

MedicalSPA&FITNESS

for Rest Mix

«Утверждаю»
Генеральный директор
ООО «АЛЬЯНС ПРОФИ»
/Агеева И.М./
"01" февраля 2026г.

Приложение I к Договору

ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО КЛУБА forRestMix.

ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ.

- Клуб forRestMix – это частное предприятие, руководство которого имеет право устанавливать Правила посещения Клуба.
- Правила Клуба не противоречат действующему Законодательству РФ.
- Членами Клуба являются лица, которые приобрели Клубную Карту или абонемент и заключили Договор с Клубом.
- Все Проживающие, Гости и Члены Клуба имеют равные права на получение услуг клуба.
- Правила Клуба обязательны для исполнения Проживающими, Членами Клуба, Гостями, специалистами и иными лицами, посещающими Клуб.
- Бассейн, термальная зона, раздевалки, а также рецепция СПА и фитнес работают ежедневно с 08:00 до 23:50.
- Технические перерывы для санитарной обработки бассейна и термальной зоны с 13.00 до 13.30 и с 18.00 до 18.30. На это время необходимо покинуть территорию бассейна, террасу, термальный комплекс и раздевалки.
- Каждый последний понедельник месяца Бассейн и термальная зона закрыты до 14.00 на ежемесячное техническое обслуживание
- Фитнес-территория работает ежедневно с 08:00 до 22:00
- Проживающие и Члены Клуба имеют право пользоваться услугами и имуществом Клуба только в помещениях, предназначенных для получения услуг в указанное время.
- Все Проживающие и Члены Клуба обязаны приходить и покидать Клуб точно в срок, регламентированный настоящими правилами Клуба. Выходы за пределы временного промежутка считаются нарушением Правил.
- Проживающие и Члены Клуба имеют право пользоваться услугами Клуба, не указанными в Договоре (далее по тексту – Дополнительная услуга), за дополнительную плату.
- Оплата за оказание дополнительной услуги производится авансовым платежом в кассу Клуба.
- Во время проведения клубных мероприятий доступ в зоны, предназначенные для занятий, может быть ограничен по предварительному оповещению.
- Пользование спортивным оборудованием, тренажерами, спортивными зонами, бассейном и гидротермальной зоной, сауной и иными помещениями могут быть ограничены в любой момент, в целях проведения ремонта, профилактических работ, возникновения угрозы безопасности жизни и здоровья, а также для проведения мероприятий Клуба.
- Кино- и фотосъемка в Клубе допускается с разрешения администрации Клуба.
- Все помещения Клуба, являются зонами, свободными от курения. Курение в Клубе и в непосредственной близости от клуба запрещено всем.

- Появление и нахождение в Клубе в состоянии наркотического или алкогольного опьянения, а равно распитие спиртных напитков в помещениях Клуба запрещается.
- Запрещается входить в служебные и прочие технические помещения клуба, самостоятельно регулировать любое инженерно-техническое оборудование.
- Вход в Клуб с любыми животными запрещен.
- Члены Клуба обязаны вести себя в соответствии с правилами общественного порядка и общепринятых норм поведения, не допускать действий, создающих опасность для окружающих.
- Запрещается приносить с собой и хранить на территории Клуба огнестрельное и/или иное оружие.
- Клуб оставляет за собой право в случае возникновения подозрений на наличие оружия не допустить Клиента на территорию Клуба и провести проверку в установленном порядке.
- Распространение, реклама, продажа продукции или услуг любого вида Проживающими и Гостями Клуба на территории Клуба запрещается.
- Публичные акции, не согласованные с Администрацией Клуба, запрещены.
- В случае обнаружения технических и иных неисправностей в Клубе необходимо немедленно сообщить об этом любому сотруднику Клуба. Не предпринимайте попыток самостоятельного устранения технических и иных неисправностей.
- Проживающий, не оплативший стоимость фактически оказанных ему услуг, не возместивший стоимость утраченного имущества Клуба, не оплативший дополнительные услуги в течении 5 дней, а также Проживающий, действие Договора которого закончилось, к посещению Клуба не допускается.

ВХОД В КЛУБ.

- Запрещается находиться в помещениях Клуба в верхней одежде. Верхняя (уличная) одежда обязательно должна быть оставлена в раздевалке.
- За ценные вещи, деньги и документы Проживающих, оставленные в гардеробе, кабинках раздевалок, а также иных местах, Клуб ответственности не несёт. Ценные вещи, деньги и документы можно оставить в индивидуальных сейфовых ячейках на центральной рецепции Отеля.
- Пользование полотенцем, кулерами для воды, фенами в раздевалках, душевыми и саунами для Проживающих входит в стоимость посещений.
- В случае утери электронного браслета, полотенца или иного имущества Клуба, Проживающий обязан возместить стоимость утраченного имущества.

ОПЛАТА УСЛУГ КЛУБА.

- Оплата за услуги принимается в наличной и безналичной форме в рублях, и может быть произведена только у администратора-кассира на рецепции Клуба.
- Все другие формы расчётов, в том числе и оплаты индивидуальных занятий, считаются нарушением настоящих Правил.
- Стоимость услуг, а также их продолжительность может быть изменена по усмотрению администрации Клуба. Стоимость оплаченных ранее услуг не изменяется до окончания срока предоставления услуги.
- Возврат денежных средств по истечении срока действия абонеента не производится.
- За услуги Клуба, которые не были оказаны по активированным сертификатам производится возврат денежных средств из расчета базовых цен за использованные услуги без учета скидок, при предъявлении чека или договора, приложенными к заявлению.

ПРАВИЛА ПОЛЬЗОВАНИЯ РАЗДЕВАЛКАМИ, ДУШЕВЫМИ, САУНАМИ.

- Пользование раздевалками допускается только по половой принадлежности.
- Исключение составляют маленькие дети до 3-х лет включительно, которые могут находиться в раздевалке с сопровождающим другого пола.
- Одежду и личные вещи следует оставлять только в кабинках, расположенных в раздевалках Клуба.
- По окончании времени пребывания в Клубе в кабинку необходимо освободить от личных вещей и оставить открытой.
- Настоятельно не рекомендуется снимать электронный браслет с руки в течение всего времени пребывания во всех зонах Клуба во избежание утери.
- Клуб имеет право забрать оставленные в помещениях Клуба личные вещи. В течение 30 календарных дней они хранятся на рецепции СПА, в случае отсутствия собственника оставленной вещи, по истечению указанного срока они подлежат утилизации.
- Прием пищи и безалкогольных напитков, кроме воды из кулера, допускается только в специально отведенном для этого месте – Экобаре.
- Гости Клуба обязаны принимать душ перед посещением бассейна, после выхода из сауны или Хаммам.
- Запрещено стирать в душевой и раковинах, сушить белье и одежду на батареях в раздевалках и саунах.
- В Клубе не принято бросать полотенца на пол и использовать их не по назначению.
- Запрещено оставлять открытыми краны в умывальниках и душевых кабинах.
- Запрещено приносить в раздевалки Клуба, душевые и сауны любые вещества в стеклянной таре.
- В термальной зоне и раздевалках запрещается:
 - использовать во время посещения мази, крема, лосьоны и иные косметические средства;
 - использование веников;
 - эстетическое бритье, эпиляцию и использование любых видов бритвенных устройств;
 - мытье обуви, стирка;
 - окрашивание волос;
 - проведение массажа тела
 - посещать сауну в период острых или хронических заболеваний, а также с повышенной температурой тела.

ПОРЯДОК ОКАЗАНИЯ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ УСЛУГ.

- Клуб не является спортивным сооружением, предназначенным для проведения профессиональных тренировок.
- Клуб является коммерческим предприятием, предоставляющим спортивно-оздоровительные и дополнительные услуги населению.
- Спортивно-оздоровительные услуги в Клубе предоставляются только Специалистами клуба.
- В случае, если Проживающие или Члены Клуба, равно как и иные лица оказывают услуги, которые предоставляются только Специалистами Клуба, администрация Клуба вправе в одностороннем порядке досрочно прекратить действие Договора между Клубом и Проживающим/Членом Клуба без компенсации (возврата) неиспользованных денежных средств.

- Если у Специалистов Клуба возникают обоснованные подозрения в том, что Гости, Проживающие или Члены Клуба оказывают такие услуги другим Проживающим/Членам Клуба, составляется соответствующий Акт о нарушении Правил Клуба.
- Перед первичным посещением рекомендуется пройти медицинский осмотр, получить консультацию и провести диагностику состояния организма у Врача Клуба.
- Все дополнительные услуги Члены Клуба могут получить на платной основе, согласно действующему прейскуранту цен на услуги.
- В случае невозможности явиться для получения дополнительной услуги или при отказе от услуги необходимо сообщить Клубу не позднее, чем за 12 часов до назначенного времени. При несоблюдении этого срока в случае неявки Проживающего / Члена Клуба услуга считается выполненной. В этом случае стоимость услуги не возвращается, а удерживается для компенсации фактически понесённым Клубом затрат.
- Стоимость дополнительной услуги и продолжительность сеанса могут быть изменены Клубом в одностороннем порядке, за исключением услуги, оплаченной до наступления соответствующих изменений.
- Вход в спортивный зал возможен только в чистой спортивной сменной одежде и спортивной обуви. При несоблюдении данных условий сотрудник Клуба вправе обратиться на это внимание и не допустить Вас на территорию спортивных залов.
- Убедительная просьба не пользоваться дезодорантами и парфюмерией с сильным запахом, а также не допускать использования мобильных телефонов в процессе занятий. Это может доставить неудобства для другихGuestей Клуба.
- Убедительная просьба не находится в помещениях Клуба и на занятиях с обнажённым торсом.
- Гостям Клуба рекомендовано находится на территории бассейна и термальных зон Клуба в специальной обуви, предназначенной для влажных помещений. Одноразовые тапки имеют скользкую подошву и возможны травмы.
- Нахождение в Клубе без обуви, за исключением функциональных тренировок (йоги, пилатеса, фитбола и аналогичных) запрещено. Занятия без спортивной обуви разрешены только для проведения тренировок по единоборствам на специальном ковре.
- Занятия в группах проводятся по расписанию Клуба, с указанием времени, дня недели, места проведения занятий.
- Инструктор имеет право не допустить члена клуба до занятий в группах в случае, если опоздание составляет более 15 минут.
- ***Соблюдение команд и рекомендаций инструктора в течение всех занятий является обязательным.***
- Не предусмотрен резерв мест в спортивных зонах и резерв спортивного оборудования при групповых занятиях, если это не предусмотрено форматом урока или иными правилами.
- Характер, уровень громкости и жанр фонового музыкального сопровождения занятий является неотъемлемой частью концепции Клуба, методики занятий, и устанавливается администрацией Клуба. Выбор не зависит от конкретных музыкальных пристрастий каждого клиента в отдельности, поэтому любые просьбы клиентов об изменении громкости или репертуара останутся без внимания.
- Проживающим/Гостям Клуба запрещается самостоятельно использовать музыкальную и другую аппаратуру Клуба.
- Проживающий/Гость Клуба вправе использовать в процессе самостоятельных занятий наушники, для того, чтобы не мешать окружающим.
- Клуб имеет право в одностороннем порядке без уведомления вносить изменения в расписание групповых программ. Пожалуйста, следите за расписанием групповых программ, уточняйте расписание на рецепции Клуба.

- По мере наполняемости и в зависимости от востребованности групповых занятий Клуб в одностороннем порядке вправе устанавливать предварительную запись на групповые занятия, о чем члены Клуба извещаются путем размещения объявления на рецепции Клуба.
- Посещение групповых программ рекомендуется в соответствии с Вашим уровнем подготовки.
- Для Вашего здоровья не рекомендуем посещать подряд более двух групповых программ.
- Лица моложе 14 лет не допускаются к участию в групповых занятиях вместе с взрослыми. Для них организуются детские занятия.
- Любое использование штанги без замков категорически запрещено.
- Запрещается работа на неисправных тренажерах. Самостоятельное устранение неисправности оборудования не допускается.
- Запрещается использовать тренажёрное или иное оборудование клуба не по прямому назначению.
- Запрещается использовать тренажерное оборудование вопреки установленным техническим правилам или указаниям тренера.
- Запрещается передвигать или наклонять тренажеры.
- Запрещается перегрузка тренажерных устройств сверх нормы дополнительным навешиванием грузов.
- После завершения упражнения необходимо вернуть весь инвентарь на места хранения.
- В целях безопасности не рекомендуется выполнять самостоятельно упражнения с использованием инвентаря с максимальными весами.
- В случае отсутствия соответствующего уровня подготовки к выполнению определенных видов занятий Инструктор Клуба, действуя по внутреннему убеждению, в соответствии со своим профессиональными навыками и знаниями, вправе не допустить Вас к занятиям или ограничить нагрузку.
- Пользоваться собственным инвентарем и оборудованием без разрешения Инструктора Клуба запрещается.
- Для наиболее комфортного пребывания в Клубе необходимо соблюдать общепринятые нормы поведения: не беспокоить других Членов Клуба, а также персонал громкими разговорами, шумным поведением, не использовать нецензурные выражения и не инициировать конфликтные ситуации.
- Время персональной тренировки необходимо согласовать с инструктором, а затем зарегистрировать на рецепции и оплатить в кассе
- Во время групповой тренировки запрещается вносить коррективы в процесс ведения тренировки, изменять последовательность и виды физических упражнений.
- Во время проведения занятия запрещается присутствие клиентов и громкая речь в зале в ожидании начала своего урока. Вы можете проводить время ожидания в раздевалке, в тренажерном зале или Экобаре
- Запрещается находиться в залах с жевательной резинкой.

ПРАВИЛА ОХРАНЫ ЗДОРОВЬЯ.

- Клиент несёт персональную ответственность за своё здоровье и медицинское обеспечение.
- Предоставляя свои услуги, разрабатывая любые индивидуальные программы для Клиента, Клуб руководствуется тем, что Клиент не имеет противопоказаний для занятий. Иное (наличие противопоказаний) является явным и очевидным в случае, если Клиент предоставляет выписку из медицинской документации лечебного учреждения, оказывающего медицинскую помощь Клиенту на постоянной основе. Выписка должна содержать рекомендации лечащего врача по возможной и допустимой физической нагрузке для Клиента при занятиях в Клубе. Прежде чем начать посещение занятий, Члены Клуба

должны получить консультацию у Врача Клуба, получить необходимую информацию о допустимых нагрузках и видах занятий.

- Врач Клуба не проводит медицинское обследование и не ставит медицинский диагноз, а на основании сообщенных Гостем Клуба данных о заболеваниях и показаний диагностики предлагает рекомендации и ограничения к занятиям в Клубе.
- В случае беременности Гости Клуба должны начинать занятия только после письменного разрешения врача из женской консультации с разрешением посещать занятия и рекомендациями по ограничению нагрузки.
- Гость Клуба обязан при самостоятельных занятиях следовать рекомендованным Врачом ограничениям.
- Посещение Клуба при наличии инфекционных, остро – респираторных и кожных заболеваний запрещено.
- Запрещается приступать к занятиям при травмах и общем недомогании. Не рекомендуется проведение занятий натощак или сразу после приема пищи.
- Гость Клуба обязан сообщать работникам Клуба о любых случаях ухудшения самочувствия во время пребывания в Клубе и покинуть Клуб
- Гость Клуба обязан приостановить занятие, покинуть сауну в случае ухудшения самочувствия.
- Гость Клуба обязан прекратить тренировку по рекомендации врача, тренера или специалиста Клуба в случае, если у них имеются обоснованное беспокойство о состоянии здоровья Гостя Клуба.
- В случае визуального обнаружения у Клиента грибковых и/или иных кожных заболеваний, несущих угрозу здоровью других Клиентов, Клуб вправе потребовать справку о состоянии здоровья. До этого момента Гость Клуба не допускается до занятий.

ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ КЛУБА ДЛЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ.

- Клуб не является образовательным учреждением или спортивной школой.
- Посещение бассейна для детей в возрасте до 14 лет возможно только до 22.00 исключительно в сопровождении взрослых.
- Бассейн Клуба предназначен для оздоровительного плавания взрослых и обучения в индивидуальном порядке детей. Нахождение в чаше бассейна детей в возрасте до 7 лет — исключительная ответственность сопровождающих лиц несовершеннолетнего ребенка, независимо от наличия на территории бассейна персонала Клуба.
- Сопровождающее лицо несет полную ответственность за жизнь и здоровье несовершеннолетнего ребенка на территории бассейна, вне зависимости от нахождения на территории сотрудника Клуба.
- Посещение тренажерного зала для подростков возможно в возрасте с 14 лет включительно при росте не менее 150 см.
- Дети в возрасте до 13 лет допускаются к занятиям в тренажерном зале только с персональным тренером после предварительной оплаты данной услуги. Допускается пребывание таких детей в тренажерном зале в сопровождении родителя или ответственного лица. При этом родители сами несут ответственность за жизнь и здоровье ребёнка.
- Занятия детей в группах регламентируются отдельным Положением в зависимости от избранного вида спортивно-оздоровительной программы.
- Детская комната приглашает детей в возрасте от 3-х до 12-ти лет. Если родители не совсем уверены в том, что его ребенок может оставаться продолжительное время один, они могут навещать его, либо сократить время пребывания ребенка в Детской Комнате.
- Родители ребенка во время посещения ребенком Детской Комнаты не должны находиться в ней.

- Клуб вправе ограничить посещение Клуба ребенком в следующих случаях:
 - если у Вашего ребенка насморк, кашель, болит горло, повышенная температура или инфекционное заболевание;
 - если у Вашего ребенка расстройство желудка, тошнота или иное кишечное недомогание;
 - если у Вашего ребенка кожные высыпания;
 - иные заболевания, которые могут подвергнуть опасности здоровью детей, посещающих Клуб или вызвать обострение болезни ребенка.
- Если Ваш ребенок внезапно заболел (и это произошло в Клубе) или появились первые признаки недомогания, убедительно просим Вас немедленно забрать его из Клуба.
- Если ребенок нанесет вред имуществу Клуба, родитель обязан возместить убыток.
- Не приносите с собой продукты питания и не давайте их ребенку в Детскую комнату.
- Если Ваш ребенок ведет себя неадекватно (некорректно, вызывая, прыгает с бортиков в воду, громко кричит, не реагирует на замечания сотрудников Клуба) Инструктор/администратор Клуба имеет право сделать ему устное замечание и довести до сведения родителя информацию о таком поведении. При отсутствии желаемой реакции со стороны сопровождающих, сотрудник Клуба вправе попросить покинуть территорию Клуба
- Помните, что Вы несете персональную ответственность за поведение ребенка. В случае поступления жалоб на поведение ребенка в Клубе, а также нарушение ребенком правил поведения (Правил оказания услуг), Клуб имеет право отказать в оказании услуг Клубом, вплоть до расторжения Договора об оказании услуг.
- Клуб не несет ответственности за вред, причиненный здоровью ребенка во время его нахождения в Клубе, если он находится без сопровождения родителей (уполномоченных представителей), без присмотра инструкторов – педагогов (групповые, индивидуальные программы, посещение детской комнаты), а также в случае нарушений детьми настоящих правил.
- Уважаемые родители, принимайте все необходимые меры для разъяснения ребенку правил поведения и взаимоотношений с другими детьми, инструкторами (педагогами) Клуба, исключите возможность возникновения конфликтной ситуации между детьми, находящимися в детской комнате.

ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ.

- Настоящие правила могут быть изменены и дополнены Клубом в одностороннем порядке, о чем Проживающие извещаются путем размещения новой редакции Правил.
- Правила Клуба являются обязательными для исполнения всеми Проживающими и Гостями.
- В случае неоднократного или намеренного нарушения настоящих Правил, администрация Клуба оставляет за собой право аннулировать Договор.