

ZARZĄDZENIE NR 7/2020
KIEROWNIKA GMINNEJ BIBLIOTEKI PUBLICZNEJ W BAKAŁARZEWIE

z dnia 03 czerwca 2020 r.

**w sprawie wprowadzenia do stosowania Regulaminu korzystania z siłowni wewnętrznej
znajdującej się w budynku Gminnej Biblioteki Publicznej w Bakałarzewie**

Na podstawie Uchwały Nr XXI/123/2016 Rady Gminy Bakałarzewo z dnia 22 września 2016 r. w sprawie zasad korzystania z gminnych obiektów użyteczności publicznej oraz sposobu ustalania opłat za ich wykorzystywanie (Dz. Urz. Woj. Podl. z 2016 r. poz. 3679) zarządzam, co następuje:

§ 1. Wprowadzam do stosowania Regulamin korzystania z siłowni wewnętrznej, znajdującej się w budynku Gminnej Biblioteki Publicznej w Bakałarzewie, który stanowi załącznik do niniejszego zarządzenia.

§ 2. Zarządzenie wchodzi w życie z dniem podpisania.

Kierownik



Renata Naumowicz

Załącznik do zarządzenia Nr 7/2020
Kierownika Gminnej Biblioteki
Publicznej w Bakalarzewie
z dnia 03 czerwca 2020 r.

Regulamin korzystania z siłowni wewnętrznej

1. Z siłowni wewnętrznej zwaną dalej siłownią, znajdującą się w budynku Gminnej Biblioteki Publicznej w Bakalarzewie można korzystać nieodpłatnie.

2. Siłownia czynna jest od poniedziałku do soboty w godzinach otwarcia Gminnej Biblioteki Publicznej w Bakalarzewie, zwaną dalej biblioteką.

3. Korzystanie z siłowni odbywa się pod nadzorem pracowników biblioteki.

4. Osoby chętne rozpocząć korzystanie z siłowni mają obowiązek podpisania w bibliotece oświadczenia o zapoznaniu się z regulaminem siłowni i przepisami BHP. Wzór oświadczenia stanowi załącznik nr 1 do niniejszego zarządzenia.

5. Osoby korzystające z siłowni zobowiązane są do przestrzegania Regulaminu, a także kulturalnego zachowania się.

6. W pomieszczeniach siłowni przebywają tylko osoby ćwiczące.

7. Przebywanie dzieci i młodzieży niepełnoletniej na siłowni dozwolone jest tylko pod opieką rodzica, bądź opiekuna lub dostarczenia stosownego oświadczenia od rodzica lub opiekuna. Wzór oświadczenia stanowi załącznik nr 2 do niniejszego zarządzenia.

8. Osoby pełnoletnie wchodzi na własne ryzyko, biorąc na siebie pełną odpowiedzialność za ewentualne negatywne skutki dla swojego zdrowia z korzystania z urządzeń w siłowni.

9. Torby i ubrania powinny być pozostawione w szatni.

10. Do uczestniczenia w ćwiczeniach konieczny jest strój sportowy, a przede wszystkim czyste zmienione przed zajęciami obuwie. Ze względów higienicznych wskazane jest posiadanie ręcznika

11. Po wejściu do siłowni obowiązkiem ćwiczących jest sprawdzenie stanu technicznego urządzeń i sprawdzenie kompletności elementów ruchomych.

12. W przypadku uszkodzenia jakiegokolwiek urządzenia ćwiczący zobowiązani są powiadomić pracowników biblioteki. Do czasu usunięcia awarii zabrania się ćwiczyć na uszkodzonym urządzeniu.

13. Obowiązkowa jest asekuracja podczas ćwiczenia - wyciskanie leżąc.

14. Po zakończeniu ćwiczeń należy uprzątnąć sprzęt i stanowisko ćwiczeń, a w szczególności:

a) odłożyć sztangielki na stojaki;

b) rozłożyć sztangi i umieścić pierścienie na stojakach.

15. Niewskazane jest zajmowanie stanowisk do ćwiczeń podczas odpoczynku.

16. Zmiany obciążenia dokonuje wyłącznie ćwiczący na danym stanowisku.

17. Właściwe dobrane obciążenie to takie, które powoduje, że ostatnie w serii ćwiczenie wykonujemy z trudem.

18. Zabrania się gwałtownego opuszczania ciężarów umieszczonych na stosach.

19. Zabrania się samodzielnego poprawiania zaciskających się płyt w stosach, stosowania nietypowych blokad i zawleczek.
20. Pomiędzy seriami należy stosować odpoczynek około 1-2 min.
21. Osoby korzystające z siłowni zobowiązane są do przestrzegania zasad koleżeństwa.
22. Używanie niecenzuralnych słów w siłowni jest zabronione.
23. W siłowni obowiązuje całkowity zakaz spożywania napojów alkoholowych, palenia tytoniu i używania jakichkolwiek innych środków odurzających oraz bycia pod wpływem tych środków.
24. Zaleca się ze względów bezpieczeństwa, aby w siłowni przebywało nie mniej niż 2 osoby.
25. Za wszelkie szkody powstałe na terenie siłowni z winy ćwiczącego odpowiada ćwiczący.
26. Ćwiczący zostawia po sobie posprzątaną salę ćwiczeń.
27. W czasie ćwiczeń drzwi wejściowe w siłowni nie mogą być zamknięte na klucz.
28. Niezastosowanie się do postanowień niniejszego Regulaminu spowoduje czasowy lub stały zakaz korzystania z siłowni.
29. Użytkownicy i ćwiczący korzystający z siłowni zobowiązani są do zapoznania się i bezwzględnego przestrzegania Regulaminu oraz ogólnych zasad bezpieczeństwa.
30. Siłownia nie ponosi odpowiedzialności za kontuzje powstałe w wyniku korzystania z urządzeń sportowo-rehabilitacyjnych.
31. W przypadku kontuzji, wypadku lub innego zagrożenia, należy niezwłocznie powiadomić odpowiednie służby: Pogotowie ratunkowe – tel. 999, Straż Pożarna – tel. 998, Policja – tel. 997 lub za pośrednictwem nr ratunkowego 112.
32. Wejście na teren oznacza automatycznie akceptację regulaminu.

Kierownik



Renata Naumowicz

O Ś W I A D C Z E N I E

Ja niżej podpisany/a.....,

Zamieszkały/a.....

nr PESEL.....

1. Oświadczam, że:

- zapoznałem (am) się z postanowieniami Regulaminu korzystania z siłowni wewnętrznej i zobowiązuje się do jego przestrzegania,
- nie posiadam przeciwwskazań lekarza do wykonywania ćwiczeń w siłowni,
- wszystkie ćwiczenia w siłowni wykonuję na własne ryzyko i biorę na siebie pełną odpowiedzialność za ewentualne negatywne skutki dla mojego zdrowia podczas korzystania z urządzeń w siłowni,
- ponoszę pełną odpowiedzialność za szkody poniesione w związku z korzystaniem z urządzeń w siłowni.

2. Przyjmuję do wiadomości, że administrator nie ubezpiecza użytkowników siłowni od następstw nieszczęśliwych wypadków.

3. Zobowiązuję się przed przystąpieniem do ćwiczeń, do każdorazowego wpisania do Rejestru osób korzystających z siłowni.

Bakałarzewo dn.,

.....

Podpis

O Ś W I A D C Z E N I E

Ja niżej podpisany/a.....,

Zamieszkały/a.....

nr PESEL.....

wyrażam zgodę na korzystanie z siłowni przez mojego niepełnoletniego
syna/córkę

nr PESEL

i ponoszę za niego/nią pełną odpowiedzialność.

1. Oświadczam, że:

- zapoznałem (am) się z postanowieniami Regulaminu korzystania z siłowni wewnętrznej i zobowiązuję się do jego przestrzegania,
- nie posiada syn/córka przeciwwskazań lekarskich do wykonywania ćwiczeń w siłowni,
- wszystkie ćwiczenia w siłowni wykonywane przez syna/córkę są na własne ryzyko i biorę na siebie pełną odpowiedzialność za ewentualne negatywne skutki dla jego/jej zdrowia podczas korzystania z urządzeń w siłowni,
- ponoszę pełną odpowiedzialność za szkody poniesione w związku z korzystaniem mojego syna/córki z urządzeń w siłowni.

2. Przyjmuję do wiadomości, że administrator nie ubezpiecza użytkowników siłowni od następstw nieszczęśliwych wypadków.

3. Zobowiązuję się przed przystąpieniem do ćwiczeń, do każdorazowego wpisania do Rejestru osób korzystających z siłowni.

Bakałarzewo dn.

.....

Podpis

