

Введение.

Поздравляем! Вы стали Членом Семейного Фитнес & Бассейн Клуба «ОНАНА» (далее – «Клуб») – Вы и Ваша семья сделали новый шаг к здоровому образу жизни!

Быть Членом нашего Клуба - значит добиваться своих целей, становиться более красивым и здоровым, делая свою жизнь ярче и интереснее в кругу единомышленников. Цель Правил Клуба - установление четких, доверительных отношений между Клубом и Членами Клуба.

Правила Клуба являются неотъемлемым приложением к Контракту/Договору на оказание физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг (далее – «Контракт/Договор»), заключаемым с физическими и юридическими лицами. Лица, посещающие Клуб в качестве Гостей «ЧК» обязаны соблюдать настоящие Правила в период пребывания в Клубе. Участники Корпоративного Контракта/Договора (Контракт/Договор с юридическим лицом) имеют статус «ЧК»

Правила Клуба.

Раздел I. Общие сведения о Клубе.

Раздел II. Услуги Клуба.

Раздел III. Контракты/Договоры. Клубная Карта.

Раздел IV. Права и обязанности Клуба и Посетителей.

Раздел V. Правила поведения в Клубе.

Раздел VI. Детский Клуб («OHANA-Kids»).

Раздел VII. Ответственность за нарушение Правил.

Приложение № 1. Перечень медицинских противопоказаний к занятиям в Клубе.

Приложение № 2. Правила посещения проекта «КРЫША».

Приложение № 3. Правила посещения ДРЦ «Муана».

Раздел I. Общие сведения о Клубе.

1. Фитнес-клуб «OHANA» Московский (далее – «Клуб») принадлежит и управляется **ООО "ОХАНА-НОВОМОСКОВСКИЙ"** (ОГРН 1187746332454).
2. Клуб расположен по адресу: г. Москва, г. Московский, ул. Хабарова д.2. Телефон Клуба: 8 (495) 432-47-47. Официальный веб-сайт Клуба: <http://www.ohana-fitness.ru>. Клуб вправе вносить изменения и дополнения в данные правила, о чем будет извещать «ЧК» путем размещения информации на сайте Клуба о дате коррекции действующих правил.
3. Настоящие Правила регулируют условия и порядок оказания Клубом фитнес-услуг, права и обязанности Клуба и его посетителей, а также устанавливают ответственность за нарушение своих положений.
4. Основные термины, применяемые в тексте настоящих Правил, и их значения:
 - **Контракт/Договор** – контракт/договор на оказание услуг Клуба;
 - **«ЧК»** – физическое лицо, в пользу которого с Клубом заключен Контракт/Договор;
 - **Дети/ребенок** – дети/ребенок в возрасте от 6 месяцев до 11 лет включительно;
 - **Юниор** – ребенок в возрасте от 12 до 13,5 лет включительно;
 - **Член Детского Клуба** – ребенок или юниор, в пользу которого с Клубом заключен Контракт/Договор;
 - **Карта** – Клубная карта, оформляемая «ЧК» при заключении с ним соответствующего Контракта/Договора;
 - **Пользователи** – при совместном упоминании любые пользователи услуг Клуба, включая, но не ограничиваясь, «ЧК», Гости «ЧК» и Членов Детского Клуба;
 - **Посетители** – при совместном упоминании Пользователи, уполномоченные лица, сопровождающие в Клубе Детей и Юниоров и не являющиеся «ЧК», а также иные лица, правомерно находящиеся в Клубе во время его работы и не являющиеся работниками Клуба.
5. Администрация Клуба
 - Уполномоченным лицом Клуба в отношениях с Посетителями является администрация Клуба (далее – Администрация). Сведения о составе «Администрации» (по необходимости) размещаются на информационном стенде у стойки ресепшн на входе в Клуб (далее – «Информационный стенд»).

- По текущим вопросам Администрацию представляет дежурный администратор, рабочим местом которого является стойка ресепшн при входе в Клуб.
6. Клуб открыт для Посетителей круглосуточно кроме 1 января. Администрация вправе в необходимых случаях и с соблюдением требований, установленных настоящими Правилами, изменять вышеуказанные часы работы Клуба и/или любой его части.
 7. Банный комплекс Клуба, ограничен к посещению с 00:00 до 6:00 ежедневно в связи с профилактическими работами, проводимыми на данных территориях Клуба.
 8. Любые претензии, отзывы, замечания и предложения по работе Клуба должны подаваться Администрации в письменной форме путем направления почтовым отправлением или передачей сотруднику центрального ресепшн Клуба. Для максимально эффективной обработки обращений, Посетителям рекомендуется использовать специальные формы, имеющиеся у сотрудника центрального ресепшн Клуба/Формой обратной связи мобильного приложения Клуба.
 9. Условием допуска Пользователей к занятиям в Клубе является строгое соблюдение ими требований настоящих Правил, а также утвержденных Администрацией, правил техники безопасности для отдельных тренажеров, другого оборудования и отдельных тренировочных зон, общепринятых правил гигиены и других норм и правил поведения.
 10. Настоящие Правила действуют в части, не урегулированной условиями соответствующих Контрактов/Договоров. В случае противоречия между отдельными положениями заключенного Клубом в соответствии с Правилами Контрактов/Договоров и соответствующими положениями Правил преимущественную силу имеют положения Контракта/Договора.
 11. Неотъемлемой частью настоящих Правил – Приложением № 1 к ним является утвержденный Администрацией Перечень медицинских противопоказаний к занятиям в Клубе (далее – «Перечень противопоказаний»).
 12. Неотъемлемой частью настоящих Правил – Приложением № 2 к ним является утвержденные Администрацией правила посещения проекта «КРЫША».
 13. Неотъемлемой частью настоящих Правил – Приложением № 3 к ним является утвержденные Администрацией правила посещения ДРЦ «Муана».

Раздел II. Услуги Клуба.

§ 1. Общие положения. Основные и вспомогательные услуги.

14. Порядок оказания Клубом услуг Пользователям определяется настоящими Правилами, принятыми в соответствии с ними иными документами Клуба (включая правила техники безопасности, прейскурант Клуба и т.п.), а также условиями заключенных Контрактов/Договоров.
15. Услуги Клуба считаются оказанными надлежащим образом при условии не поступления в адрес Администрации в порядке, предусмотренном пунктом 8 настоящих Правил, замечаний по ним от Пользователя или уполномоченного им лица до окончания работы Клуба в день их оказания.
16. Основные и вспомогательные услуги:
 - Основные услуги (фитнес-услуги) Клуба включают в себя в числе прочего: услуги тренажерного зала, зоны кроссфита, кардиостудии, бассейна, банного комплекса на территории раздевалок, групповые программы по расписанию Клуба. Набор и объем услуг, предоставляемых конкретному Пользователю, определяется

соответствующим Контрактом/Договором. С полным действующим перечнем дополнительных услуг Клуба можно ознакомиться на центральном ресепшн Клуба/Менеджеров Отдела Сервиса.

- Помимо основных услуг в комплексы услуг по соответствующим Контрактам/Договорам входят вспомогательные услуги – право пользования баннным комплексом на территории раздевалок. Перечень предоставляемых вспомогательных услуг может различаться в зависимости от вида (типа) Контракта/Договора.

2. Дополнительные услуги.

17. Услуги Клуба, не входящие в комплекс основных и вспомогательных услуг по соответствующему Контракту/Договору, являются дополнительными. Дополнительные услуги оказываются Клубом Пользователям при условии их предварительной оплаты по ценам (тарифам) в соответствии с действующим прейскурантом Клуба. Основанием для оказания Клубом дополнительных услуг Пользователю является выданный ему кассовый чек и пре-чек (квитанция) с перечнем подлежащих оказанию дополнительных услуг.
18. Отдельные виды дополнительных услуг могут оказываться Клубом не ежедневно и (или) только в определенный период времени в течение дня – согласно установленному Клубом расписанию на соответствующий день, с которым Посетители могут ознакомиться на центральном ресепшн Клуба.
19. Бронирование дополнительных услуг:
 - Отдельные дополнительные услуги могут быть оказаны Клубом только при условии их заблаговременного бронирования «ЧК» на центральном ресепшн Клуба, у Менеджеров Отдела Сервиса, в мобильном приложении. Утвержденный Администрацией порядок и срок бронирования по таким услугам содержится в описании данных услуг.
 - В случае отмены бронирования «ЧК» дополнительной услуги более чем за 12 (двенадцать) часов до начала ее оказания Клуб осуществляет продление срока действия данной услуги, но не превышающем более чем на 30 календарных дней.

§ 3. Стоимость и порядок оплаты услуг Клуба.

20. Стоимость услуг Клуба:
 - Стоимость комплексов основных и вспомогательных услуг Клуба (Контрактов/Договоров), а также дополнительных услуг определяется прейскурантом Клуба, утвержденным Администрацией.
 - Описание утвержденных Клубом и открытых к заключению (продаже) типов Контрактов/Договоров (видов Карт), включая комплекс услуг и срок действия каждого типа Контракта/Договора (вида Карты), а также прейскурант Клуба доводится до сведения Посетителей в порядке, предусмотренном пунктом 28 настоящих Правил.
21. Порядок оплаты услуг Клуба:

- Оплата услуг Клуба может производиться наличными денежными средствами в кассу Клуба или безналичными денежными средствами с помощью платежной банковской карты либо перечислением на расчетный счет Клуба.
- Во всех случаях расчетов через кассу Клуба плательщику выдается кассовый чек, а также, если это предусмотрено настоящими Правилами, пре-чек (квитанция) с расшифровкой назначения платежа.
- В случае безналичных расчетов банковские реквизиты Клуба могут быть получены в Отделе Продаж Клуба. Обязательство по оплате считается исполненным с момента поступления денежных средств на расчетный счет Клуба.

Раздел III. Контракты. Клубная карта.

§1. Контракты/Договоры.

22. Контракты/Договоры на пользование услугами Клуба могут быть заключены:
- Совершеннолетними физическими лицами от своего имени и в своих интересах либо в пользу другого физического лица;
 - Несовершеннолетними физическими лицами в возрасте до 18 лет от своего имени и в своих интересах с письменного согласия их родителей или законных представителей:
 - Членами Клуба в пользу несовершеннолетних физических лиц в возрасте до 18 лет включительно, в порядке, предусмотренном пунктом 61 настоящих Правил;
 - Юридическим лицом или индивидуальным предпринимателем в пользу своих работников (корпоративный Контракт/Договор).
23. Заключенный Контракт/Договор в течение срока его действия может быть переоформлен на другое лицо на тех же условиях (без учета бонусного наполнения Контракта/Договора) при условии подачи Администрации соответствующего письменного заявления и оплаты расходов Клуба в соответствии с прейскурантом Клуба и пунктом 25(3) настоящих Правил.

§ 2. Контракт/Договор (Клубная Карта).

24. Оформление и действие Контракта/Договора (Клубной Карты):
- В течение 15 (пятнадцати) рабочих дней после заключения соответствующего Контракта/Договора (Клубной Карты) (в случае заключения Контракта/Договора (Клубной Карты) Администрация при необходимости обеспечивает изготовление пластиковой Карты нового «ЧК», содержащую индивидуальный номер, а также записанную на чип или магнитную полосу информацию об объеме услуг по данному Контракту/Договору (Клубной Карты), и возможность ее получения «ЧК». Клубная Карта может быть получена только лично «ЧК» под роспись в реестре Клубных Карт у Менеджера Отдела Сервиса Клуба.
 - При оформлении Контракта/Договора Клуб за свой счет производит фотографирование «ЧК» в целях его визуальной идентификации при проходе в Клуб без необходимости предъявления документа, удостоверяющего личность. В случае отказа от фотографирования, для посещения Клуба ЧК необходимо предъявить Договор и паспорт или документ, удостоверяющий личность.

- Выпущенная Карта является собственностью Клуба и предоставляется «ЧК» в пользование на период действия его Контракта/Договора. «ЧК» обязан обеспечить сохранность Клубной Карты. С момента окончания срока действия или момента досрочного прекращения действия Контракта/Договора, Клубная Карта блокируется Клубом.

25. Действия при утрате, повреждении и перевыпуске Клубной Карты:

- При утрате или повреждении Клубной Карты «ЧК», Администрация по его заявлению изготавливает дубликат Клубной Карты после возмещения «ЧК» в соответствии с пунктом 86 настоящих Правил ущерба, причиненного имуществу Клуба, в том числе расходов по выпуску дубликата Клубной Карты, в соответствии с прейскурантом Клуба. Дубликат Клубной Карты выдается «ЧК» по предъявлении им паспорта либо иного документа, который законом признается удостоверением личности.
- В связи с персональным характером Членства в Клубе запрещается передавать Клубную Карту третьим лицам. При нарушении данного запрета третьему лицу отказывается в доступе в Клуб, а Клубная Карта изымается. Возврат Клубной Карты «ЧК» возможен только после выплаты им штрафа за неправомерное распоряжение имуществом Клуба в соответствии с пунктом 82 настоящих Правил.
- В случае подачи «ЧК» заявления о переоформлении его Контракта/Договора на другое лицо в соответствии с пунктом 23 настоящих Правил его Контракт/Договор (Клубная Карта) прекращает свое действие и изымается, а Контракт/Договор (Клубная Карта) на имя нового «ЧК» по тому же Контракту/Договору (Клубной Карты) начинает действовать с момента оплаты расходов Клуба по ее выпуску и (если применимо) иных расходов, предусмотренных пунктом 23 Правил. Такая оплата подтверждается кассовым чеком и пре-чеком (квитанцией) с указанием на перевыпуск Клубной Карты в связи с заменой стороны Контракта/Договора (Клубной Карты) .

26. Пользование Клубной Картой:

- Клубная Карта является пропуском в Клуб и подлежит предъявлению сотруднику центрального ресепшн Клуба.
- При предъявлении Клубной Карты на центральном ресепшн Клуба, сотрудник ресепшн, считывая информацию с магнитной полосы или чипа Клубной Карты специальным устройством, фиксирует в электронной базе Клуба начало и окончание пользования фитнес-услугами и вспомогательными услугами Клуба в течение дня (такая фиксация удостоверяет фактические дату и время оказания услуг Клубом в соответствии с пунктом 9 раздела IV Правил бытового обслуживания населения в Российской Федерации).
- Во время нахождения «ЧК» в Клубе его Клубная Карта остается на стойке центрального ресепшн Клуба. В обмен на Клубную Карту «ЧК» выдаются во временное пользование ключ от шкафчика и полотенце, а также иной инвентарь, если это предусмотрено условиями его Контракта/Договора. Дежурный администратор возвращает Клубную Карту «ЧК» в обмен на ключ и полотенце по окончании занятий «ЧК» в Клубе.
- В случае если «ЧК» не имеет при себе Клубную Карту, его проход в Клуб возможен по паспорту или иному документу, который закон признает удостоверением

личности. При этом факт начала и окончания занятий в Клубе, выдачи и возврата ключа от шкафчика и полотенца дежурный администратор фиксирует в электронной базе Клуба вручную. Аналогичным образом осуществляется проход в Клуб после заключения Контракта/Договора до момента получения Клубной Карты – с одновременным предъявлением Контракта/Договора или временного пропуска, а также в случае ее утраты или повреждения (в период после возмещения ущерба Клубу – до выдачи дубликата Клубной Карты).

Раздел IV. Права и обязанности Клуба и Посетителей.

§ 1. Права и обязанности Клуба.

27. В процессе оказания услуг Клуб предоставляет Пользователям в соответствии с настоящими Правилами, иными внутренними документами Клуба, условиями заключенных Контрактов/Договоров и правилами проведения соответствующих мероприятий следующие права: на пользование тренировочными зонами, раздевалками, иными помещениями (кроме служебных), оборудованием и инвентарем Клуба (кроме оборудования предназначенного для проведения специализированных уроков и направлений, а также Персонального Тренинга); на обращение за консультациями и помощью к тренеру в зале (тренировочной зоне); на посещение групповых программ по расписанию (кроме платных студий и мини групп); на посещение специальных мероприятий Клуба на условиях и с учетом ограничений, установленных организатором мероприятия.
28. Клуб обязан доводить до сведения Посетителей информацию об оказываемых услугах и иную информацию, предусмотренную настоящими Правилами, нижеследующими способами:
- Информация о пропускном режиме регламентируется часами работы Клуба (и отдельных его зон), а также условиями Контракта/договора.
 - Настоящие Правила в полном объеме доступны для ознакомления на центральном ресепшн Клуба, а также на официальном веб-сайте Клуба, адрес которого указан в пункте 2 настоящих Правил.
 - Выдержки из настоящих Правил, включая Перечень противопоказаний, Приложение №1, Приложение №2, Приложение №3, Правила техники безопасности при занятиях в Клубе доступны для ознакомления на Информационном стендах и в тренировочных зонах Клуба, а также на официальном сайте Клуба.
 - Правила техники безопасности для отдельных тренажеров и другого оборудования, а также для отдельных тренировочных зон (бассейн, проект «КРЫША», банный комплекс, ДРЦ «Муана») размещены в соответствующей зоне.
 - Прейскурант Клуба и утвержденные Администрацией меры ответственности за нарушение настоящих Правил доступны для ознакомления на центральном ресепшн Клуба, а также у менеджеров Отдела Сервиса.
 - Описание существенных условий, открытых к заключению (продаже) Контрактов/Договоров доступно для ознакомления в Отделе Продаж Клуба, а также в Отделе Сервиса.
 - Другая информация об услугах Клуба доступна для ознакомления на Информационном стенде либо на ресепшн (центральном ресепшн, ресепшн Тренажерного Зала, ресепшн Бассейна, ресепшн проекта «КРЫША»).

- Отдельные сведения об услугах Клуба могут дополнительно доводиться до «ЧК» с их согласия при помощи смс-сообщений, мобильного приложения Клуба или по электронной почте,.
- В соответствующих пунктах настоящих Правил могут быть приведены и иные случаи и способы предоставления Клубом информации.

29. Изменение условий оказаний услуг:

- Администрация вправе при наличии уважительных причин без предоставления Посетителям каких-либо компенсаций временно изменить график работы Клуба либо отдельных зон Клуба, расписание групповых программ, заменить тренера групповых программ, временно приостановить работу Клуба или отдельных тренировочных зон для проведения санитарных, ремонтных, профилактических и иных мероприятий при условии предварительного размещения информации о предстоящих изменениях в порядке, предусмотренном пунктом 35 настоящих Правил.
- В случае вышеупомянутой приостановки работы Клуба и при наличии у Клуба соответствующей возможности услуги Клуба могут оказываться в помещениях иных фитнес-клубов сети. Соответствующая информация доводится до сведения Посетителей в порядке, предусмотренном пунктом 28 настоящих Правил.
- Администрация вправе в любое время по своему усмотрению изменять условия открытых к заключению Контрактов/Договоров (включая срок их действия, время оказания и объем оказываемых услуг), а также преysкyрант Клуба. Такие изменения не распространяются на действующие Контракты/Договора, за исключением изменений преysкyранта Клуба в части, не связанной со стоимостью Контрактов/Договоров. Об изменениях преysкyранта Клуб извещает Посетителей в порядке, предусмотренном пунктом 28 настоящих Правил.

30. Клуб вправе оказывать услуги Пользователям лично либо с привлечением третьих лиц. Все расчеты с третьими лицами за оказание ими Пользователям фитнес-услуг вспомогательных и дополнительных услуг Клуб осуществляет самостоятельно. Данное правило не распространяется на услуги третьих лиц, которые они оказывают от своего имени Посетителям на территории Клуба.

31. Клуб не несет ответственности за возникающие технические неудобства в процессе прохода на территорию Клуба и пользовании услугами Клуба в связи с проведением эксплуатирующими организациями сезонных профилактических и ремонтно-строительных работ.

32. Клуб несет иные обязанности и имеет иные права, предусмотренные настоящими Правилами и законом.

§ 2. Права и обязанности Члена Клуба («ЧК»).

33. «ЧК», заключивший с Клубом Контракт/Договор, при условии соблюдения настоящих Правил, вправе ежедневно в течение срока, предусмотренного его Контрактом/Договором на протяжении всего дня или части дня работы Клуба (в зависимости от условий его Контракта/Договора) пользоваться фитнес-услугами и вспомогательными услугами Клуба в объеме, определенном данным

Контрактом/Договором. Количество проходов «ЧК» в Клуб в течение каждого дня (части дня) не ограничено.

34. До начала оформления Контракта/Договора, Администрация обязана предоставить будущему «ЧК» возможность ознакомиться с настоящими Правилами и Правилами техники безопасности при занятиях в Клубе. Своей подписью под Контрактом/Договором, «ЧК» удостоверяет факт своего ознакомления с Правилами, подтверждает свое обязательство их соблюдать и отсутствие у него медицинских противопоказаний для занятий в Клубе на момент подписания им Договора/Контракта.
35. «ЧК» приобретает право пользования услугами Клуба с момента вступления его Контракта/Договора в силу.
36. Администрация рекомендует «ЧК» до начала занятий в Клубе воспользоваться услугой фитнес-врача и услугой «первая подарочная тренировка в тренажерном зале» и «подарочная вторая тренировка в любом фитнес подразделении по выбору, кроме тренажерного зала» (право на получение любой из двух этих услуг по выбору «ЧК» включено в комплекс услуг по всем видам Контрактов/Договоров, кроме детских Контрактов/Договоров и акционных предложений. Один экземпляр комплексной программы тренировок (в случае ее составления) с подписями персонального менеджера или дежурного администратора и «ЧК» остается в Клубе, другой выдается на руки «ЧК».
37. Приостановка действия Контракта/Договора (Карты) и отказ от исполнения Контракта/Договора:

- При возникновении обстоятельств, временно препятствующих занятиям в Клубе, за исключением указанных в пунктах 37(4) и 44(8) настоящих Правил, «ЧК» имеет право без дополнительной оплаты приостановить Членство в Клубе (действие Контракта/Договора) на срок, предусмотренный Контрактом/Договором, подав сотруднику Отдела Продаж или сотруднику Отдела Сервиса Клуба, письменное заявление с указанием периода приостановки. Такое заявление может быть подано не позднее первого дня, указанного в нем периода приостановки; если в заявлении в качестве даты начала периода приостановки указана более ранняя дата, датой начала периода приостановки будет считаться дата подачи заявления, при этом датой окончания периода приостановки будет считаться соответствующая дата, указанная в заявлении.
- При получении указанного заявления Администрация приостанавливает действие соответствующего Контракта/Договора; после даты окончания периода приостановки, указанной в заявлении, Контракт/Договор автоматически возобновляет свое действие
- Если у «ЧК» имеется необходимость приостановки Членства в Клубе на срок больший по сравнению с предусмотренным его Контрактом/Договором, либо если предусмотренные Контрактом/Договором возможности по приостановке членства исчерпаны, «ЧК» вправе воспользоваться дополнительной услугой по платной приостановке Членства в Клубе, оплатив ее по расценкам согласно прейскурантом Клуба.
- По заявлению «ЧК» с приложением медицинской справки о беременности Администрация приостанавливает действие соответствующего Контракта/Договора на срок до 3 (трех) месяцев (конкретные даты согласовываются с «ЧК»). Такая приостановка не является приостановкой Членства в Клубе в смысле пункта 37(1)

настоящих Правил и производится независимо от срока приостановки, предусмотренной соответствующим Контрактом/Договором.

- В отсутствие заявления «ЧК» о приостановке действия его Контракта/Договора невозможность для него пользоваться услугами Клуба считается возникшей по вине «ЧК», и в этом случае стоимость услуг по Контракту/Договору за время непосещения Клуба возврату не подлежит в соответствии с пунктом 2 статьи 781 Гражданского Кодекса РФ.
- Отказ «ЧК» от исполнения его Контракта/Договора с Клубом должен быть оформлен письменным заявлением на имя Администрации, подаваемым сотруднику Отдела Продаж Клуба либо сотруднику Отдела Сервиса Клуба не позднее дня, с которого «ЧК» намерен прекратить пользование услугами Клуба (отказаться от исполнения Контракта/Договора). Порядок расчетов в случае такого одностороннего отказа с учетом требований действующего законодательства устанавливается Администрацией.

38. Гостевые визиты:

- Совершеннолетний «ЧК» имеет право приглашать для пользования услугами Клуба гостей: без оплаты – в количестве и с периодичностью, предусмотренных условиями его Контракта/Договора, за плату – в порядке, предусмотренном настоящими Правилами для дополнительных услуг. Гостем «ЧК» может быть взрослый, ребенок либо юниор. Одним гостевым визитом для целей регламентации их количества в рамках заключенных Контрактов/Договором является один визит одного лица.
- При входе в Клуб гость «ЧК» обязан предъявить паспорт или иной документ, признаваемый удостоверением личности по закону. В случае если гостем «ЧК» является ребенок или юниор, он допускается в Клуб при предъявлении документа, удостоверяющего личность, уполномоченным лицом такого ребенка или юниора (пункт 74(2) настоящих Правил).
- Гость «ЧК» имеет право воспользоваться услугами Клуба в том же объеме, что и пригласивший его «ЧК» по условиям своего Контракта/Договора. В случае, когда Гость «ЧК» – ребенок или юниор, он имеет право воспользоваться услугами Клуба в объеме, определенном пунктами 66 или 64 настоящих Правил соответственно. При этом право пользования услугой Персонального Тренинга определяется согласно Контракту/Договору «ЧК», пригласившего такого Гостя, а возможность посещения групповых программ, соответствующих возрасту ребенка или юниора, может быть предоставлена только при условии наличия свободных мест в соответствующей группе.
- Гостевой Визит возможен с 10:00 до 22:00 и может продолжаться в течении одного дня работы Клуба в зависимости от условий Контракта/Договора «ЧК» и ограничивается временем нахождения «ЧК» в Клубе. Время и продолжительность Гостевого Визита ребенка или юниора дополнительно ограничены временем работы Детского Клуба.
- При намерении Гостя «ЧК» воспользоваться дополнительными услугами Клуба таковые предоставляются ему за плату по преискуранту Клуба.
- Администрация предоставляет Гостю «ЧК» доступ в раздевалку и тренировочные зоны, выдавая ключ от шкафчика в раздевалке и полотенце, только после его ознакомления с настоящими Правилами и Правилами техники безопасности при занятиях в Клубе ответственным за Гостя «ЧК».

- По окончании занятий в Клубе Гость «ЧК» (уполномоченное лицо Гостя «ЧК» ребенка или юниора) обязан сдать ключ и полотенце на стойку центрального ресепшн.
 - Во время нахождения в Клубе Гость «ЧК» обязан неукоснительно соблюдать настоящие Правила.
 - «ЧК» несет солидарную ответственность за соблюдение его Гостями настоящих Правил, а также за вред, причиненный Клубу и/или иным лицам на территории Клуба – требование о возмещении вреда может быть предъявлено как к Гостю «ЧК», так и к самому «ЧК» в полном объеме.
39. «ЧК» имеет право посещать специальные мероприятия Клуба и сети, проводимые на территории Клуба для «ЧК» – на условиях и с учётом ограничений, установленных организатором мероприятия.
40. «ЧК», заключивший Контракт/Договор, в период его действия имеет право на Гостевые Визиты для своих родных и близких согласно условий его действующего Контракта/Договора с Клубом.
41. В течение периода, начинающегося за 30 (тридцать) дней до окончания срока действия соответствующего Контракта и заканчивающегося через 30 (тридцать) дней после окончания срока его действия, Клуб предоставляет «ЧК», являющемуся стороной данного Контракта, право на заключение Контракта на новый срок со скидкой по оплате услуг Клуба, размер которой устанавливается Администрацией и может изменяться по ее единоличному усмотрению.
42. Права «ЧК» – владельцев одного типа Клубных Карт или всех «ЧК» могут быть дополнены по усмотрению Администрации, в том числе временно – при проведении Клубом акций и мероприятий. Ограничение прав «ЧК» возможно в случаях и порядке, предусмотренных настоящими Правилами, а также в случаях, установленных законом.

Раздел V. Правила поведения в Клубе.

§1. Общие положения.

43. Общие правила прохода и поведения Посетителей на территории Клуба:
- Проход Посетителей на территорию Клуба возможен при условии заключенного, действующего Контракта/Договора с Клубом или оплаченной Гостевой Карты при предъявлении сотруднику центрального ресепшн Клуба, Клубной Карты или паспорта, либо иного документа, признаваемого по закону удостоверением личности.
 - Запрещается проносить и употреблять на территории Клуба спиртные напитки, наркотические средства и иные препараты, запрещенные к свободному обороту на территории Российской Федерации, находиться на территории Клуба в состоянии алкогольного или наркотического опьянения. Посетитель может быть не допущен в Клуб, а находящемуся в Клубе Посетителю может быть предложено его покинуть, если у сотрудника центрального ресепшн Клуба или иного уполномоченного должностного лица Клуба будут разумные основания полагать, что он находится в состоянии алкогольного или наркотического опьянения.
 - Запрещается проносить на территорию Клуба огнестрельное и холодное оружие.

- Посетители Клуба в течение всего времени нахождения на территории Клуба не должны причинять беспокойство другим Посетителям, нарушать общественный порядок, совершать действия, оскорбляющие человеческое достоинство и общественную нравственность.
- В тренировочные зоны Клуба не допускаются лица в верхней одежде и уличной обуви. Проход Посетителей через тренировочные или иные внутренние зоны Клуба в служебные помещения допускается исключительно в сопровождении работника Клуба. Такие Посетители обязаны сдать в гардеробе Клуба верхнюю одежду и надеть специальные бахилы.
- Администрации разрешается использовать фото и видеоматериал полученный на территории Клуба в рекламных и информационных целях.
- Посетителям запрещается без специального в каждом случае разрешения Администрации осуществлять кино-, видео- и фотосъемку на территории Клуба, размещать на территории Клуба любые рекламные материалы, проводить любые рекламные, PR-акции и заниматься иной коммерческой деятельностью. Указанные действия рассматриваются как грубое нарушение настоящих Правил.
- Посетителям запрещается самостоятельно настраивать музыкальную и другую аппаратуру Клуба, а также использовать собственное аудио и видео сопровождение.
- Посетители обязаны соблюдать общепринятые правила гигиены, а также предписания и ограничения, установленные лечащим врачом.
- Курение в любых помещениях Клуба запрещается.

44. Первичный осмотр и фитнес-тестирование «ЧК»:

- До начала занятий в Клубе «ЧК» необходимо пройти первичный осмотр и фитнес-тестирование. Первичный осмотр может быть проведен по выбору «ЧК» фитнес-врачом Клуба после заключения Контракта/Договора, либо лечащим врачом «ЧК» или иным врачом как непосредственно до, так и после заключения Контракта/Договора. Необходимо предоставление справки.
- В случае прохождения первичного осмотра не у фитнес-врача Клуба, «ЧК» обязан при проведении фитнес-тестирования представить заключение врача о возможности занятий в Клубе с указанием допустимой физической нагрузки.
- Во всех случаях первичный осмотр и фитнес-тестирование в Клубе являются обязательными.
- Первичный осмотр фитнес-врачом Клуба и первичное фитнес тестирование бесплатны для «ЧК».
- Без прохождения «ЧК» первичного осмотра у фитнес-врача Клуба и не предоставлении справки от лечащего врача, доступ в Клуб может быть ограничен до момента прохождения первичного осмотра, либо предоставления справки от лечащего врача или медицинского учреждения.
- Запись «ЧК» на первичный осмотр фитнес-врачом Клуба и фитнес-тестирование осуществляет менеджер Отдела Сервиса Клуба.
- На фитнес-тестирование необходимо приходить в удобной спортивной одежде из натуральных (хлопок) или иных гигроскопичных материалов, не стесняющей движений. Перед фитнес-тестированием следует воздержаться от активных физических нагрузок за 24 часа и от обильной еды за 3 часа, хорошо выспаться, избегать стрессов – в противном случае результаты фитнес-тестирования могут быть недостоверными.

- Порядок проведения и оформления результатов первичного осмотра фитнес-врачом Клуба и фитнес-тестирования определяется Клубом и доводится до сведения Посетителей способом, предусмотренным пунктом 28 настоящих Правил.
- Если в соответствии с заключением по результатам первичного осмотра «ЧК» временно противопоказаны занятия в Клубе, его Контракт/Договор может быть незамедлительно расторгнут как по его инициативе, так и по инициативе Администрации – по причине предоставления «ЧК» при заключении Контракта/Договора недостоверной информации об отсутствии противопоказаний к занятиям в Клубе. В случае продолжения действия Контракта/Договора допуск «ЧК» в Клуб не производится до предоставления Администрации заключения об отсутствии у него медицинских противопоказаний к занятиям в Клубе. При этом Администрация вправе приостановить действие данного Контракта/Договора в период недопуска «ЧК» в Клуб по вышеуказанным причинам на срок до 30 (тридцати) дней, причем такая приостановка не является приостановкой Членства в Клубе и производится независимо от срока приостановки, предусмотренной Контракта/Договора.
- «ЧК» настоятельно рекомендуется в течение срока действия его Контракта/Договора периодически посещать лечащего врача для регулярного контроля за состоянием здоровья и корректировки (при необходимости) допустимых физических нагрузок.

45. Общие правила поведения на занятиях в Клубе и пользования раздевалками:

- Для тренировок в Клубе необходимо переодеться в спортивную одежду и чистую спортивную обувь.
- При входе в любую тренировочную зону Клуба Пользователям следует ознакомиться с выдержками из настоящих Правил, правилами техники безопасности и перечнем медицинских противопоказаний к занятиям в Клубе, размещенными в соответствующих зонах. Пользователям необходимо соблюдать правила техники безопасности и общепринятые правила личной гигиены и воздерживаться от занятий при наличии медицинских противопоказаний.
- При обнаружении неисправности спортивного и другого оборудования или инвентаря Клуба Пользователю следует незамедлительно прекратить пользоваться им и сообщить об этом дежурному тренеру в зале или Администрации.
- Во время проведения клубных мероприятий и по иным уважительным причинам зона, предназначенная для тренировок, может быть ограничена.
- «ЧК» и их Гости при персональном тренинге вправе пользоваться только услугами тренеров Клуба; проведение персональных тренировок «ЧК» и их Гостями либо тренировок с личным тренером не из числа тренеров Клуба не допускается.
- Посетителям запрещается принимать пищу в тренировочных зонах и в раздевалках Клуба. Исключение составляют напитки в закрывающихся, небьющихся емкостях.
- За исключением случаев, когда Клуб не предоставляет Пользователям услугу по хранению в специальных сейфовых ячейках, он (Клуб) не отвечает за сохранность их ценных вещей, находящихся вне таких сейфов. Условия предоставления данной услуги устанавливаются Администрацией и (если применимо) соответствующим Контрактом/Договором, ознакомиться с ними и узнать о возможности предоставления услуги можно на стойке центрального ресепшн Клуба.

- Пользователям не следует оставлять свою одежду и принесенные в Клуб личные вещи без присмотра, для их краткосрочного хранения в период нахождения Пользователя в Клубе предназначены запирающиеся шкафчики в раздевалках. Ключи от шкафчиков выдаются на центральном ресепшн Клуба, их следует везде и всегда носить с собой. Администрация не несёт ответственности за сохранность вещей Пользователей, оставленных без присмотра, а также в случае утери ключа от шкафчика.
- После занятий Пользователи обязаны освобождать шкафчики от личных вещей (за исключением шкафов долгосрочной аренды); ключ от шкафчика и полотенце необходимо сдавать на стойку центрального ресепшн Клуба.
- Для длительного хранения вещей в Клубе предназначены сдаваемые в аренду шкафы личного пользования сроком от 1 (одного) месяца; услуга по аренде шкафов является платной, об условиях ее предоставления можно ознакомиться на центральном ресепшн Клуба.
- Клуб предпринимает все разумные меры для обеспечения сохранности личных вещей Посетителей, однако ответственность за это несет лишь в случаях, прямо предусмотренных законом.
- Во время занятий в Клубе Пользователи вправе обращаться за консультацией к дежурным тренерам в тренировочных зонах по вопросам выполнения упражнений, использования оборудования, инвентаря Клуба, а также по другим вопросам, относящимся к занятиям в соответствующей тренировочной зоне.
- По административным вопросам, связанным с занятиями в Клубе, Посетители вправе обращаться к персональному менеджеру (только для «ЧК») или дежурному администратору на стойке ресепшн.
- «ЧК» дополнительно необходимо соблюдать ограничения, установленные при первичном медицинском осмотре и фитнес-тестировании. Если «ЧК» воспользовался услугой по проведению «первичной подарочной тренировки» или составлению комплексной программы тренировок, ему следует соблюдать ограничения, установленные при проведении такой тренировки или в комплексной программе тренировок.
- При наличии у Пользователя медицинских противопоказаний к занятиям в Клубе из действующего Перечня противопоказаний ему необходимо воздержаться от занятий и тренировок.
- В случае плохого самочувствия Клуб настоятельно рекомендует воздержаться от занятий и тренировок, обратившись за консультацией к лечащему врачу.
- В случае возникновения острого недомогания во время занятий или при нахождении в Клубе в рабочее время Клуба для получения неотложной помощи необходимо незамедлительно обратиться к фитнес-врачу Клуба (за содействием следует обратиться к дежурному тренеру в зале или на центральный ресепшн Клуба).
- В Клубе имеется оборудование, предназначенное исключительно для персонального тренинга. Такое оборудование может использоваться только соответствующим персональным тренером (инструктором). По требованию любого должностного лица Клуба Посетитель обязан немедленно прекратить неправомерное использование оборудования, предназначенного исключительно для персонального тренинга. Во избежание сомнений и споров, актуальный перечень такого оборудования имеется на центральном ресепшн Клуба или у дежурного тренера и предъявляется по первому требованию Члена Клуба.

§ 2. Правила посещения отдельных видов занятий и зон в Клубе.

46. Правила посещения групповых программ:

- Групповые программы в Клубе проводятся по расписанию, утвержденному Администрацией. Администрация оставляет за собой право вносить изменения в расписание, менять тренеров на условиях и в порядке, установленных настоящими Правилами. «ЧК» не вправе пользоваться помещениями Клуба, специально предназначенными для групповых программ, иначе как в рамках групповых программ, даже если такое помещение открыто.
- Опоздание на групповые программы более чем на десять минут может быть опасным для здоровья Пользователя; во избежание травмоопасных ситуаций тренер вправе в данном случае не допустить опоздавшего Пользователя к программам.
- Тренер вправе не допустить Пользователя на программы, не соответствующее его уровню подготовленности.
- До начала занятий Пользователям следует ознакомиться с выдержками из настоящих Правил, правилами техники безопасности и Перечнем противопоказаний, размещенных в соответствующей зоне. Пользователям необходимо соблюдать правила техники безопасности и общепринятые правила личной гигиены и воздерживаться от занятий при наличии медицинских противопоказаний.
- Пользователям необходимо соблюдать ограничения по посещению групповых программ, предписанные врачом.
- Пользователям не разрешается резервировать места в залах групповых программ, использовать собственную хореографию и веса не рекомендованные тренером, громко разговаривать, жевать жевательную резинку, пользоваться мобильными телефонами, использовать парфюмерию с резким запахом.
- После окончания занятий спортивный инвентарь и оборудование должны быть возвращены на специально отведенные для этого места.
- Во время проведения групповых тренировок в зоне Кроссфит, доступ в зону ограничен.
- В случае возникновения острого недомогания во время группового занятия для получения неотложной помощи необходимо незамедлительно обратиться к фитнес-врачу Клуба (за содействием следует обратиться к дежурному тренеру в зале или сотруднику центрального ресепшн Клуба).
- Запрещено посещение взрослых групповых программ детям, не достигшим 14 лет.

47. Правила посещения тренажерного зала, кардиостудии, кардиотеатра:

- При входе в зал Пользователям следует ознакомиться с выдержками из настоящих Правил, правилами техники безопасности и Перечнем противопоказаний, размещенных в соответствующей тренировочной зоне у дежурного тренера. Пользователям необходимо соблюдать правила техники безопасности и общепринятые правила личной гигиены и воздерживаться от занятий при наличии медицинских противопоказаний.
- Для отдельных тренажеров, других видов оборудования и инвентаря устанавливаются специальные правила техники безопасности – они размещаются на тренажере, другом оборудовании или месте хранения инвентаря либо в

непосредственной близости от него. Необходимо строго соблюдать такие специальные правила техники безопасности.

- Необходимо соблюдать ограничения, предписанные врачом.
- Упражнения с максимальными весами для собственной безопасности следует выполнять только с тренером или страхующим партнером.
- Запрещается заниматься в тренажерном зале в открытой обуви и босиком, а также с открытым торсом, жевать жевательную резинку. В целях соблюдения гигиены во время занятий на тренажерах следует пользоваться полотенцем, разместив его на тренажере перед выполнением упражнений.
- Любой тренажер в зале может быть временно ограничен для использования по техническим причинам (ремонт, профилактические работы). Администрация извещает об этом объявлением, размещенным на видном месте в непосредственной близости от тренажера.
- В случае использования Пользователем оборудования более одного подхода ему следует быть внимательным к окружающим и позволять им тренироваться на этом оборудовании между его подходами.
- После окончания тренировки со свободными весами блины и гантели должны быть возвращены на специально отведенные для них места.
- Дети для занятий в тренажерном зале, кардиостудии и кардиотеатре вне детских групповых программ не допускаются. Юниоры для занятий в тренажерном зале, кардиостудии и кардиотеатре допускаются с учетом применимых положений раздела V настоящих Правил.
- В случае возникновения острого недомогания во время занятий в тренажерном зале, кардиостудии, кардиотеатре для получения неотложной помощи необходимо незамедлительно обратиться к фитнес-врачу Клуба (за содействием следует обратиться к дежурному тренеру в зале или к сотруднику центрального ресепшн Клуба).

48. Правила посещения зоны бассейна (включая групповые программы в зоне бассейна) и банного комплекса:

- Заниматься в бассейне и посещать групповые программы в зоне бассейна можно только после прохождения первичного осмотра фитнес-врача Клуба или наличия выданного врачом медицинского заключения о допуске к занятиям в бассейне.
- При входе в зону бассейна Пользователям следует ознакомиться с выдержками из настоящих Правил, правилами техники безопасности, правилами пользования специальным оборудованием и Перечнем противопоказаний, размещенных в зоне бассейна у дежурного тренера. Во время занятий в зоне бассейна Пользователям необходимо соблюдать правила техники безопасности, правила пользования специальным оборудованием и общепринятые правила личной гигиены, следует воздерживаться от занятий при наличии медицинских противопоказаний.
- Перед посещением бассейна необходимо принять душ, в том числе смыть всю косметику и иные субстанции, ранее нанесенные на кожу, и надеть специальную обувь (тапочки с противоскользящей подошвой). Во избежание травм не разрешаются никакие перемещения между раздевалкой и бассейном и в помещении бассейна без обуви.

- В зоне бассейна запрещено находиться в верхней одежде и в уличной обуви. Волосы должны быть собраны и убраны под шапочку. Купание в бассейне без шапочки не допускается.
- В зоне бассейна во избежание травм не разрешается: бегать по бортику бассейна, висеть на ограждениях дорожек, пользоваться оборудованием для аква-аэробики при свободном плавании, жевать жевательную резинку, приносить бьющиеся предметы на бортик бассейна. Прыжки в воду могут осуществляться только в формате персонального тренинга.
- Дети и юниоры допускаются в зону бассейна в присутствии и под персональную ответственность родителей (уполномоченных лиц) или с тренером во время проведения персональной тренировки и групповых программ в соответствии с Правилами.
- Во время проведения групповых программ или персональных тренировок зона для плавания может быть ограничена.
- При возникновении любых вопросов относительно правил поведения в зоне бассейна, проведения групповых занятий в зоне бассейна, правил техники безопасности и использования специального оборудования следует обращаться к дежурному инструктору в зоне бассейна. При возникновении вопросов относительно поведения в зоне бассейна и использования специального оборудования во время участия в групповых занятиях следует обращаться к инструктору групповых занятий.
- В случае возникновения острого недомогания во время занятий в зоне бассейна для получения неотложной помощи необходимо незамедлительно обратиться к фитнес-врачу Клуба (за содействием следует обратиться к дежурному тренеру в зоне бассейна или сотруднику центрального ресепшн Клуба).
- Правила проведения групповых занятий в зоне бассейна в применимой части также регулируются положениями пункта 45 настоящих Правил.

49. Правила посещения банного комплекса:

- Максимальная длительность процедур составляет 20-35 минут, превышать указанное количество не рекомендуется.
- Очищать кожу нужно обязательно перед сеансом, избавляя её полностью от любых косметических средств. После процедуры кожа будет нуждаться в питании и увлажнении.
- Идеальное время принятия инфракрасной сауны – вечер. Если на это же время запланированы физические нагрузки или тренировка, то проводить процедуру следует после их завершения.
- Отправляться в сауну не стоит сразу после плотного обеда, а также на пустой желудок. Перед посещением оптимальным вариантом будет за 15-20 минут выпить смузи или фреш, а по завершении съесть диетический салат.
- Находится в банном комплексе только в резиновой обуви.
- Прыгать в джакузи запрещается, т.к. его глубина и рельеф для этого не предназначены. В джакузи следует спускаться по лестнице, держась обеими руками за поручни. Нахождение в джакузи более 10 человек запрещено.
- Запрещается использовать банный комплекс в целях личной гигиены (бриться, стирать личные вещи и т.д.). Не разрешается использовать парную для сушки полотенец и личных вещей.

- Запрещается распылять в парной аэрозольные жидкости.
- Запрещается лить на камин(камни) воду, эфирные масла и другие ароматические жидкости.
- Не разрешается находиться в банном комплексе, парилках и джакузи в состоянии алкогольного, наркотического и токсического опьянения. При подозрении на наличие у Посетителя признаков алкогольного и/или наркотического, токсического опьянения, а также их остаточных явлений (похмельный синдром и т.д.), сотрудники комплекса оставляют за собой право не впускать Посетителя, применить соответствующие меры к указанным лицам (вывод за пределы комплекса или вызов сотрудников правоохранительных органов).
- При посещении парной запрещено пользоваться грязевыми масками, маслами, скрабами и прочее.
- После посещения бань необходимо принимать душ перед посещением джакузи или бассейнов.
- Запрещено в помещении сауны и парных принимать пищу, пить любого рода жидкости и напитки.
- Дети до 14 лет в банный комплекс без сопровождающих лиц – не допускаются.
- Детям до 11 лет, посещение джакузи запрещено.
- В банном комплексе запрещены любые виды и формы прелюбодеяния.
- Запрещается самостоятельное использование оборудования и техники банного комплекса.
- Запрещено использование атрибутов для любого вида парения, принесенные с собой (веники, масла, скрабы и т.д.).

Раздел VI. Детский Клуб («OHANA-Kids»).

§ 1. Общие положения.

50. Детский клуб «OHANA-KIDS» (Охана Кидс), далее именуемый «ДК», является подразделением Клуба, оказывающим услуги исключительно детям и юниорам (от 14 месяцев до 14 лет), расположен на территории Клуба. Услуги «ДК» оказываются в зоне собственно «ДК», а в отдельных случаях, предусмотренных настоящими Правилами, – на территории Клуба вне зоны «ДК».
51. Телефон «ДК»: 8 (495) 432-47-47. Официальный веб-сайт (веб-страница) «ДК»: <http://moskovsk.ohana-fitness.ru>.
52. Время работы «ДК»:
- «ДК» открыт для посещения ежедневно, кроме 1 января, с 9:00 до 22:00 ежедневно.
 - Администрация вправе в необходимых случаях и с соблюдением требований, установленных настоящими Правилами, изменять указанные часы работы «ДК».
 - Доступ в «ДК» для занятий возможен не менее чем за 30 минут до окончания времени посещения, предусмотренного условиями соответствующего Контракта/Договора. Тренировочные зоны «ДК» заканчивают работу за 1 час до закрытия «ДК».
53. Информацию об услугах «ДК», Клуб доводит до сведения Посетителей в соответствии с пунктом 35 настоящих Правил. Дополнительно такая информация может быть

размещена на информационном стенде «ДК», на официальном веб-сайте (веб-странице) «ДК», социальных сетях Клуба, мобильном приложении Клуба.

54. Положения настоящего раздела применяются при оказании Клубом услуг детям и юниорам в части, не регулируемой иными разделами настоящих Правил. В случае противоречия между отдельными положениями настоящего раздела и положениями иных разделов настоящих Правил преимущественную силу для регулирования отношений при оказании Клубом услуг детям и юниорам имеют положения настоящего раздела.

§ 2. Услуги Клуба для детей и юниоров.

55. Основные услуги (фитнес-услуги) «ДК» включают в числе прочего: проведение групповых программ по расписанию «ДК» соответствующих возрасту ребенка, услуги плавательного бассейна.
56. Вспомогательные услуги «ДК» включают в числе прочего: услуги игровой комнаты на территории «ДК», предоставление индивидуального полотенца, право пользования раздевалкой, право на участие в специальных мероприятиях Клуба, сети Клубов, проводимых для детей и/или юниоров с их участием – на условиях и с учётом ограничений, установленных организатором мероприятия.
57. В состав дополнительных услуг «ДК» входят: персональный тренинг, секции, проведение Дней Рождения.
58. С полным действующим перечнем услуг «ДК» можно ознакомиться на стойке центрального ресепшн Клуба и/или в Отделе Сервиса.
59. Объем услуг «ДК», а также порядок и сроки оказания таких услуг определяются условиями соответствующих Контрактов/Договоров, заключенных в пользу детей и юниоров, и применимыми положениями настоящих Правил.

§ 3. Особенности заключения и исполнения Контрактов/Договоров на оказание услуг, заключенных в пользу детей и юниоров.

60. Клуб оказывает детям и юниорам услуги на основании заключенных Контрактов/Договоров. Условия таких Контрактов/Договоров, порядок их оформления и исполнения определяются настоящим разделом, а в части, им не урегулированной, – применимыми положениями иных разделов настоящих Правил.
61. Особенности заключения Контрактов/Договоров:
- Контракт/Договор с Клубом в пользу ребёнка или юниора может быть заключён только «ЧК». Если Контракт/Договор в пользу ребёнка (юниора) заключается лицом иным, нежели один из родителей или иных законных представителей данного ребёнка (юниора), такое лицо обязано обеспечить явку в Клуб одного из родителей или иных законных представителей ребёнка (юниора) для оформления тем согласия на заключение соответствующего Контракта/Договора, либо предоставить нотариально заверенную доверенность, подтверждающую право на заключение Контракта/Договора и совершение действий от имени и в интересах ребёнка (юниора). Во всех случаях Клубу должен быть предоставлен документ,

подтверждающий возраст ребенка (юниора), в пользу которого заключается Контракт/Договор.

- До начала оформления Контракта/Договора с Клубом в пользу ребёнка или юниора лицом иным, нежели один из родителей или иных законных представителей данного ребёнка (юниора), Клуб обязан в порядке, установленном настоящими Правилами, предоставить законному представителю ребёнка (юниора) возможность ознакомиться с настоящими Правилами Клуба.
- Расписываясь об ознакомлении с вышеуказанными документами и согласии их соблюдать, законный представитель ребенка (юниора) тем самым подтверждает отсутствие у ребенка (юниора) медицинских противопоказаний к занятиям в Клубе на момент подписания соответственно Контракта/Договора либо расписки к пре-чеку (квитанции) по Гостевому визиту (Гостевой Карте).
- Лицо, заключившее Контракт/Договор с Клубом в пользу ребенка (юниора), обязано самостоятельно до первого посещения Клуба ребенком (юниором) ознакомить назначенное им в порядке, предусмотренном пунктом 62 настоящих Правил, уполномоченное лицо с содержанием настоящих Правил, а также объяснить ребенку (юниору) правила поведения на территории Клуба.

62. Особенности исполнения Контрактов/Договоров. Уполномоченные лица:

- При исполнении Контракта/Договора представителем ребенка (юниора) в отношениях с Клубом выступает уполномоченное лицо, назначенное родителем или иным законным представителем ребенка (юниора) либо лицом, уполномоченным на заключение такого Контракта/Договора в порядке, предусмотренном пунктом 61(1) настоящих Правил.
- Уполномоченным лицом может быть само заключающее Контракт/Договор лицо, упомянутое в пункте 62(1) настоящих Правил, либо другое совершеннолетнее дееспособное лицо, являющееся «ЧК».
- В случае замены уполномоченного лица лицом, заключившее Контракт/Договор с Клубом в пользу ребёнка (юниора), обязано заблаговременно письменно известить об этом Администрацию с указанием сведений о новом уполномоченном лице (Ф.И.О., данные паспорта или иного удостоверения личности), а также дату или период времени, с которой (в течение которого) такое лицо становится уполномоченным лицом для ребенка (юниора) в отношениях с Клубом.
- В случае, когда ребенок (юниор) посещает Клуб в качестве гостя «ЧК» в соответствии с пунктом 38 настоящих Правил, уполномоченным лицом ребенка (юниора) выступает его родитель или иной законный представитель либо лицо, надлежаще уполномоченное его родителем (законным представителем).
- Если иное прямо не предусмотрено настоящими Правилами, на уполномоченное лицо возлагается обязанность по надзору за ребенком (юниором) в течение всего времени его нахождения в Клубе. Уполномоченное лицо несет полную ответственность за соблюдение ребенком (юниором) применимых положений настоящих Правил, а также Правил техники безопасности при занятиях в Клубе, правил техники безопасности для отдельных тренажеров, другого оборудования и отдельных тренировочных зон, общепринятых правил гигиены.
- При первом посещении Клуба уполномоченным лицом, сопровождающим ребенка (юниора), Клуб в порядке, предусмотренном настоящими Правилами, обязан

ознакомить такое уполномоченное лицо с содержанием настоящих Правил и документами, предусмотренными пунктом 34 Правил.

63. Контракт/Договор, заключенный в пользу ребенка предоставляет ему право в течение срока действия и на условиях данного Контракта/Договора в часы работы «ДК»:

- Посещать групповые программы своей возрастной группы по расписанию «ДК».
- Посещать игровую комнату «ДК» не более 2 (двух) часов подряд, не считая времени участия в групповых занятиях на территории «ДК».
- Пользоваться услугой персонального тренинга (если такая услуга входит в объем услуг по Контракту/Договору либо приобретена как дополнительная услуга).
- Посещать бассейн вне групповых программ и персонального тренинга в сопровождении и под ответственность уполномоченного лица в часы работы
- Пользоваться вспомогательными услугами по Контракту/Договору, а также дополнительными услугами, которые Клуб оказывает детям.

64. Контракт/Договор, заключенный в пользу Юниора предоставляет ему право в течение срока действия и на условиях данного Контракта/Договора в часы работы «ДК»:

- Посещать групповые программы своей возрастной группы по расписанию «ДК».
- По расписанию Клуба строго в сопровождении и под ответственность уполномоченного лица посещать групповые программы таких направлений, как йога, танцы, Flex.
- Пользоваться услугой персонального тренинга (если такая услуга входит в объем услуг по Контракту/Договору либо приобретена как дополнительная услуга).
- Посещать бассейн вне групповых программ и персонального тренинга в сопровождении и под ответственность уполномоченного лица, которое должно постоянно находиться в непосредственной близости (не более 5 метров, в непосредственном визуальном контакте) от юниора, чтобы предупреждать возможное получение им травм и/или причинение им неудобств другим «ЧК».
- Пользоваться другими фитнес-услугами и вспомогательными услугами по Контракту/Договору, а также дополнительными услугами, которые Клуб оказывает юниорам.

65. Переоформление Контракта/Договора, заключенного в пользу ребенка или юниора, на условиях пункта 24 настоящих Правил допускается только в пользу другого ребенка или юниора соответственно.

§ 4. Правила посещения Клуба и Детского Клуба детьми и юниорами.

66. При посещении Клуба и «ДК» дети, юниоры, уполномоченные лица обязаны соблюдать настоящие Правила, не должны причинять беспокойство другим посетителям Клуба, «ДК» или нарушать общественный порядок.

67. На территорию «ДК» запрещается приносить продукты питания, а также напитки в стеклянной таре. На территории Клуба прием пищи может осуществляться только в фитнес-кафе (по прејскуранту фитнес кафе или по согласованию).

68. Детям и юниорам категорически не рекомендуется приносить в «ДК» собственные игрушки. За негативные последствия для ребенка (юниора) и других Посетителей

вследствие использования принесенных в Клуб игрушек с опасными свойствами несет ответственность уполномоченное лицо.

69. Для посещения «ДК», других занятий на территории Клуба ребенок (юниор) должен быть переодет в удобную спортивную форму и спортивную обувь.
70. Во время проведения групповых программ в «ДК», персонального тренинга, присутствия ребенка в игровой комнате, учебном классе, присутствия юниоров на взрослых групповых программах и занятий в тренировочных зонах Клуба детям и юниорам не разрешается жевать жевательную резинку.
71. Во время проведения групповых программ в «ДК», персонального тренинга, присутствия ребенка в игровой комнате, учебном классе дети и юниоры обязаны строго выполнять указания инструктора групповых программ, персонального тренера, инструктора «ДК».
72. Обязанности уполномоченных лиц:
 - Дети и юниоры вправе посещать Клуб, заниматься в Клубе и передвигаться по территории Клуба, включая территорию «ДК», только в сопровождении и под присмотром уполномоченного лица. Ребенок может находиться в Клубе в отсутствие уполномоченного лица только во время проведения персональной тренировки или занятий детских секций при условии получения согласия на это ответственного лица Клуба, сообщив ему номер своего мобильного телефона. В этом и в любых других случаях уполномоченное лицо в течение всего времени пребывания ребенка (юниора) в Клубе должно находиться на территории Клуба и обеспечивать незамедлительное и адекватное реагирование на любые нештатные ситуации с ребенком (юниором).
 - Клуб не обязан осуществлять надзор за ребенком (юниором), за исключением времени нахождения ребенка в игровой комнате «ДК», проведения персонального тренинга, присутствия ребенка (юниора) на групповых программах по расписанию «ДК». В указанных случаях уполномоченное лицо обязано к началу занятий привести переодетого в спортивную форму и обувь ребенка (юниора) в место проведения занятий («ДК», указанная в расписании групповых программ тренировочная зона Клуба либо место проведения персонального тренинга) и незамедлительно по окончании групповой программы забрать ребенка (юниора). Нахождение уполномоченного лица в зонах (местах) проведения занятий во время занятий исключено.
 - За детей и юниоров, находящихся на территории Клуба без присмотра уполномоченного лица, кроме случаев, прямо предусмотренных настоящими Правилами, Клуб ответственности не несет.
 - Уполномоченное лицо обязано строго соблюдать настоящие Правила.
 - Уполномоченное лицо обязано обеспечить соблюдение ребенком (юниором) настоящих Правил во время нахождения в Клубе, передвижения по его территории и на групповых программах, кроме случаев, прямо предусмотренных настоящими Правилами, когда ребенок (юниор) находится под надзором Клуба.
 - Приводя ребенка (юниора) на занятия, уполномоченное лицо обязано лично ознакомиться с выдержками из настоящих Правил, правилами техники безопасности и перечнем медицинских противопоказаний.
 - В случае, если уполномоченное лицо не забирает ребенка (юниора) после групповых программ или персонального тренинга, а равно при обнаружении ребенка (юниора), находящегося без присмотра уполномоченного лица в момент закрытия

«ДК» для посещения (пункт 52(1) настоящих Правил), Администрация помещает такого ребенка (юниора) под присмотр дежурного инструктора «ДК» или иного должностного лица Клуба до прихода уполномоченного лица и оставляет за собой право на применение к уполномоченному лицу (а если оно не является «ЧК» – к соответствующему «ЧК») штрафных санкций в размере стоимости соответственно детской или юниорской персональной тренировки согласно прейскуранту Клуба.

73. Медицинские противопоказания и ограничения к занятиям ребенка (юниора):

- Во время занятий в Клубе необходимо соблюдать ограничения, установленные для ребенка (юниора) лечащим врачом. Членам «ДК» дополнительно необходимо соблюдать ограничения, установленные при первичном осмотре и фитнес-тестировании (в случае, если данные услуги входят в наполнение Контракта/Договора). Ответственность за соблюдение таких ограничений несет уполномоченное лицо.
- При передаче ребенка (юниора) в «ДК» для участия в групповых программах или персональному тренеру уполномоченное лицо обязано сообщить инструктору «ДК», персональному тренеру об имеющихся медицинских ограничениях.
- При наличии у ребенка (юниора) медицинских противопоказаний к занятиям в Клубе из действующего Перечня противопоказаний уполномоченное лицо не вправе приводить ребенка в Клуб и допускать на занятия. Помимо этого, в целях безопасности ребенка (юниора) и других посетителей Клуба уполномоченное лицо не вправе приводить ребенка (юниора) в Клуб, если у ребенка (юниора) или самого уполномоченного лица насморк, кашель, болит горло, расстройство желудка, тошнота, сыпь, незаживающие раны.
- В случае возникновения острого недомогания во время групповых программ или при нахождении в Клубе в рабочее время Клуба для получения неотложной помощи необходимо незамедлительно обратиться к фитнес-врачу Клуба (за содействием следует обратиться к дежурному инструктору в «ДК», другой тренировочной зоне или дежурному администратору на стойке ресепшн).
- Администрация настоятельно рекомендует наблюдать детей (юниоров) в течение всего срока действия Контракта/Договора у лечащего врача для регулярного контроля за состоянием здоровья и корректировки (при необходимости) допустимых физических нагрузок.

74. Регистрация в «ДК»:

- Для пользования услугами Клуба и прохода ребенка (юниора) на территорию «ДК» уполномоченное лицо обязано зарегистрировать ребенка (юниора) на центральном ресепшн Клуба с соблюдением условий, предусмотренных настоящими Правилами.
- При регистрации гостя «ДК» уполномоченное лицо предоставляет свое удостоверение личности, а при регистрации Члена «ДК» – свое удостоверение личности и детскую Карту (Карту юниора).
- Клуб вправе установить дополнительные требования по регистрации на стойке ресепшн и (дополнительно) регистрации прихода детей (юниоров) в «ДК» и ухода из него, включая требования о заполнении уполномоченным лицом специальных бланков отчетности, при условии заблаговременного доведения таких требований до сведения посетителей «ДК» в соответствии с настоящими Правилами.

75. Пользование раздевалками:

- Если иное не предусмотрено настоящими Правилами, дети и юниоры должны переодеваться под присмотром уполномоченного лица в раздевалке, предназначенной для лиц одного с ними пола.
- Дети в возрасте шести лет и старше, а также юниоры могут переодеваться в раздевалках, предназначенных для лиц одного с ними пола, самостоятельно, без присмотра уполномоченного лица – по усмотрению и под ответственность последнего. Дети в возрасте до пяти лет включительно должны переодеваться в детских раздевалках, согласно полу, с помощью родителей/сопровождающих лиц. При наличии в Клубе специализированной раздевалки «ребёнок-взрослый» уполномоченное лицо может использовать её для переодевания ребенка любого пола с соблюдением очерёдности переодевания детей разных полов.
- Юниоры вправе использовать сауны в раздевалках строго под присмотром и под персональную ответственность уполномоченного лица. Детям использование саун не рекомендуется, однако в случае принятия уполномоченным лицом решения о посещении ребенком сауны такое посещение возможно строго под присмотром и под персональную ответственность уполномоченного лица. Аналогичные правила действуют в отношении посещения детьми и юниорами любых банных процедур в Клубе, детям до 11 лет посещение джакузи запрещено.
- Клуб не несет ответственность за ребенка (юниора) в раздевалке.

76. В случае посещения юниором групповых программ для взрослых уполномоченное лицо обязано обеспечить соблюдение юниором требований пункта 46.

77. Особенности правил посещения детьми и юниорами бассейна:

- При посещении детьми групповых занятий и персональных тренировок в зоне бассейна уполномоченные лица самостоятельно приводят детей на бортик бассейна переодетыми, и забирают сразу после окончания групповых занятий или персональной тренировки. Юниоры могут самостоятельно приходить в зону бассейна для групповых занятий или персональной тренировки, а также самостоятельно уходить из зоны бассейна незамедлительно после их окончания.
- Посещение детьми и юниорами бассейна вне групповых занятий и персональной тренировки возможно только в сопровождении уполномоченного лица (являющегося «ЧК») и под его персональную ответственность.
- Посещение детьми и юниорами гидромассажных процедур в бассейне возможно только в сопровождении уполномоченного лица (являющегося «ЧК») и под его персональную ответственность.
- Заниматься в бассейне и посещать групповые программы в зоне бассейна детям и юниорам можно только после прохождения первичного осмотра фитнес-врача Клуба или наличия выданного врачом медицинского заключения о допуске к занятиям в бассейне.

78. По всем административным и организационным вопросам, связанным с пребыванием и занятиями ребенка (юниора) в Клубе и «ДК», следует обращаться к дежурному инструктору «ДК».

Раздел VII. Ответственность за нарушение Правил.

79. Посетители самостоятельно и в объеме, предусмотренном законом, несут ответственность за вред, причиненный их действиями имуществу Клуба, здоровью и имуществу других Посетителей. Клуб не несет ответственности за вред здоровью и/или имуществу Посетителей, причиненный действиями третьих лиц, за исключением случаев, установленных законом.
80. Об утере или порче Клубной Карты, ключа от шкафчика, номерка от гардероба, халата или полотенца Посетители обязаны незамедлительно сообщать на центральный ресепшн Клуба.
81. В случае утери или порчи Клубной Карты, ключа, номерка из гардероба, халата, полотенца, другого инвентаря, выдаваемого Клубом во время его посещения, а равно иного имущества Клуба «ЧК» или Гость «ЧК» обязаны в течение 5 (пяти) дней возместить ущерб в размере, указанном в действующем прейскуранте Клуба, а в отсутствие указания на размер возмещения в прейскуранте – в размере стоимости восстановительного ремонта соответствующей вещи (если вещь подлежит ремонту) либо рыночной стоимости аналогичной вещи (в случае утраты или полной конструктивной гибели вещи).
82. При неправомерном распоряжении Клубной Картой (пункт 25(2) настоящих Правил) «ЧК» обязан в течение 5 (пяти) дней с момента предъявления ему соответствующего требования уплатить штраф за неправомерное распоряжение имуществом Клуба в соответствии с прейскурантом Клуба.
83. В случае несвоевременного исполнения «ЧК» обязательств по пунктам 81 или 82 настоящих Правил Администрация имеет право удержать сумму соответственно ущерба и штрафа из стоимости услуг по его Контракту/Договору, соразмерно уменьшив срок действия Контракта/Договора. В случае исполнения «ЧК» указанных обязательств в пределах уменьшенного срока действия Контракта/Договора тот продолжает действовать в пределах первоначального срока.
84. Администрация не несет ответственности за недостатки оказанных Клубом услуг, включая вред, причиненный вследствие таких недостатков имуществу и/или здоровью Пользователя, в случае, если такие недостатки и/или вред возникли вследствие обстоятельств непреодолимой силы или нарушения потерпевшим Пользователем настоящих Правил, заключения фитнес врача Клуба по результатам первичного осмотра, иных предписаний и ограничений, о которых было известно Пользователю, комплексной программы тренировок или индивидуальных инструкций (если «ЧК» воспользовался услугой по составлению комплексной программы тренировок или проведению индивидуального инструктажа), рекомендаций инструкторов, тренеров Клуба, Администрации, правил техники безопасности или правил личной гигиены.
85. Грубое нарушение Правил:
- Грубым нарушением признается любое нарушение настоящих Правил, а равно иных документов, предусмотренных пунктом 9 настоящих Правил, любых распоряжений Администрации, изданных на основании настоящих Правил, а равно нарушение общепринятых правил личной гигиены, если такое нарушение создает или может создать угрозу безопасности услуг, оказываемых Клубом Пользователям, угрозу причинения вреда здоровью и/или имуществу Посетителей, имуществу Клуба, а

также снижает качество и уровень безопасности услуг, оказываемых Клубом нарушителю и/или другим Пользователям.

- В случае однократного грубого нарушения настоящих Правил Администрация предупреждает нарушителя о недопустимости его действий.
- В случае однократного грубого нарушения настоящих Правил ребенком(юниором) или его уполномоченным лицом Клуб обязан незамедлительно прекратить и приостановить на текущий день оказание услуг данному ребенку (юниору) и вынести уполномоченному лицу письменное предупреждение о недопустимости нарушения, за исключением случаев, когда в соответствии с настоящими Правилами ребенок (юниор) в момент совершения им грубого нарушения находился под надзором Клуба.
- В случае, когда ребенок (юниор) в соответствии с настоящими Правилами находится под надзором Клуба и неоднократно (два и более раз) в течение одного занятия грубо нарушает настоящие Правила, Клуб обязан удалить данного ребенка (юниора) с занятий в игровую комнату «ДК» до прихода уполномоченного лица и вынести уполномоченному лицу письменное предупреждение о недопустимости нарушения (доставить информацию уполномоченному лицу о том, что будет написана служебная записка которая будет являться основанием для применения штрафных санкций).
- Перечень грубых нарушений утверждается Администрацией и доводится до сведения Посетителей с соблюдением требований пункта 28 настоящих Правил. Грубыми также считаются нарушения, прямо указанные в качестве таковых в тексте настоящих Правил.

86. Администрация вправе определять конкретные формы и размер ответственности «ЧК» и Гостей «ЧК» за нарушение настоящих Правил в той части, в которой это не установлено Правилами и обязательными нормами закона (включая размер ущерба, подлежащего возмещению при утрате либо повреждении Клубной Карты, ключа от шкафчика, полотенца, халата и другого имущества Клуба). Администрация вправе применять такие формы и размер ответственности при условии доведения их до сведения Посетителей с соблюдением требований пункта 28 настоящих Правил.

87. За нарушение ребенком (юниором) настоящих Правил, утвержденных Администрацией Правил техники безопасности при занятиях в Клубе, правил техники безопасности для отдельных тренажеров, другого оборудования и отдельных тренировочных зон, общепринятых правил гигиены, а равно за вред, причиненный вследствие указанных нарушений здоровью и/или имуществу ребенка (юниора), имуществу Клуба, здоровью и/ или имуществу третьих лиц, ответственность несет уполномоченное лицо за исключением случаев, предусмотренных пунктом 88 настоящих Правил.

88. За нарушение ребенком (юниором) настоящих Правил, утвержденных Администрацией Правил техники безопасности при занятиях в Клубе, правил техники безопасности для отдельных тренажеров, другого оборудования и отдельных тренировочных зон, общепринятых правил гигиены, а равно за вред, причиненный вследствие указанных нарушений здоровью и/или имуществу ребенка (юниора), имуществу Клуба, здоровью и/ или имуществу третьих лиц, в период пребывания ребенка в игровой комнате «ДК», посещения ребенком (юниором) групповых занятий «ДК», индивидуального тренинга ответственность несет Клуб.

Администрация будет благодарна за замечания и дополнения к настоящим Правилам и постарается учесть Ваши пожелания.

Приложение № 1.

Перечень медицинских противопоказаний к занятиям в Клубе.

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 прогрессирующим течением и резким нарушением функции суставов и наличием болевого синдрома).
8. Коллагеновые болезни.
9. Болезни органов дыхания:
 - a) болезни, протекающие с дыхательной или легочно-сердечной недостаточностью выше I степени;
 - b) бронхиальная астма с частыми, затяжными, трудно купируемыми приступами;
 - c) хронический бронхит с склонностью к частым обострениям и наличием резко выраженного бронхоспастического компонента;
 - d) бронхоэктатическая болезнь до полного клинического излечения;
 - e) пневмония интерстициальная с рецидивом.
10. Болезни сердечно-сосудистой системы:
 - a) аневризма аорты сердца;
 - b) аритмии (сложные нарушения ритма и проводимости, монотонная экстрасистолия, мерцательная аритмия, пароксизмальная тахикардия);
 - c) блокада левой ножки пучка Гиса или ее разветвлений;
 - d) заболевания, протекающие с недостаточностью кровообращения выше I степени (по Василенко-Стражеско);
 - e) стенокардия напряжения с частыми приступами;
 - a) постинфарктный кардиосклероз (решается в каждом конкретном случае);
 - a) 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;
 - b) гипертоническая болезнь с частыми кризами, а также при цифрах систолического артериального давления выше 200 мм рт. ст. или диастолического выше 110 мм рт. ст.; и) гипертоническая болезнь (первичного или вторичного характера) или цифрах систолического артериального давления ниже 90 мм рт. ст.;
 - c) 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 и общей гемодинамики, а также предшествовавшей двигательной активности);
 - d) синдром Морганьи-Эдемса-Стокса.

11. Болезни органов пищеварения:

- a) желудок, оперированный при декомпенсации функции органов пищеварения;
- b) хронический панкреатит с рецидивирующим течением при наличии ферментативной недостаточности;
- c) язвенная болезнь желудка (двенадцатиперстной кишки) с склонностью к частым рецидивам или при значительном нарушении функции органов пищеварения и нарушениях питания или выраженном болевом синдроме.

12. Заболевания печени и желчных путей:

- a) цирроз печени (любой этиологии), рецидивирующий с прогрессирующим течением или признаками печеночной недостаточности;
- b) хронический гепатит (гепатодистрофия-«гепатозы»), рецидивирующий с выраженными функциональными расстройствами;
- c) хронические холециститы калькулезной этиологии, сопровождающиеся приступами печеночной колики или рецидивирующей желтухой;
- d) хронический антихолит с приступами печеночной колики и нарушением желчевыделения;
- e) вторичный хронический панкреатит, обусловленный нарушением внешней секреторной функции поджелудочной железы.

2. Заболевания почек в мочевыводящих путях:

- a) хронический диффузный гломерулонефрит рецидивирующего течения или при наличии признаков почечной недостаточности;
- b) хронический интерстициальный нефрит различного генеза при наличии признаков почечной недостаточности;
- c) хронический пиелонефрит с рецидивирующим течением, наличие выраженных функциональных нарушений или осложнений (гидропиелонефрит, гипертоническая перибропатия);
- d) липидно-амилоидный нефроз.

3. Болезни эндокринных желез:

- a) гипогликемическая болезнь;
- b) гипотериоз, микседема (первичная или вторичная форма) тяжелого течения; в) диабет несахарный;
- a) диабет сахарный (первичный или вторичный) среднего и тяжелого течения или при наличии осложнений (кетоз, сосудистые поражения, полиневриты и др.)
- d) зоб диффузный токсический (тиреотоксикоз базедова болезнь) - тяжелая форма; эндемический зоб с выраженной гипер- или гипофункцией железы;
- e) хронический тиреоидит.

15. Болезни обмена:

- a) ожирение вторичного генеза (дианцефальное, гипотиреодальное, гипогенитальное, при синдроме Иценко-Кушига);
- b) подагра с прогрессирующим течением или выраженным болевым синдромом.

16. Патологический климакс.

Противопоказания к использованию нагрузочных тестов. Абсолютные противопоказания:

1. Недостаточность кровообращения выше 11-Л.
2. Инфаркт миокарда (раньше, чем через 3 месяца с начала болезни).
3. Быстро прогрессирующая или нестабильная грудная жаба.
4. Гипертоническая болезнь II-III степени при систолическом АД выше 200 мм рт. ст., диастолическом выше 120 мм рт. ст.
5. Желудочковая тахикардия.
6. Выраженный аортальный стеноз.
7. Активный или недавно перенесенный тромбофлебит.
8. Острые и хронические болезни в стадии обострения.

Относительные противопоказания:

1. Частые суправентрикулярные экстрасистолы (4:40), мерцательная аритмия.
2. Повторяющаяся или частая желудочковая; эктопическая активность.
3. Легочная гипертензия.
4. Аневризма желудочковая сердца.
5. Умеренный аортальный стеноз.
6. Неконтролируемые метаболические заболевания (сахарный диабет, тиреотоксикоз, микседема).
7. Значительные увеличения сердца.

Состояния, требующие специального внимания и предосторожности:

1. Нарушение проводимости:
 - a) полная атриовентрикулярная блокада;
 - b) блокада левой ножки пучка Гиса;
 - c) синдром Вольфа-Паркинсона-Уайта.
2. Наличие имплантированного водителя ритма сердца с фиксированной частотой.
3. Контролируемые дизаритмии.
4. Нарушение электролитного баланса.
5. Применение некоторых лекарств:
 - препаратов наперстянки,
 - блокаторов адренергических бетарецепторов и препаратов подобного действия.

6. Тяжелая гипертония, ретинопатия III степени.
7. Грудная жаба и др. проявления коронарной недостаточности.
8. Тяжелая анемия.
9. Выраженное ожирение.
10. Почечная, печеночная и др. виды метаболической недостаточности.
11. Явные психоневротические расстройства.
12. Нервно-мышечные, мышечно-скелетные и суставные расстройства, которые будут мешать проведению теста.

Дополнительные противопоказания к занятиям фитнесом:

1. Сколиоз, осложненный нижним вялым парапарезом, требующий ношение специального корсета для разгрузки позвоночника.
2. Плоскостопие III степени.
3. Нарушение связочного аппарата суставов.
4. Некоторые доброкачественные опухоли костной системы.
5. Некомпенсированное повреждение позвоночника.
6. Различные виды переломов и посттравматические состояния.
7. Психические расстройства и пограничные состояния психики.
8. Нарушение связочного аппарата коленного сустава (нестабильный сустав).
9. Болезнь Бехтерева.
10. Осложненный перелом позвоночника с повреждением спинного мозга.
11. Эпилепсия с судорожными припадками, сопровождающаяся потерей сознания.
12. Выраженные и частые головокружения.
13. Психические заболевания различной степени выраженности.
14. Тяжелые заболевания внутренних органов, препятствующие назначению физической нагрузки танцевального типа (сахарный диабет, артериальная гипертония, опухоли и т.п.).
15. Наличие онкологических заболеваний.
16. Туберкулез костей и суставов.
17. Ряд доброкачественных опухолей костной системы (например, фиброзная дисплазия), которые способствуют развитию патологических переломов костей.
18. После перенесенных черепно-мозговых травм и инфаркта только с разрешения лечащего врача.

Противопоказания к занятиям аэробикой:

1. заболевания сердечно-сосудистой системы;
2. высокое артериальное давление (при повышении нагрузки происходит значительное повышение цифр АД);
3. запущенный остеохондроз (дегенеративные изменения позвоночника, в том числе протрузии и грыжи межпозвонкового диска);
4. варикозное расширение вен – этот диагноз означает категорическое «нет» для прыжковой и степовой аэробики.

Уроки танца запрещены:

1. при обострении язвы желудка и двенадцатиперстной кишки;

2. при любых заболеваниях печени и поджелудочной железы;
3. при некомпенсированных заболеваниях почек;
4. при грыже межпозвонкового диска.

Силовые классы:

1. варикозное расширение вен (упражнения в положении сидя-лежа можно выполнять при начальной стадии заболевания);
2. нейроциркуляторная (вегето-сосудистая) дистония (с таким диагнозом человеку нельзя долго находиться в состоянии наклона – может начаться головокружение);
3. тяжелые формы бронхита и астмы;
4. высокая степень близорукости (требуется консультация врача-окулиста).

Аква-аэробика:

1. многие дерматологические заболевания – лишай, онихомикоз, псориаз, экзема и пр.;
2. воспалительные процессы органов малого таза у женщины (крайне опасно переохлаждение, и, если вода недостаточно теплая, придется отказаться от занятий или возобновить их в бассейне с оптимальной температурой воды 25-27 град. С).

В период беременности полностью исключаются::

1. все травмоопасные элементы – прыжки, бег, махи (в том числе в плавании);
2. глубокие и резкие приседания;
3. наклоны;
4. активные растяжки и прогибы спины;
5. различные скручивания и наклоны, которые могут привести матку в состояние гипертонуса. 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 нужно учитывать слабость связочного аппарата и очень осторожно выполнять растяжку в связи с выработкой гормона релаксина. 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.

Список оборудования для использования только в персональном тренинге/групповых программах в Клуба.

Клуб Единоборств:

1. Перчатки боксерские.
2. Пояс боксерский.

Бассейн:

1. Ласты.
2. Гантели.
3. Нудлсы.
4. Пояса.
5. Доски.
6. Колобашки.

Групповые программы:

1. Все оборудование.

Детский Клуб:

1. Все оборудование.

Приложение № 3.
ПРАВИЛА
ДЕТСКОГО РАЗВИВАЮЩЕГО ЦЕНТРА «МУАНА»

1. Общие правила посещения детского развивающего центра (ДРЦ) «Муана».

- 1.1. Клиентом ДРЦ «Муана» может стать как Член Клуба «OHANA» - Московский, так и Гость Клуба.
- 1.2. Проход в ДРЦ «Муана» осуществляется по карте ДРЦ «Муана», которая выдается при приобретении блока на 4/8/12 занятий или открытия депозитного счета в Отделе Сервиса Клуба «OHANA» - Московский. При разовой оплате услуги карта ДРЦ «Муана» не выдается, а при регистрации ребенка в Отделе Сервиса необходимо предоставить документ удостоверяющий личность.
- 1.3. Карта ДРЦ «Муана» является собственностью Клуба «OHANA» - Московский и изымается по истечению срока действия блока случае его не продления.
- 1.4. ДРЦ «Муана» открыт для детей в возрасте от 3 месяцев до 14 лет в определённые дни и время проведения занятий, согласно расписанию.
- 1.5. При посещении ДРЦ «Муана» обязательно соблюдение родителями (законными представителями), доверенными лицами (лица не моложе 18 лет, сопровождающие детей), детьми настоящих Правил, других нормативных актов фитнес клуба «OHANA» - Московский.
- 1.6. Родители (законные представители) или доверенные лица обязаны объяснить ребенку правила поведения на территории фитнес клуба «OHANA» - Московский и посещение ДРЦ «Муана», и несут ответственность за соблюдение ребенком данных правил (с полным перечнем Правил Клуба можно ознакомиться на сайте <http://moskovsk.ohana-fitness.ru> или на центральном ресепшн Клуба).
- 1.7. Дети до 10 лет включительно должны находиться на территории ДРЦ «Муана», а равно перемещаться по территории Клуба только в сопровождении родителей (законных представителей), доверенных лиц или сотрудников ДРЦ «Муана» Исключением являются дети, посещающие ГКП «Я сам» и «Муана-сад».
- 1.8. Регистрировать детей до 10 лет на ресепшн Клуба могут только родители (законные представители) или доверенные лица, сопровождающие ребенка, вместе с ним.
- 1.9. Клиент допускается к посещению Клуба (ДРЦ «Муана» только при условии 100%-ой оплаты услуги.
- 1.10. Доступ в Клуб, а также, выдача ключа и полотенца для не Члена Клуба, возможна исключительно при наличии Карты ДРЦ «Муана».
- 1.11. Тренировки клиентов ДРЦ Муана в других зонах Клуба запрещены.

- 1.12. Время нахождения в Клубе строго регламентируется:
- При посещении занятий продолжительностью 30 минут – в Клубе можно находиться 60 минут.
- При посещении занятий продолжительностью 45-60 минут – в Клубе можно находиться 90 минут
- При посещении занятий продолжительностью 90 минут – в Клубе можно находиться 120 минут
- 1.13. Специальные условия и скидки Клуба «OHANA» Московский» на ДРЦ «Муана» не распространяются.
- 1.14. Клиент оплативший блок занятий может посещать только те занятия, которые обозначены в договоре. Не использованные занятия не переносятся и не продлеваются.
- 1.15. По окончании срока действия абонемента, денежные средства за неиспользованные занятия не переносятся и не возвращаются.
- 1.16. Клиент имеет право на персональные тренировки только с тем тренером, у которого занимается в секции. Оплата тренировок производится согласно действующему прайс-листу.
- 1.17. Родителям или сопровождающим лицам, которые не являются Членами Клуба, вход во все тренировочные зоны Клуба строго воспрещен.
- 1.18. Родители (законные представители) или сопровождающие лица могут ожидать детей в зоне ожидания Клуба у центрального ресепшн.
- 1.19. Клуб не берет на себя ответственность за наличие свободных мест в зонах ожидания.
- 1.20. Родители (законные представители) и сопровождающие лица после передачи ребенка инструктору могут покинуть Клуб, но за 5 минут до окончания тренировки обязаны ожидать ребенка на территории у центрального ресепшн Клуба.
- 1.21. Родители (законные представители) должны заблаговременно предупреждать тренера об особенностях поведения и состояния здоровья ребенка.
- 1.22. В случае возникновения у тренера подозрений о наличии у ребенка симптомов какого-либо заболевания, дети:
- имеющие признаки ОРЗ, диареи, инфекционного заболевания; сыпь, ранки на теле или другие симптомы, позволяющие предполагать, что его состояние здоровья может негативно сказаться на состоянии здоровья других детей;
 - посещающие детские дошкольные или общеобразовательные учреждения, в которых наблюдается эпидемия или зарегистрирован карантин, к занятиям не допускаются.

- 1.23. **Пребывание родителей (законных представителей) или доверенных лиц на детских занятиях не разрешается. Исключением являются дети от 3 месяцев до 3 лет.**
- 1.23. При посещении спортивных секций/развивающих занятий дети должны быть чисто и аккуратно одеты, должны иметь спортивную одежду и обувь. При посещении Бассейна дети должны иметь плавательный костюм, резиновую обувь, шапочку, очки для плавания.
- 1.24. Разрешается переодевать детей до 6 лет в детских раздевалках родителем (сопровождающем) любого пола, а дети с 6 до 14 лет переодеваются самостоятельно в детских раздевалках. Если родители (законные представители)/сопровождающие лица являются действующими Членами Клуба «OHANA» - Московский, то они имеют возможность переодевать детей в возрасте до 6 лет на территории взрослых раздевалок согласно полу родителя (законного представителя)/сопровождающего лица.
- 1.25. Не разрешается приносить с собой на занятия продукты питания. Разрешается приносить с собой воду только в закрытых небьющихся контейнерах (бутылках). Исключением являются только дети, посещающие «Муана-сад», ГКП «Я сам».
- 1.26. Ответственность за причиненный ребенком ущерб в полном объеме несут его родители (законные представители)/сопровождающие лица.
- 1.27. При нарушении детьми, родителями (законными представителями) или доверенными лицами настоящих Правил, администрация фитнес клуба «OHANA» - Московский вправе прекратить действие карты/абонемента без выплаты компенсации.
- 1.28. При посещении ДРЦ «Муана» не разрешается совершать действия, способные помешать другим посетителям.

2. Правила посещения детьми ДРЦ «Муана»:

- 1.29. Занятия с детьми проводятся по расписанию, утвержденному администрацией ДРЦ «Муана». Администрация ДРЦ «Муана» имеет право изменять расписание, заблаговременно предупредив об этом родителей (законных представителей) или доверенных лиц путем оповещения в мобильном приложении/социальных сетях Клуба.
- 1.30. Во время проведения занятий не разрешается жевать жевательную резинку.