

Правила посещения Фитнес клуба “Shape”

Уважаемые Клиенты и Гости нашего Фитнес клуба.

Для обеспечения комфортного и безопасного пребывания в Фитнес клубе, просим Вас, соблюдать настоящие Правила.

1. Общие положения для клиентов Фитнес клуба “Shape”

1.1. Фитнес клуб “Shape” расположен по адресу: г. Петрозаводск, ул. Варламова, д. 21.
Фитнес клуб “Shape” открыт для клиентов в соответствии с установленными часами работы:
с 09:00 до 21:00 – будни, технический перерыв с 14:00 до 16:00
с 09:30 до 14:30 – суббота
воскресенье – выходной день

Занятия в бассейне и фитнес зале необходимо завершать за 15 минут до окончания работы фитнес клуба и покидать помещения фитнес клуба не позднее установленного времени окончания работы фитнес клуба “Shape” .

Обращаем Ваше внимание на то, что допуск в Фитнес Клуб прекращается за 30 минут до окончания работы Фитнес Клуба.

Администрация вправе вносить изменения в расписание работы фитнес клуба в течение сезона и, в случае технической необходимости, временно закрывать доступ в помещения фитнес клуба (отдельные тренировочные территории, сауна и пр.).

1.2. Настоящие правила являются обязательными для всех посетителей Фитнес клуба, включая клиентов по разовому посещению .

1.3. Фитнес клуб “Shape” не является медицинским учреждением и не осуществляет оказание услуг по медицинскому обеспечению клиента (оценка состояния здоровья, наблюдение и контроль за состоянием здоровья и т.п). Предоставляя свои услуги, разрабатывая любые индивидуальные программы для клиента, фитнес клуб “Shape” руководствуется тем, что клиент не имеет противопоказаний для занятий фитнесом и аквааэробикой.

1.4. Фитнес клуб “Shape” рекомендует клиенту пройти медицинское обследование до начала посещения тренировок в фитнес зале и бассейне, так как клиент несет персональную ответственность за свое здоровье и медицинское обеспечение.

1.5. Фитнес клуб “Shape” не несет ответственности за вред, связанный с ухудшением Вашего здоровья в результате обострения хронических заболеваний и травм.
Не посещайте занятия после недавно перенесенного заболевания. Ставьте в известность инструктора о неожиданном ухудшении самочувствия, а также любых ограничениях при занятиях физической культурой.

1.6. Занятия детей с 14 до 18 лет в фитнес зале и бассейне разрешаются только при письменном разрешении от родителей и в присутствии ответственного лица.

1.7. На территории Фитнес клуба “Shape” родители несут персональную ответственность за детей, не достигших 18 летнего возраста.

1.8. Перед первым посещением Фитнес клуба рекомендуем Вам:

- ознакомиться с расписанием групповых занятий в фитнес зале и бассейне;
- записаться на вводный инструктаж;
- пройти консультацию по предоставленным фитнес-программам, персональным тренировкам и другим дополнительным услугам.

сайт: shapefitness.ru

группа ВК: vk.com/shape_fitness

Расписание занятий, прайс-лист и другая необходимая информация находится на ресепшн.

Бассейн и фитнес зал предназначены исключительно для проведения групповых занятий. Посещение бассейна и фитнес зала допускается только во время указанное в расписании занятий фитнес клуба и только в присутствии тренера (инструктора).

1.9. На территории Фитнес клуба следует соблюдать общепринятые правила этикета и данные Правила.
- Работающие мобильные телефоны мешают людям, окружающим Вас и сбивают Вас с рабочего ритма. Оставляйте мобильные телефоны вне зала групповых занятий или ставьте их на беззвучный режим работы.

1.10. Все занятия в фитнес зале и аквааэробикой (в бассейне) проводятся по записи согласно расписанию, размещенному на ресепшн. Администрация оставляет за собой право изменить расписание занятий, а также поменять заявленного в расписании инструктора;

1.11. Занятия аквааэробикой и в фитнес зале осуществляются по предварительной записи. Отмена записи возможна не позднее 2-х часов до начала тренировки. В противном случае, производится списание занятия с абонемента. Если абонемент безлимитный, то срок его действия сокращается на один день.

Запись на занятия производится у администратора в среду и четверг с 11:00 на ресепшн фитнес клуба или по телефонам: 57-74-64, 8911-437-62-11.

В случае, когда группа на занятие сформирована, клиент может быть записан в резерв. Если место в группе освободится, администратор приглашает клиента из резервного списка посетить занятие.

1.12. На территории Фитнес клуба запрещается:

- проносить на территорию фитнес клуба оружие, наркотики, медицинские препараты, еду и спиртные напитки. Безалкогольные напитки проносятся на территорию фитнес клуба только в закрытых пластиковых бутылках;
- посещать занятия и находится на территории фитнес клуба в состоянии наркотического или алкогольного опьянения. Курение, употребление алкоголя, медицинских препаратов и наркотических средств на территории фитнес клуба категорически запрещено;
- Громко и агрессивно разговаривать, оскорблять сотрудников или клиентов клуба, использовать ненормативную лексику, бороться и устраивать потасовки и делать всё, что может помешать другим клиентам фитнес клуба отдыхать и заниматься фитнесом или аквааэробикой;
- Проносить и принимать пищу в тренировочных зонах, в том числе жевать жевательную резинку;
- Самостоятельно использовать музыкальную и другую аппаратуру Фитнес клуба;
- Без письменного разрешения руководства фитнес клуба заниматься продажей товаров и услуг, распространением рекламной продукции и расклейкой объявлений, производить видео- и фотосъемку, а также проводить опросы и любые публичные акции без согласования с Администрацией фитнес клуба
- Находиться в помещениях фитнес клуба, предназначенных для служебного пользования;
- Производить фото- и видеосъемку (без предварительного согласования с Администрацией Фитнес клуба);
- Резервировать места в тренировочных зонах;
- Проносить на территорию Фитнес клуба животных (в том числе домашних), птиц, насекомых и т.п.;
- Производить любые противоправные действия в отношении окружающих;

1.13. Клиенты несут полную материальную ответственность за вред, причиненный фитнес клубу (за уничтожение, утерю, повреждение материальных ценностей и т.п.).

1.14. Для личных вещей следует использовать шкафчик. Не разрешается оставлять свои вещи в шкафчиках после окончания тренировок в фитнес клубе. Перед уходом из Фитнес клуба ключ от шкафчика необходимо сдавать на ресепшн. Не оставляйте ценные вещи без присмотра. За утерянные вещи, оставленные без присмотра, в том числе в раздевалках, фитнес клуб ответственности не несет.

Срок хранения забытых вещей – две недели, забытых ценных вещей – тридцать дней.
За утерю ключа от шкафчика взимается штраф в размере 100 рублей.

1.15. Фитнес клуб оставляет за собой право в выборе фонового музыкального сопровождения на территории Фитнес клуба. Если общее музыкальное сопровождение Вам мешает, Вы в праве иметь при себе наушники и пользоваться ими по мере необходимости.

1.16. В фитнес клубе необходимо соблюдать правила техники безопасности, общей и личной гигиены, а также поддерживать чистоту в помещениях Клуба.

1.17. Занятия необходимо завершать за 15 минут до окончания работы Фитнес клуба (или времени, указанного в Договоре) и покидать помещение Фитнес клуба не позднее установленного времени окончания работы Фитнес клуба (или времени, указанного в Договоре).

1.18. Во время проведения мероприятий Администрация Фитнес клуба вправе ограничить для посещения любую зону Фитнес клуба.

1.19. Фитнес клуб оставляет за собой право по изменению/дополнению данных Правил в одностороннем порядке. Информация обо всех изменениях/дополнениях размещается на информационных стендах Фитнес клуба и на ресепшн.

2. Персональные клубные карты, абонементы, заморозка.

2.1. Прайс-лист с ценами находится на ресепшн;

2.2. Администрация Фитнес клуба оставляет за собой право в одностороннем порядке изменить цены на абонементы, условия их приобретения и продления, а также дополнительные услуги;

2.3. После заключения договора Клиенту выдается именная клубная карта, на которую после оплаты привязываются приобретенные абонементы;

2.4. Персональные клубные карты:

2.4.1. Персональная клубная карта является пропуском в Фитнес клуб "Shape". В случае отсутствия клубной карты администратор имеет право не допустить клиента в фитнес клуб.

2.4.2. Персональная клубная карта предназначена только для индивидуального пользования, передача ее третьим лицам не допускается.

2.4.3. При посещении фитнес клуба "Shape" Клиент обязан при входе предъявить персональную клубную карту администратору на ресепшн. Администратор выдает клиенту ключ от шкафчика и забирает клубную карту для учета статистики посещений занятий.

По окончании тренировки, клиент сдает ключ от шкафчика администратору и получает обратно персональную клубную карту.

В случае, если персональная клубная карта Клиента не изготовлена, то при входе в Фитнес клуб необходимо предъявить документ подтверждающий приобретение комплекса услуг (Договор). Так же необходимо иметь при себе документ, удостоверяющий личность, с фотографией (паспорт, водительское удостоверение).

2.4.4. При утере или порче персональной клубной карты, ее повторное изготовление производится за счет средств члена фитнес клуба "Shape", исходящей из стоимости, действующей на момент восстановления, в соответствии с действующим прайсом, находящимся на ресепшн.

2.4.5. Соблюдение распорядка фитнес клуба "Shape" обязательно для всех членов Клуба. Приобретением клубной карты Клиент подтверждает факт ознакомления с данными правилами, свою

сайт: shapefitness.ru

группа ВК: vk.com/shape_fitness

готовность неукоснительно соблюдать Правила, а также все требования и предписания администрации Фитнес клуба и инструкторов.

2.4.6. Приобретением персональной клубной карты Клиент подтверждает, что состояние его здоровья позволяет совершать активные и пассивные упражнения и что физические нагрузки не причинят вреда его здоровью. Также Клиент подтверждает, что ни он, ни его несовершеннолетние дети не имеют медицинских противопоказаний для занятий фитнесом и полностью принимает на себя ответственность за состояние своего здоровья и состояние здоровья своих несовершеннолетних детей, посещающих Клуб вместе с ним.

2.4.7. Клиент может подарить или продать свою клубную карту, написав заявление, затем клубная карта регистрируется на нового члена Фитнес клуба "Shape".

2.5. Условия действия абонемена:

2.5.1. Активация абонемена с первого занятия, срок действия абонемена 30 дней.

Все занятия должны быть использованы в течение срока действия абонемена.

2.5.2. Абонемент считается НЕДЕЙСТВИТЕЛЬНЫМ по окончанию количества занятий или срока действия (независимо от количества оставшихся занятий).

2.5.3. Приобретенный абонемент должен быть активирован в течение 30 дней с даты оплаты.

По истечении 30 дней с даты оплаты, абонемент автоматически активируется и действует в течение 30 дней. По истечении срока действия абонемент является недействительным.

2.5.4. Заморозка абонемена 15 дней бесплатно (минимальный срок заморозки не менее семи дней, не более двух раз), далее каждые 15 дней заморозки 300 рублей.

2.5.5. Абонемент автоматически размораживается на следующий день после даты, указанной как дата окончания заморозки.

2.5.6. По окончании количества занятий или срока действия абонемена (30 дней с первого занятия), клиент приобретает абонемент на следующий месяц.

2.5.7. Все тренировки проводятся по предварительной записи. Перенос или отмена забронированной тренировки в фитнес зал или на аквааэробику осуществляется не позднее, чем за 2 часа до начала тренировки. В противном случае, а также в случае если клиент записался и не явился на тренировку без предупреждения, производится списание занятия с абонемена т.к. услуга считается исполненной. Если абонемент безлимитный, то срок его действия сокращается на один день.

2.5.8. Для студентов и пенсионеров предоставляется скидка 10 % на любой абонемент согласно прайс-листу находящемуся на ресепшн.

2.5.9. Оплата абонемена является подтверждением согласия Клиента с Правилами Фитнес-центра SHAPE.

2.5.10. Администрация клуба имеет право отказать в оказании услуг за нарушение данных правил, не дожидаясь окончания срока действия абонемена и расторгнуть договор в одностороннем порядке.

2.6. Акции и спец.предложения.

2.6.1. Во время акций и спец.предложений на абонементы может устанавливаться специальная цена ограниченная по времени и количеству абонементов, а также могут действовать другие условия их приобретения, при этом скидки не суммируются.

2.6.2. Абонементы на 3 и 6 месяцев, приобретенные по акциям и спец. предложениям активируются в день покупки и действуют в течение 90 или 180 дней без заморзки.

2.6.3. Об условиях проходящих акций и спец.предложений необходимо узнавать на ресепшн у администратора Фитнес клуба "Shape".

3. Правила посещения бассейна и групповых занятий аквааэробикой.

3.1. Групповые занятия аквааэробикой проводятся инструктором фитнес клуб "Shape" согласно расписанию. Клуб оставляет за собой право вносить изменения в расписание и осуществлять замену заявленного в расписании инструктора.

3.2. Занятия аквааэробикой проводятся по предварительной записи, согласно действующего расписания, в группах от трех до шести клиентов. Длительность тренировки 45 минут.

3.3. Рекомендуем Вам пройти медицинское обследование до начала посещений бассейна для занятий аквааэробикой, так как Фитнес Клуб не является медицинским учреждением. Вы несете персональную ответственность за свое здоровье.

3.4. Вход в бассейн разрешен только по окончании занятий предыдущей группы аквааэробики (или) по приглашению тренера. Если вы опоздали на занятие, вход в бассейн возможен только с разрешения инструктора.

3.5. Перед посещением бассейна следует снять все украшения и принять душ.

3.6. Перед посещением бассейна следует мыться с мылом в душе без купального костюма, следует полностью смывать косметику, кремы и мази, нанесенные на тело.

3.7. Перед входом в бассейн следует надеть плавательную шапочку и убрать под нее волосы, организованно пройти в бассейн и занять место для занятий аквааэробикой;

3.8. Во время занятий аквааэробикой необходимо внимательно слушать инструктора и организованно выполнять все его команды. А также соблюдать технику безопасности при выполнении упражнений.

3.9. Оборудование для занятий аквааэробикой брать только по команде инструктора.

3.10. По окончании занятий в бассейне организованно выйти из бассейна, все оборудование используемое для занятий вернуть в специально отведенное для него место, затем обязательно ополоснуться под душем, вытереться, выжать купальный костюм и только после этого идти в сауну или раздевалку.

3.11. Если вам стало на занятии плохо или необходимо преждевременно уйти, нужно обязательно поставить в известность инструктора.

3.12. В бассейне запрещено:

- заниматься в одежде, не предназначенной для занятий в бассейне;
- плавать с жевательной резинкой;
- прыгать в воду с бортиков бассейна;
- бегать по бортику бассейна, нырять с разбега в воду, использовать любые упражнения связанные с задержкой дыхания;
- создавать излишний шум, подавать ложные сигналы о помощи, нецензурно выражаться, вызывая себе вест, оскорблять посетителей, инструкторов и персонал Фитнес клуба;
- запрещено плавать без шапочки, волосы должны быть убраны под шапочку (волосы засоряют фильтры очистки воды в бассейне);
- запрещается посещать бассейн при наличии медицинских противопоказаний по состоянию здоровья, при наличии кожных, инфекционных заболеваний, кровотечений, в плохом самочувствии;
- запрещается посещать бассейн в состоянии алкогольного, наркотического, токсического опьянения;
- запрещено приносить огнестрельное и холодное оружие, колото-режущие предметы, предметы из стекла, взрывчатые, легковоспламеняющиеся, отравляющие и токсичные вещества, а также газовые баллончики;
- запрещается курить, принимать пищу и распивать спиртные напитки в бассейне;
- запрещается портить инвентарь и использовать инвентарь без разрешения инструктора или не по назначению;

сайт: shapefitness.ru

группа ВК: vk.com/shape_fitness

- производить фото и видеосъемку без разрешения руководства фитнес клуба;
- проходить в бассейн в уличной обуви;
- загрязнять помещения и сооружения бассейна;
- прикасаться, включать, выключать и регулировать любое инженерно-техническое оборудование бассейна;
- запрещается резервировать место на тренировке по аквааэробике.

4. Правила при посещении групповых занятий в фитнес зале.

- 4.1. Групповые занятия в фитнес зале проводятся инструктором фитнес клуб "Shape" согласно расписанию. Клуб оставляет за собой право вносить изменения в расписание и осуществлять замену заявленного в расписании инструктора.
- 4.2. Групповые занятия в фитнес зале проводятся по предварительной записи, согласно действующего расписания. Длительность тренировки 50-55 минут.
Группы от пяти до пятнадцати клиентов на силовые классы.
Группы от пяти до двенадцати клиентов на занятия Стретчинг, Йога, Здоровая спина, Flex, Пилатес.
- 4.3. Рекомендуем Вам пройти медицинское обследование до начала посещений зала групповых программ Фитнес Клуба, так как Фитнес Клуб не является медицинским учреждением. Вы несете персональную ответственность за свое здоровье.
- 4.4. Вход в зал групповых программ разрешен только по окончании занятий предыдущей группы и (или) по приглашению тренера. Если вы опоздали на занятие, вход в фитнес зал возможен только с разрешения инструктора.
- 4.5. Перед тренировкой снять часы и все украшения: бусы, цепочки, браслеты и т. д.
- 4.6. Перед посещением занятий очищайте лицо от макияжа во избежание аллергических реакций на активные компоненты косметики.
- 4.7. Посещать зал для групповых занятий необходимо в спортивной одежде и обуви. Одежда должна быть легкой, удобной и пропускать воздух. Обувь должна иметь амортизирующую подошву, супинатор и твердый задник (для аэробики). Необходимо тщательно завязывать шнурки на кроссовках во избежание падений.
- 4.8. Во избежание создания травмоопасных ситуаций необходимо приходить на групповые программы без опозданий. Не рекомендуется приходить на занятие через 10 минут после его начала. Инструктор имеет право не допустить Члена Фитнес клуба на занятие в случае его опоздания.
- 4.9. Рекомендуется посещать групповые программы, соответствующие Вашему уровню подготовленности и рекомендациям инструктора Фитнес клуба.
- 4.10. Внимательно отнеситесь к рекомендациям инструктора Фитнес клуба. Не рекомендуется выполнять упражнения, к которым у Вас есть противопоказания.
- 4.11. При выполнении упражнений внимательно слушайте команды и объяснения инструктора, технически правильно выполняйте все упражнения и соблюдайте технику безопасности.
- 4.12. После окончания групповой фитнес программы необходимо убрать спортивный инвентарь в специально отведенные для этого места и организованно выйти из зала.

4.13. На занятиях в фитнес зале запрещено:

- использовать оборудование и выполнять любые упражнения без инструктажа и соответствующих команд инструктора, а также собственную хореографию и свободные веса без разрешения инструктора;
- при плохом самочувствии, высоком/низком давлении, головных болях, температуре, в постболезненном периоде посещение интенсивных групповых занятий нежелательно;
- во время занятий не разговаривать, не отвлекать занимающихся от выполнения упражнений;
- клиент должен осуществлять все тренировки под наблюдением инструктора, точно следовать указаниям инструктора, осуществлять самоконтроль за правильностью выполнения упражнений;
- в целях безопасности запрещается ставить рядом с тренировочными снарядами посторонние предметы: емкости с водой, ключи, полотенца и т. п.
- запрещены занятия в уличной или грязной обуви, а также в обуви, не предназначенной для занятий фитнесом;
- начинающим не рекомендуется посещать подряд более двух групповых программ. Перед

сайт: shapefitness.ru

группа ВК: vk.com/shape_fitness

посещением подряд более одной фитнес программы желательно получить консультацию у инструктора;

- запрещается резервировать места в зале групповых программ, также запрещается входить в зал с большими спортивными сумками;
- в зале групповых программ запрещено использование мобильных телефонов;
- нельзя использовать косметические средства с ароматом, чувствительным для окружающих;

Не рекомендуется посещение групповых или индивидуальных занятий натощак или сразу после приема пищи.

5. Правила посещения персональных тренировок.

Персональные тренировки позволяют добиться максимального результата и удовольствия от занятий. Во время индивидуальной тренировки инструктор контролирует, насколько правильно Вы выполняете упражнения, работаете ли Вы в полную силу, доставляет ли Вам тренировка удовольствие, и помогает сделать тренировку максимально эффективной.

Исходя из поставленных задач и Ваших индивидуальных данных, инструктор составит программу персональных тренировок, объяснит технику выполнения упражнений, их последовательность, даст полезные рекомендации по методике фитнес тренировки.

5.1. Рекомендуем Вам пройти медицинское обследование до начала посещений персональных тренировок так как Фитнес Клуб не является медицинским учреждением. Вы несете персональную ответственность за свое здоровье.

5.2. Персональные тренировки на территории фитнес клуба "Shape" разрешается проводить только инструкторам фитнес клуба "Shape".

5.3. Для использования дополнительной услуги «персональная тренировка», Члену Клуба необходимо заранее произвести запись и оплату на ресепшн Клуба (бронирование услуги).

5.4. Члену Клуба, забронировавшему услугу «персональная тренировка», рекомендуется приходить за 15 минут до ее начала. В случае опоздания, время услуги соразмерно сокращается.

Перенос или отмена забронированной услуги «персональная тренировка» осуществляется не позднее, чем за 6 часов до ее начала. В противном случае, а так же в случае если вы не явились на тренировку без предупреждения, она считается исполненной.

5.5. Правила оплаты и посещения персональной тренировки.

1. Запись на персональную тренировку производится заранее по согласованию с инструктором.
2. Оплата за персональную тренировку производится у администратора Клуба, согласно прайс-листу.
3. Персональная тренировка начинается и заканчивается строго по запланированному времени. Если клиент опоздал на тренировку, она укорачивается на время, равное времени опоздания.
4. Просьба заранее информировать об отмене или переносе персональной тренировки Вашего персонального инструктора.
5. Оплаченные персональные тренировки должны быть использованы в течение 30 дней. Если по уважительной причине клиент не может посещать персональные тренировки, он предупреждает об этом тренера, чтобы заморозить срок действия на период отсутствия. В случае, если клиент не посещает персональные тренировки по неуважительной причине, они считаются использованными по истечении 30 дней с момента их оплаты.
6. Время каждой персональной тренировки 50-55 минут, в зависимости от фитнес программы, перед началом занятий по персональной программе необходимо проконсультироваться с инструктором.
7. При повторном пропуске персональной тренировки без предупреждения, тренер вправе отказать в предоставлении услуг.

сайт: shapefitness.ru

группа ВК: vk.com/shape_fitness

5.6. Во время персональных тренировок действуют правила, прописанные для всех тренировочных зон фитнес клуба “Shape”.

6. Правила посещения сауны.

6.1. При пользовании сауной просим соблюдать Правила техники безопасности и общепринятые меры предосторожности;

6.2. Во избежание получения ожогов снимите с себя изделия из металла (часы, цепочки, кольца, браслеты, серьги и т.п.).

6.3. Перед посещением сауны необходимо принять душ. Затем тщательно вытереть тело и голову полотенцем, в противном случае можно получить термические ожоги или перегрев кожи головы и тела. По этим причинам рекомендуем покрывать голову полотенцами или специальными головными уборами;

6.4. Посещать сауну необходимо без обуви и купального костюма;

6.5. Перед тем, как занять место, необходимо постелить полотенце на полки. Сидение на полке без использования подстилки не допускается. Во время нахождения в сауне следует избегать соприкосновения с поверхностью каменки – это может вызвать сильные ожоги.

6.6. Воздух в сауне должен оставаться всегда сухим. Вода, при попадании на камни может вывести сауну из строя. Кроме этого, перегретый пар может стать причиной ожога;

6.7. Оптимальная температура сауны 70-80 градусов;

6.8. Использование сауны может быть ограничено (технические перерывы, необходимые для проведения профилактических и/или ремонтных работ).

6.9. Максимальное рекомендуемое время нахождения в помещении сауны – 15 минут.

6.10. В сауне запрещается:

- накрывать каменку посторонними предметами – это может привести к пожару;
 - пользоваться мобильной связью, употреблять продукты питания, принимать алкоголь, курить;
 - проводить массаж тела;
 - посещать сауну в период острых или хронических заболеваний, а также с повышенной температурой тела.
 - использовать скрабы, масла, крема и другие косметические средства;
 - сушить одежду и полотенца;
 - осуществлять чистку ног пемзой и другими средствами.
 - самостоятельное посещение сауны детьми, не достигших 14 – летнего возраста без сопровождения родителей, не допускается;
 - самостоятельно регулировать температурный режим в сауне;
 - поливать водой, ароматическими маслами и жидкостями нагревательные элементы и камни
- ВНИМАНИЕ: В случае причинения ущерба нагревательному прибору, Клуб предъявляет виновному лицу возмещение ущерба в полном объеме в сумме 10000 руб. (Десять тысяч рублей) – стоимость ремонта и замены нагревательных элементов.

6.11. Сауна противопоказана:

- при беременности;
- на любой стадии онкологического заболевания;
- при обострении хронических заболеваний любых органов и систем организма;
- при повышенной температуре;
- больным активной формой туберкулеза;
- при склонности к кровотечениям и тромбозам;
- при выраженном атеросклерозе сосудов;
- при любых инфекционных заболеваниях кожи.

сайт: shapefitness.ru

группа ВК: vk.com/shape_fitness

7. Условия досрочного расторжения договора.

7.1. Досрочное расторжение договора (до окончания срока действия абонеента) по инициативе Клиента возможно по письменному заявлению Клиента.

7.2. При досрочном расторжении договора Клиенту возвращается сумма за неиспользованные тренировки (или дни – в случае, если абонемент без ограничений посещений).

7.3. Возврат денежной суммы производится Фитнес Клубом в течение 30 (тридцати) дней с момента получения письменного заявления от Клиента.

7.4. К возврату подлежит сумма, фактически оплаченная за предоставленные услуги по договору о возмездном оказании услуг за вычетом фактически понесенных затрат Фитнес клубом на Клиента, в том числе стоимости использованных дней по договору с момента активации карты.

Сумма, подлежащая возврату, рассчитывается как разница между оплаченной фактической стоимостью Клубного членства и стоимостью использованных дней по договору, с учетом стоимости Клубного членства (стоимости занятий).

Количество дней «заморозки», включенных в клубную карту, не учитывается. Возврат денежной суммы производится при предъявлении Клиентом подлинника Договора о возмездном оказании услуг, и документа подтверждающего факт оплаты.

7.5. Не возвращаются денежные средства за подарочные абонементы, приобретенные в рамках краткосрочных акций и специальных предложений Фитнес клуба.

7.4. Администрация клуба имеет право отказать в оказании услуг за нарушение данных правил, не дожидаясь окончания срока действия абонеента и расторгнуть договор в одностороннем порядке.

8. Заключительные положения.

8.1. Администрация фитнес клуба имеет право в одностороннем порядке дополнять и изменять настоящие Правила. Изменения, вносимые в Правила оказания услуг после подписания Договора, доводятся до членов Клуба посредством размещения объявлений на информационных стендах и считаются вступившими в силу с момента такого размещения.

8.2. Дополнительные Правила, размещенные на информационных стендах Фитнес клуба, являются обязательными для исполнения всеми членами Клуба.

8.3. В случае невозможности предоставления услуг, если это является следствием действия обстоятельств непреодолимой силы (наводнение, пожар, землетрясение или иные явления форс-мажорного характера), а также в случаях реконструкции, ремонта здания или отдельной его части, администрация ФЦ приостанавливает оказание услуг на период действия форс-мажорных обстоятельств и устранения их последствий.