), соблюдать правила общей гигиены, перед посещением бассейна принять душ.
9. Клуб имеет право не допускать Клиента Клуба на тренировку в обуви, не предназначенной для конкретного типа занятий. Клиент Клуба не имеет права использовать для занятий шипованную обувь.
10. Клиент Клуба обязан соблюдать чистоту во всех помещениях Клуба, которые используются им до, во время и после тренировок. Использовать бахилы на входе, пользоваться полотенцами при занятиях на тренажерах и гимнастических ковриках.
11. Клиент Клуба помимо настоящих Правил обязан соблюдать правила посещения отдельных зон Клуба (бассейн и т.д.) размещенные перед входом в соответствующую тренировочную зону
12. Клиент Клуба в период нахождения в Клубе обязуется соблюдать правила общественного порядка (вести себя культурно, не использовать в своей речи ненормативную лексику, не доставлять неудобства посетителям Клуба и т.д.).
13. Клиент Клуба обязан покидать территорию Клуба не позднее установленного времени его закрытия.
14. Для обеспечения безопасности тренировочного процесса в тренажерном зале, Клиент Клуба обязан выполнять упражнения с весами, определенными инструктором Клуба.
15. После окончания тренировок Клиент Клуба обязан вернуть спортивный инвентарь (грифы, блины, гантели и т.д.) в специально отведенные места в надлежащем состоянии. За утерю и порчу оборудования, инвентаря Клиент Клуба несет материальную ответственность.
16. Групповые занятия в Клубе проводятся по расписанию, установленному Клубом. Клуб оставляет за собой право вносить изменения и дополнения в расписание и осуществлять замену заявленного в расписании инструктора. Во избежание создания травмоопасных ситуаций Клиент Клуба обязан приходить на групповые занятия без опозданий.
17. Во время проведения групповых занятий в бассейне Клуб имеет право ограничить зону для плавания.
18. Родители несут персональную ответственность за детей на территории Клуба. Дети до 14 лет обязаны посещать Клуб в сопровождении родителей или лиц, ими уполномоченных. Дети до 16 лет допускаются в тренажерных зал только в присутствии персонального тренера.
19. Клиент Клуба имеет право пользоваться услугами только инструкторов Клуба.
20. Клиент Клуба имеет право воспользоваться автомобильной стоянкой Клуба во время посещения Клуба не более 3 часов.
21. Клуб не несет ответственности за сохранность автомобиля Клиента Клуба, находящегося на открытой автомобильной стоянке Клуба, а также за сохранность находящихся в нем вещей.
22. Во время проведения Клубных мероприятий Клуб имеет право ограничить зону, предназначенную для тренировок. Клуб имеет право закрывать помещения на время проведения специальных мероприятий и/или ремонтных работ, о чем Клиенты Клуба информируются заранее путем размещения в Клубе объявлений не менее чем за 42 часа до проведения указанных мероприятий.
23. Клиент Клуба не возражает против осуществления в здании Клуба и на прилегающей к зданию территории видеосъемки и видеонаблюдения.
24. Клиенту Клуба запрещено осуществлять кино- и фотосъемку в Клубе без письменного разрешения Клуба.
25. Клиенту Клуба запрещено самостоятельно пользоваться музыкальной и другой технической аппаратурой Клуба (в том числе пульты в банном комплексе).
26. Все помещения Клуба являются зонами, свободными от курения. Клиенту Клуба запрещено приносить в Клуб напитки и продукты питания, а также употреблять алкогольные и слабоалкогольные напитки, включая пиво в помещениях Клуба. Клиенту Клуба запрещено находиться в Клубе в нетрезвом виде, принимать пищу в местах, предназначенных для тренировок, в зонах отдыха и раздевалках.
27. На территории Клуба категорически запрещается приносить, передавать или использовать оружие, спиртные напитки, табачные изделия, токсические и наркотические вещества; использовать любые средства и вещества, способные привести к чрезвычайной ситуации, в том числе создание угрозы жизни и здоровья людей.
28. Клиент Клуба дает согласие на включение его в СМС-рассылку о новостях Клуба на период действия Договора.
29. Клиенту Клуба запрещено размещать объявления, рекламные материалы, проводить опросы и распространять товары на территории Клуба без письменного разрешения Клуба.
30. Клиенту Клуба запрещено входить на территорию Клуба с домашними животными.

31. Клиент Клуба, а также приглашенным им (и/или сопровождающим его лицам) запрещено проносить на территорию Клуба любое холодное и/или огнестрельное оружие.
32. Клуб не несет ответственности за технические неудобства, вызванные проведением муниципальными властями профилактических, ремонтно-строительных и иных работ.
33. Клуб имеет право в одностороннем порядке дополнять и изменять настоящие Правила. Новые правила вступают в силу для Клиента Клуба с момента размещения последних для всеобщего ознакомления на сайте ирецепции Клуба.
34. Посещение детьми раздевалок, не соответствующих их половой принадлежности, возможно до 4.5 лет. Если у ребенка 4.5 лет Клиентом Клуба является родитель противоположной половой принадлежности, можно воспользоваться дополнительной услугой клуба - сопровождением (стоимость и подробности в отделе продаж и на рецепции клуба).

2. Правила по технике безопасности. Общие положения

2. К тренировкам допускаются Клиенты, которые ознакомились с настоящими правилами и прошли вводный инструктаж по технике безопасности.
2.1 При проведении тренировок соблюдать правила поведения, расписание тренировок, установленные режимы тренировок и отдыха.
2.2 Для тренировок необходимо переодеться в спортивную одежду и обувь. Во время тренировок верхняя часть тела должна быть закрыта. Тренировка в уличной обуви запрещается.
2.3 Во избежание несчастных случаев не разрешается иметь при себе в тренировочном зале предметы, которые могут нанести вред здоровью во время занятий.
2.4 При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить инструктору (администратору) о случившемся, который в дальнейшем принимает решения по ситуации.
2.5 Запрещено самостоятельно устранять неполадки и ремонтировать оборудование.
Запрещено использовать оборудование не по назначению, передвигать его без разрешения тренера.
2.6 Во избежание несчастных случаев не разрешается заниматься на сломанном или имеющем видимые повреждения оборудовании.
2.7 При появлении во время тренировки боли, в каких-либо частях тела, а также при плохом самочувствии, прекратить тренировку и сообщить об этом тренеру.
2.8 Ответственность за выполнение данных правил техники безопасности, несут Клиенты, достигшие 18 лет и родители (законные представители) несовершеннолетних Клиентов Клуба.
2.9 В случае не выполнения или нарушения данных правил техники безопасности занимающимися, персональный инструктор и руководство Клуба ответственности не несут.
2.10 Клиент, осознавая всю сложность и травмоопасность, связанную с выполнением упражнений, всю ответственность за жизнь и здоровье берет на себя.

2.1. Правила техники безопасности при занятиях в тренажёрном зале:

2.1.1. Перед началом занятий ознакомьтесь с правилами техники безопасности при работе на тренажёрах и со свободными весами.
2.1.2. Во избежание получения травм, упражнения с максимальными весами в тренажерном зале рекомендуется выполнять с инструктором или партнером.
2.1.3. Соблюдайте технику безопасности и правила эксплуатации тренажёров.
2.1.4. Передвигайтесь по залу не торопясь, не заходите в рабочую зону других занимающихся.
2.1.5. Если во время тренировок возник вопрос, как пользоваться тем или иным тренажёром, или любой другой вопрос, обращайтесь к дежурному инструктору тренажёрного зала.
2.1.6. Перед началом любой тренировки во избежание травм необходимо провести разминку, обеспечивающую разогревание связок и мышц перед тренировкой.
2.1.7. Пользование спортивным оборудованием в основе грузоблоков разрешается только после вводного инструктажа по работе и основным функциям данного оборудования.
2.1.8. При работе со свободными весами необходимо использовать замки, и тщательно проверять прочность резьбы на гантелях.
2.1.9. При разгрузке и подготовке свободных весов необходимо убедиться в устойчивом положении снаряда и позаботиться о необходимом закреплении грифов с помощью специальных приспособлений на стойках.
2.1.10. Запрещается нагружать тренировочные грифы сверх установленных техническими нормами пределов.
2.1.11. Во избежание несчастных случаев перед выполнением упражнений убедитесь, что упражнение и амплитуда движения снаряда не причинят никаких телесных повреждений или не повредят какое-либо оборудование.
2.1.12. Запрещается бросать свободные веса, превышающий 30 кг. Упражнения, подразумевающие в амплитуде постановку тяжелого веса, необходимо выполнять в строго отведенных местах, которые необходимо согласовывать с дежурным тренером.
2.1.13. Запрещается выполнять упражнения, связанные с риском для жизни, без страховки тренера.
2.1.14. Запрещается отвлекать тренеров, проводящих персональную тренировку и занимающихся во время особо опасных упражнений.
2.1.15. Запрещается распространять на территории зала информацию, связанную с методиками тренировок, которая может повлечь за собой случаи травматизма в спортивном клубе.
2.1.16. Запрещается вход в зал с жевательной резинкой во избежание несчастных случаев, связанных с дыхательной функцией организма.
2.1.17. При занятиях на тренажерах рекомендуется обязательное использование полотенец в целях личной гигиены.

2.2. Занятия на кардио-тренажерах:

2.2.1. Для правильной тренировки всегда следуйте указаниям консоли.
2.2.2. Во время занятия ничто (нитки, волосы и т. д.) не должно мешать движению педалей.
2.2.3. При попадании предметов внутрь тренажёра, отключите его и обратитесь к инструктору.
2.2.4. Не ставьте на тренажер никакие жидкости в открытой упаковке. Бутылку для питья, полотенце и т.п. можно разместить только на специальной подставке.
2.2.5. Вблизи движущихся частей тренажера не должны находиться одежда, шнурки, полотенца и т. п.
2.2.6. Надевайте обувь с резиновой или рифленой подошвой. Не используйте обувь на каблуках, с кожаной подошвой, шипами. Перед тренировкой проверьте, не попали ли в подошву камешки.
2.2.7. Соблюдайте осторожность при заходе на тренажер и сходе с него.
2.2.8. Не оборачивайтесь назад во время тренировки на тренажёре.
2.2.9. При тренировке на беговой дорожке во избежание травм:
2.2.10. Никогда не вставайте и не сходите с дорожки при движущемся полотне, для этого пользуйтесь боковыми подставками для ног и поручнями для поддержания равновесия;при низкой, средней скорости движения держитесь за поручни;
2.2.11. При высокой скорости движения не держитесь постоянно за поручни, в этомслучае они предназначены лишь для поддержания равновесия на не долгий промежуток времени, но не предназначены для постоянного давления на них;

2.2.12. Никогда не используйте тренажер, если у него имеются повреждения или на его функциональные части попала вода, сразу сообщите об этом дежурному тренеру.

2.3. Правила посещения групповых занятий:

2.3.1. Во избежание травм рекомендуется посещать тренировки, соответствующие своему уровню подготовки.
2.3.2. При наличии перенесенных и хронических заболеваний перед посещением занятий необходимо в обязательном порядке проконсультироваться с врачом. Обязательно сообщайте инструктору, ведущему тренировку, о наличии таковых.
2.3.3. После перенесенного заболевания дозируйте нагрузку, увеличивая ее постепенно.
2.3.4. Если вы опоздали на занятие более чем на 10 минут, инструктор имеет право не допустить Вас, так как это опасно для Вашего здоровья.
2.3.5. Посещайте групповые занятия в специальной сменной спортивной одежде и обуви. Желательно наличие полотенца и бутылки с водой.
2.3.6. Совершенно неприемлемо заниматься в состоянии алкогольного или наркотического опьянения.
2.3.7. Для Вашего здоровья не рекомендуется посещать подряд более двух групповых программ.
2.3.8. В целях безопасности нельзя заниматься на голодный желудок.
2.3.9. Клиентам Клуба не разрешается самостоятельно пользоваться музыкальной аппаратурой
2.3.10. Запрещено во время тренировки употреблять пищу и жевать жевательные резинки.

2.4. Занятия в зале боевых искусств:

2.4.1 При наличии перенесенных и хронических заболеваний перед посещением занятий необходимо в обязательном порядке проконсультироваться с врачом. Обязательно сообщайте инструктору, ведущему тренировку, о наличии таковых.
2.4.2. Совершенно неприемлемо заниматься в состоянии алкогольного или наркотического опьянения.
2.4.3. В целях безопасности нельзя заниматься на голодный желудок.
2.4.4. Во избежание несчастных случаев рекомендуется перед началом тренировки снять все украшения (кольца, серьги, пирсинг, цепочки и тд.) и часы.
2.4.5. Приходить на тренировку в случае плохого самочувствия запрещено.
2.4.6. Во время тренировки соблюдать дисциплину и правила посещения клуба.
2.4.7. Во время тренировок соблюдать дистанцию и определенный инструктором интервал, чтобы случайно не задеть соседа. Не подходите к занимающимся слишком близко, будьте внимательны.
2.4.8. Запрещено во время тренировки употреблять пищу и жевать жевательные резинки.

2.5. Правила посещения бассейна

2.5.1. Посещение основного бассейна детьми в возрасте от 0 до 15 лет разрешено только в сопровождении родителей, уполномоченных лиц или инструктора (в рамках персональной тренировки). Посещение сауны детьми разрешается только в сопровождении взрослого, а дети до 7 лет — должны находиться под постоянным наблюдением взрослого.
2.5.2.Детский бассейн могут посещать дети от 0 до 15 лет.
2.5.3. Детей в возрасте до 5 лет, не достающих до дна и не умеющих плавать, в детском бассейне может сопровождать (находиться) только один из родителей или лиц, уполномоченных в сопровождении ребёнка.
2.5.4. Во время проведения детских групповых занятий по плаванию в большом или детском бассейне, зона для свободного плавания ограничивается.
2.5.5. Детям до 2-х лет для посещения бассейна необходимы специальные плавки-памперс.
2.5.6. Всю ответственность за пребывание детей на территории Клуба несут родители или сопровождающие лица.
2.5.7. Плавать в бассейне разрешается только в спортивном купальнике/плавках, предназначенных специально для бассейнов, и плавательной шапочке.
2.5.8. Член клуба обязан соблюдать правила личной гигиены, пользоваться средствами (мыло, гель для душа, шампунь и т.п.), принимать душ без купального костюма до плавания в бассейне.
2.5.9. Запрещается бегать по территории бассейна, прыгать в воду с бортиков (без разрешения инструкторов) и других окружающих бассейн конструкций. Запрещено висеть на разделителях дорожек.Запрещено подавать ложные сигналы бедствия.
2.5.10. Ходить по территории бассейна босиком не рекомендуется, это опасно! Выходить из бассейна необходимо только в специальной резиновой сменной обуви, предварительно хорошо вытершись полотенцем. Спускаться и подниматься в бассейн по лестнице, держась за поручни.
2.5.11. Во избежание травм, рекомендуем Вам посещение групповых занятий в бассейне, соответствующих Вашему уровню физической подготовленности. Соблюдайте рекомендации инструкторов о продолжении и интенсивности занятий.
2.5.12. Если Вы опоздали на занятие более чем на 10 минут, инструктор имеет право не допустить Вас, т.к. это опасно для Вашего здоровья.
2.5.13. Администрация оставляет за собой право заменять заявленного в расписании инструктора, а также вносить изменения в расписание групповых занятий.
2.5.14. При возникновении внештатных и/или аварийных ситуаций Члены Клуба обязаны беспрекословно выполнять указания инструктора, медицинского персонала.
2.5.15. Бережно относиться к специализированному оборудованию и инвентарю.
2.5.16. Член клуба должен покидать зону бассейна и общей сауны не позднее, чем за 15 минут до закрытия клуба.
2.5.17. В целях вашей безопасности и соблюдения санитарно эпидемиологических норм, рекомендуется посещать бассейн при наличии соответствующей справки, либо пройти осмотр у врача.

2.6.Занятия в детском зале

2.6.1. Родители несут персональную ответственность за детей на территории Клуба. Дети до 14 лет обязаны посещать Клуб в сопровождении родителей или лиц, ими уполномоченных.
2.6.2. При наличии перенесенных и хронических заболеваний перед посещением занятий необходимо в обязательном порядке проконсультироваться с врачом. Обязательно сообщайте инструктору, ведущему тренировку, о наличии таковых.
2.6.3. Посещение тренировок строго в спортивной обуви и одежде.
2.6.4. Выполнять упражнения и брать спортивный инвентарь только с разрешения инструктора.
2.6.5. При плохом самочувствии и внезапном заболевании прекратить занятия и сообщить об этом инструктору.

2.7.Правила пользования сауной и хаммамом и прочим:

2.7.1. Не рекомендуется заходить в сауну в украшениях: металл может нагреться под воздействием тепла и обжечь тело.
2.7.2. Следует избегать контакта с раскаленными поверхностями, каменкой и парогенератором во избежание получения ожогов.
2.7.3. Категорически запрещено самовольно регулировать температуру сауне.
2.7.4. Категорически запрещается лить воду на температурный датчик парогенератора в хаммаме.
2.7.5. Запрещено оставлять детей в сауне без присмотра.
2.7.6. Каждый Клиент сам несет ответственность за состояние своего здоровья во время посещения сауны.
2.7.7. Перед сауной нужно принять душ, но без мыла, которое смывает жировую пленку, защищающую кожу от пересыхания. После чего досуха обтереть тело. Не мочить голову перед заходом в сауну, чтобы не вызвать перегрева головы. Наденьте на голову специальную шапочку или полотенце — это предупредит возможный тепловой удар.

2.7.8. Не рекомендуется посещать сауну во время острых или хронических заболеваний, а так же с повышенной температурой тела.
2.7.9. Запрещено накрывать камни посторонними предметами, бросать на них какие-либо предметы, во избежание загорания и неприятного запаха.
2.7.10. В случае обнаружения неполадок в работе сауны сообщить администратору клуба.
2.7.11. Перед посещением солярия ознакомьтесь с правилами пользования. Необходимо воздержаться от посещения солярия при наличии каких-либо противопоказаний и/или в случае приема препаратов и средств, способных ухудшить состояние Вашего здоровья во время или после посещения солярия. Если во время сеанса загара у Вас возникают любые неожиданные симптомы и/или ощущения необходимо прервать сеанс инсоляции.

Клиент Клуба _____ Клуб_____

Приложение № 3

Согласие субъекта персональных данных на обработку персональных данных иных категорий

Я **{ФамилияИмяОтчествоКонтрагента}** (далее Субъект),

(Фамилия Имя Отчество Субъекта персональных данных)

Зарегистрирован по адресу: {АдресКлиента}, основной документ, удостоверяющий личность: паспорт, {ПаспортныеДанные_Серия}{ПаспортныеДанные_Номер}выдан{ПаспортныеДанные_ДатаВыдачи}{ПаспортныеДанные_КемВыдан}, на основании статей 9, 11 Федерального закона от 27 июля 2006 г. N 152-ФЗ "О персональных данных" в целях исполнения обязательств сторон по договору оказания услуг свободно, своей волей и в своем интересе предоставляю Индивидуальному предпринимателю Дмитриева Татьяна Владимировна., ИНН 667356242056, ОГРНИП:32166580016341, ведущей свою деятельность по адресу: г. Екатеринбург, ул. Малышева, д.5, мои персональные данные на следующих условиях:

1. Перечень персональных данных, на обработку которых дается согласие:

- фамилия, имя, отчество; адрес; данные паспорта РФ; номера контактных телефонов; место работы, сведения о профессии; данные банковских реквизитов, адрес личной электронной почты, пол, фотография, перечень освоенных, осваиваемых программ, состояние физической подготовленности, фамилии, имена тренеров-инструкторов, ведущих тренировки.

2. Цель обработки персональных данных: осуществление видов деятельности, предусмотренных учредительными документами; осуществление связи с Субъектом; заключение и исполнение договоров, соглашения; составление справок, отчетов; ведение личных дел клиентов; обеспечение сохранности имущества и личной безопасности; осуществление выплат по договору об оказании услуг.

3. Способ обработки персональных данных: автоматизированная и неавтоматизированная обработка.

4. Перечень действий с персональными данными, на совершение которых дается согласие: сбор, запись, систематизация, накопление, хранение, уточнение, (обновление, изменение), извлечение, использование, доступ, предоставление, обезличивание, блокирование, удаление, уничтожение.

5. Клуб вправе привлекать для обработки Персональных данных субподрядчиков, а также вправе передавать персональные данные для обработки своим аффилированным лицам, обеспечивая при этом принятие такими субподрядчиками и аффилированными лицами соответствующих обязательств в части конфиденциальности персональных данных.

6. Срок, в течение которого действует настоящее согласи: настоящее согласие действует в течение 5(Пяти) лет с момента окончания действия всех соглашений и договоров между Оператором и Субъектом. Если соглашения или договоры между Оператором и Субъектом не заключались или дата окончания их действия раньше даты подписания настоящего согласия, то настоящее согласие действует в течение 5(Пяти) лет с момента его подписания Субъектом. По истечении срока действия настоящего Согласия данный срок пролонгируется на следующие пять лет при условии отсутствия отзыва Субъектом настоящего согласия.

7. Способ отзыва настоящего согласия: настоящее согласие отзывается путем направления Субъектом письменного заявления Оператору. В этом случае Оператор прекращает обработку персональных данных Субъекта и уничтожает их в течение 30 (Тридцати) дней с момента получения Оператором заявления, если выполняются следующие условия: прошло пять лет с момента окончания действия всех соглашений или договоров между Оператором и Субъектом, прошло пять лет с момента подписания Субъектом настоящего согласия, истекли сроки обработки персональных данных Субъекта, установленные федеральными законами РФ и иными нормативными актами.

_____ _____

{Дата}

Приложение № 4

Согласие субъекта персональных данных на обработку персональных данных специальной категорий

Я **{ФамилияИмяОтчествоКонтрагента}** (далее Субъект),
(Фамилия Имя Отчество Субъекта персональных данных)
Зарегистрирован по адресу: {АдресКлиента},основной документ, удостоверяющий личность: паспорт, {ПаспортныеДанные_Серия}{ПаспортныеДанные_Номер} выдан {ПаспортныеДанные_ДатаВыдачи}{ПаспортныеДанные_КемВыдан},свободно, своей волей и в своем интересе предоставляю Индивидуальному предпринимателю Дмитриева Татьяна Владимировна., ИНН 667356242056, ОГРНИП:32166580016341,ведущей свою деятельность по адресу: г. Екатеринбург, ул. Малышева, д.5, мои персональные данные на следующих условиях:

1. Перечень персональных данных, на обработку которых дается согласие:
- данные медицинских справок, данные о прохождении медицинских тестирований, медицинских осмотров, состояние здоровья.
2. Цель обработки персональных данных: осуществление видов деятельности, предусмотренных учредительными документами; заключение и исполнение договоров, соглашения; определение возможности допуска к занятиям физической культуры и спорта в Фитнес-клубе «Экстрим».
3. Способ обработки персональных данных: автоматизированная и неавтоматизированная обработка.
4. Перечень действий с персональными данными, на совершение которых дается согласие: сбор, запись, систематизация, накопление, хранение, уточнение, (обновление, изменение), извлечение, использование, доступ, предоставление, обезличивание, блокирование, удаление, уничтожение.
5. Клуб вправе привлекать для обработки Персональных данных субподрядчиков, а также вправе передавать персональные данные для обработки своим аффилированным лицам, обеспечивая при этом принятие такими субподрядчиками и аффилированными лицами соответствующих обязательств в части конфиденциальности персональных данных.
6. Срок, в течение которого действует настоящее согласи: настоящее согласие действует в течение 5(Пяти) лет с момента окончания действия всех соглашений и договоров между Оператором и Субъектом. Если соглашения или договоры между Оператором и Субъектом не заключались или дата окончания их действия раньше даты подписания настоящего согласия, то настоящее согласие действует в течение 5(Пяти) лет с момента его подписания Субъектом. По истечении срока действия настоящего Согласия данный срок пролонгируется на следующие пять лет при условии отсутствия отзыва Субъектом настоящего согласия.
7. Способ отзыва настоящего согласия: настоящее согласие отзывается путем направления Субъектом письменного заявления Оператору. В этом случае Оператор прекращает обработку персональных данных Субъекта и уничтожает их в течение 30 (Тридцати) дней с момента получения Оператором заявления, если выполняются следующие условия: прошло пять лет с момента окончания действия всех соглашений или договоров между Оператором и Субъектом, прошло пять лет с момента подписания Субъектом настоящего согласия, истекли сроки обработки персональных данных Субъекта, установленные федеральными законами РФ и иными нормативными актами.

_____ _____

{Дата}

Приложение № 5

Информированное добровольное согласие на фото и видеосъемку

Я **{ФамилияИмяОтчествоКонтрагента}** (далее Субъект),
(Фамилия Имя Отчество Субъекта персональных данных)
Зарегистрирован по адресу: {АдресКлиента},основной документ, удостоверяющий личность: паспорт, {ПаспортныеДанные_Серия}{ПаспортныеДанные_Номер} выдан {ПаспортныеДанные_ДатаВыдачи}{ПаспортныеДанные_КемВыдан},даю информировано добровольное согласие ИП Дмитриева Татьяна Владимировна, ИНН 667356242056, ОГРНИП:32166580016341, ведущей свою деятельность по адресу г. Екатеринбург, ул. Малышева, д.5, на безвозмездной основе, осуществлять фото и видео съемку себя в Фитнес-клубе «Экстрим», с дальнейшим их использованием в рекламных целях общества, размещения на официальном сайте Фитнес-клуба «Экстрим», в качестве иллюстраций на мероприятиях: соревнованиях, праздниках и т.п.

Мое согласие предоставляется на осуществление любых действий в отношении фото и видео съемки, которые необходимы или желаемы для достижения указанных выше целей, включая (без ограничений) сбор, систематизацию, накопление, хранение, использование и т.д. фото и видео материалов с моим изображением.

_____ _____

{Дата}