



Załącznik do Zarządzenia Nr 15/2023

REGULAMIN KORZYSTANIA Z SIŁOWNI

(SIŁOWNIA - al. Grunwaldzka 244)

I Postanowienia ogólne.

1. Regulamin określa sposób korzystania z siłowni, zasady bezpieczeństwa oraz skutki jego nieprzestrzegania.
2. Siłownia jest obiektem stanowiącym własność Gminy Miasta Gdańsk zarządzanym i nadzorowanym przez Gdański Zespół Schronisk i Sportu Szkolnego.
3. Siłownia jest obiektem ogólnodostępnym, wykorzystywanym do prowadzenia zajęć pozaszkolnych, środowiskowych oraz zawodów i rozgrywek sportowych dla dzieci, młodzieży i społeczności lokalnej.

II Zasady korzystania z siłowni.

1. Korzystanie z siłowni jest bezpłatne dla użytkowników indywidualnych w ramach zajęć organizowanych przez GZSiSS.
2. Siłownia jest czynna od poniedziałku do niedzieli w godzinach od 8⁰⁰ do 20⁰⁰.
3. Godziny i dni otwarcia mogą ulec zmianie z przyczyn organizacyjnych (np. okres świąteczny, wakacyjny, imprezy sportowe, przerwy technologiczne) lub niezależnych od Gdańskiego Zespołu Schronisk i Sportu Szkolnego (np. awarie, złe warunki atmosferyczne itp.). Informacje o zmianach w godzinach funkcjonowania obiektu będą aktualizowane na bieżąco i zostaną umieszczone na stronie www.gokf.gda.pl oraz na tablicy informacyjnej obiektu.
4. W skład obiektu sportowego wchodzi:
 - pomieszczenie siłowni o powierzchni 70 m²
5. Szkolne grupy zorganizowane mogą korzystać z siłowni pod opieką nauczyciela z odpowiednimi uprawnieniami lub trenera po wcześniejszej rezerwacji z uwzględnieniem harmonogramu zajęć GZSiSS.
6. Grupy zorganizowane korzystają z obiektu odpłatnie na zasadach określonych przez zarządcę (po wcześniejszym zgłoszeniu zapotrzebowania).
7. Osoby poniżej 18 roku życia mogą korzystać ze sprzętu za wiedzą i pisemną zgodą opiekuna tylko i wyłącznie pod opieką osób pełnoletnich. Dzieci poniżej 16 roku życia mogą ćwiczyć bez obciążenia na przyrządach wykorzystując własny ciężar ciała. (na prośbę obsługi użytkownik ma obowiązek okazać dokument potwierdzający tożsamość)
8. Warunkiem korzystania z obiektu jest :
 - posiadanie odpowiedniego kompletnego stroju sportowego oraz czystego zmiennego obuwia sportowego (zalecane są tzw. buty halowe);
 - przestrzeganie zasad bezpieczeństwa przy korzystaniu z przyrządów sportowych znajdujących się na wyposażeniu siłowni – w szczególności kategoryczny zakaz naruszania stabilności stojaków i regałów z obciążeniem;
 - utrzymanie czystości i porządku na terenie siłowni.
9. Przed rozpoczęciem ćwiczeń konieczne jest wykonanie rozgrzewki w celu uniknięcia kontuzji.
10. Przed ćwiczeniem należy sprawdzić stan urządzenia – wszelkie usterki, uszkodzenia sprzętu i przyrządów należy zgłaszać w recepcji GZSiSS.

Gdański Zespół Schronisk i Sportu Szkolnego | Al. Grunwaldzka 244 | 80-314 Gdańsk | tel. 48 58 520 68 50 | biuro@ssm.gda.pl | www.gzsiss.pl

Szkolne Schronisko Młodzieżowe w Gdańsku | Al. Grunwaldzka 244 | 80-314 Gdańsk | tel. 48 520 68 51 | grunwaldzka@ssm.gda.pl

Filia SSM | ul. Wałowa 21 | 80-858 Gdańsk | tel. 48 58 301 23 13 | walowa@ssm.gda.pl

Filia SSM | ul. Kartuska 245B | 80-125 Gdańsk | tel. 48 58 302 60 44 | kartuska@ssm.gda.pl

Gdański Ośrodek Kultury Fizycznej | Al. Grunwaldzka 244 | 80-314 Gdańsk | tel. 48 58 346 03 03 | biuro@gokf.gda.pl | www.gokf.gda.pl

Dane do faktury: Gmina Miasta Gdańska | ul. Nowe Ogrody 8/12 | 80-803 Gdańsk | NIP 5830011969



11. Ćwiczący zobowiązani są wykonywać ćwiczenia bezpiecznie tzn. ćwiczyć z takimi obciążeniami, nad którymi są w stanie sami zapanować. Ćwiczenia z większym obciążeniem należy wykonywać przy asekuracji drugiej osoby lub instruktora/trenera.
12. Administrator nie odpowiada za rzeczy osobiste osób przebywających w obiekcie.
13. W celu zapewnienia bezpieczeństwa podczas korzystania z siłowni zabrania się:
 - wspinania na urządzenia sportowe nie przeznaczone do takiego rodzaju ćwiczeń,
 - przestawiania urządzeń i wyciągania mocowań urządzeń sportowych,
 - zaśmiecania terenu i niszczenia wyposażenia będącego własnością obiektu,
 - dewastowania pomieszczeń oraz urządzeń sportowych,
 - korzystanie z uszkodzonych lub niestabilnych urządzeń sportowych,
 - zakłócania porządku, dopuszczania się zachowań agresywnych, prowokacyjnych, używania słów wulgarnych albo w inny sposób stwarzających zagrożenie dla bezpieczeństwa lub porządku publicznego,
 - wnoszenia na teren obiektu materiałów i przedmiotów niebezpiecznych, materiałów pirotechnicznych i szkodliwych substancji chemicznych,
 - wprowadzania zwierząt,
 - wprowadzania i użytkowania sprzętu innego niż zgodne z przeznaczeniem siłowni tj. rower, hulajnoga, rolki, deskorolki itp.,
 - wchodzenia w innym obuwii niż przeznaczonym do treningu sportowego (np. korki, wkrety, turfy, szpilki itp.)
 - wnoszenia i spożywania napojów alkoholowych i innych substancji odurzających oraz palenia papierosów,
 - wstępu osobom pod wpływem alkoholu, środków odurzających, psychotropowych lub innych podobnie działających substancji.
 - korzystania z obiektu poza godzinami otwarcia obiektu.
14. Nie przewiduje się udostępniania sprzętu innego niż ten, w który siłownia wyposażona jest na stałe. Osoby przebywające na terenie siłowni powinny dbać o wszystkie urządzenia i wykorzystywać je zgodnie z przeznaczeniem.
15. Obiekt znajduje się pod nadzorem pracownika obsługi w godzinach jego otwarcia. Pracownik obsługi może zażądać opuszczenia terenu obiektu przez osobę niestosującą się do zasad obowiązujących w obiekcie wskazanym w niniejszym w regulaminie.
16. W przypadku zaistnienia zagrożenia osób lub mienia na terenie obiektu, pracownik obsługi jest uprawniony do wezwania patrolu interwencyjnego lub innych właściwych służb.
17. Gmina Miasta Gdańsk oraz Gdański Zespół Schronisk i Sportu Szkolnego nie ponosi odpowiedzialności za:
 - wypadki powstałe w trakcie korzystania z obiektu,
 - wypadki w obiekcie zaistniałe w wyniku nieprzestrzegania powyższego regulaminu,
 - bezpieczeństwo, ubezpieczenie od następstw nieszczęśliwych wypadków osób korzystających z siłowni,
 - rzeczy osobiste wniesione i pozostawione na terenie siłowni.
18. W przypadku wystąpienia niepokojących zmian samopoczucia oraz urazów i



skaleczeń osoba korzystająca z obiektu powinna niezwłocznie przerwać zajęcia i powiadomić o tym fakcie pracownika obsługi.

19. Zabrania się na terenie obiektu prowadzenia jakiejkolwiek działalności zarobkowej, a w szczególności handlowej, marketingowej i usługowej.

III Postanowienia końcowe

1. Użytkownicy korzystają z siłowni na własną odpowiedzialność.
2. Osoby korzystające z siłowni oświadczają, że nie mają przeciwwskazań zdrowotnych do wykonywania ćwiczeń fizycznych i wykonują je na własną odpowiedzialność. Osoby z problemami zdrowotnymi przed przystąpieniem do ćwiczeń powinny skonsultować się z lekarzem, a korzystając z zajęć oferowanych przez Gdański Zespół Schronisk i Sportu Szkolnego każdy problem zdrowotny zgłosić trenerowi prowadzącemu zajęcia.
3. Za zniszczenia wynikające z niewłaściwego użytkowania siłowni i urządzeń sportowych znajdujących się na terenie obiektu odpowiedzialność finansową ponosi osoba, która dopuściła się zniszczeń, a w przypadku osób niepełnoletnich – rodzic lub opiekun prawny.
4. Korzystający z obiektu są zobowiązani do bezwzględnego przestrzegania regulaminu, przepisów p. poż i bhp, a także poleceń wydanych przez zarządcę.
5. Osoby nieprzestrzegające bezpieczeństwa i porządku w obiekcie sportowym będą podlegać odpowiedzialności karno-administracyjnej.
6. Gdański Zespół Schronisk i Sportu Szkolnego jako Zarządca zastrzega sobie możliwość wyłączenia siłowni z użytkowania w przypadku konieczności konserwacji lub ze względu na nieodpowiednie warunki atmosferyczne.
7. Korzystający z obiektu są zobowiązani do przestrzegania niniejszego regulaminu. Wejście na obiekt i korzystanie z niego jest równoznaczne z jego akceptacją.
8. Gdański Zespół Schronisk i Sportu Szkolnego zastrzega sobie prawo do zmian w niniejszym Regulaminie.
9. W sprawach nieuregulowanych niniejszym Regulaminem decyzję podejmuje dyrektor Gdańskiego Zespołu Schronisk i Sportu Szkolnego.
10. Regulamin wchodzi w życie z dniem ogłoszenia i obowiązuje do odwołania.

Dyrektor GZSiSS

DYREKTOR

Marlena Zajdziska-Pelka



Gdański Zespół
Schronisk
i Sportu
Szkolnego

W przypadku niebezpiecznego zdarzenia na siłowni, w celu udzielenia poszkodowanemu pomocy, należy dzwonić pod numer **112 – Centrum Powiadamiania Ratunkowego**.

POGOTOWIE RATUNKOWE -999 POLICJA -997

STRAŻ POŻARNA - 998 STRAŻ MIEJSKA -996

ZARZĄDCA OBIEKTU Gdański Zespół Schronisk i Sportu Szkolnego

Tel. 58 520 68 50,

mail: biuro@ssm.gda.pl

Gdański Zespół Schronisk i Sportu Szkolnego | Al. Grunwaldzka 244 | 80-314 Gdańsk | tel. 48 58 520 68 50 | biuro@ssm.gda.pl | www.gzsiss.pl

Szkolne Schronisko Młodzieżowe w Gdańsku | Al. Grunwaldzka 244 | 80-314 Gdańsk | tel. 48 520 68 51 | grunwaldzka@ssm.gda.pl

Filia SSM | ul. Wałowa 21 | 80-858 Gdańsk | tel. 48 58 301 23 13 | walowa@ssm.gda.pl

Filia SSM | ul. Kartuska 245B | 80-125 Gdańsk | tel. 48 58 302 60 44 | kartuska@ssm.gda.pl

Gdański Ośrodek Kultury Fizycznej | Al. Grunwaldzka 244 | 80-314 Gdańsk | tel. 48 58 346 03 03 | biuro@gokf.gda.pl | www.gokf.gda.pl

Dane do faktury: Gmina Miasta Gdańska | ul. Nowe Ogrody 8/12 | 80-803 Gdańsk | NIP 5830011969