

Согласовано:
Главный Врач
ООО «САНАТОРИЙ ИСТОЧНИК»
_____ О.Г. Аверьянова

Утверждаю:
Директор
ООО «САНАТОРИЙ ИСТОЧНИК»
_____ И.В. Матвиец



ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ ЗАЛА ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗКУЛЬТУРЫ

Общие положения

- Во избежание травм, настоятельно рекомендуем Вам пройти первоначальный инструктаж в зале лечебной физкультуры (ЛФК) у инструктора.
- Будьте внимательны, соблюдайте технику безопасности и правила эксплуатации тренажеров. В случае возникновения вопросов, неясностей в пользовании тренажером, просим Вас немедленно обратиться к инструктору за разъяснениями.
- Администрация не несет ответственность за вред, причиненный здоровью отдыхающего, в результате выполнения им физических упражнений, нарушающих требования инструктора ЛФК.
- Рекомендуется использовать оборудование, выбирать интенсивность и продолжительность тренировок в соответствии с Вашим уровнем подготовки.
- Занятия на тренажерах проводятся только по назначению врача.
- Упражнение в тренажерном зале, предполагающее использование максимального веса, необходимо выполнять только под наблюдением инструктора ЛФК.
- Для Вашей безопасности мы настоятельно рекомендуем пользоваться замками штанги.
- Посетители зала ЛФК должны самостоятельно убирать за собой оборудование и спортивный инвентарь после его использования на специально отведенные места.
- На занятия лечебной гимнастикой следует приходить за 5 минут до начала.
- Огромная просьба свести разговоры на занятиях до минимума.
- Пожалуйста, не используйте резкий парфюм.
- Для занятий на тренажерах рекомендуется использовать полотенце.
- Соблюдайте чистоту в зале.

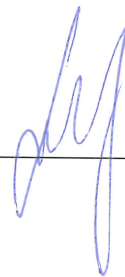
Запрещается:

- находиться и перемещаться по залу ЛФК босиком или с открытым торсом;
- передвигать тренажеры;
- самостоятельно находиться в зале ЛФК детям, не достигшим 14 лет. Дети до 14 лет могут посещать зал ЛФК только под присмотром родителей;
- пользоваться тренажерами детям, не достигшим 16 лет;
- пользоваться тренажерами во время проведения групповых занятий лечебной гимнастикой;
- жевать жевательную резинку во время занятий;
- посещать зал ЛФК при наличии инфекционных, острых респираторных и кожных заболеваний;
- использовать оборудование и тренажеры не по назначению;
- заниматься в уличной обуви. Для занятий на кардиотренажерах следует использовать чистую спортивную обувь;
- использовать мобильные телефоны во время групповых тренировок;
- самостоятельно пользоваться музыкальной аппаратурой зала ЛФК.

В случае плохого самочувствия или при получении травмы необходимо немедленно прекратить занятие и обратиться к дежурному медицинскому персоналу.

В случае неисправности оборудования следует незамедлительно сообщить об этом инструктору ЛФК.

11.03.2021 г.



Главный врач Аверьянова О.Г.