

Публичная оферта (договор) об оказании физкультурно-оздоровительных (спортивных) услуг

г. Москва

«__» _____ 2021г.

Общество с ограниченной ответственностью «ЛЕГИОН СПОРТ», именуемое в дальнейшем «Исполнитель», в лице Генерального директора Рудика Ивана Александровича, действующего на основании Устава, предлагает к оказанию любому физическому лицу, именуемому в дальнейшем «Заказчик», платные физкультурно-оздоровительные (спортивные) услуги по проведению учебно-тренировочных занятий, по программе «Футбол» (далее – Услуги).

Настоящее предложение в соответствии с п. 2 ст. 437 Гражданского кодекса Российской Федерации является публичной офертой (далее – Договор), полным и безоговорочным принятием которой в соответствии со статьей 438 Гражданского кодекса Российской Федерации считается заказ Заказчиком Услуг и их оплата. Принятие оферты может быть осуществлено в течение всего срока размещения настоящей публичной оферты на сайте Исполнителя в сети Интернет по адресу: (<http://academy.legion-sport.com>)

Заказчик подтверждает свое согласие с условиями, установленными настоящим Договором, путем проставления отметки в графе «Я прочитал(-а) Условия Договора и согласен(-на) с условиями»

В связи с выше объявленным, внимательно ознакомьтесь с текстом данной оферты и, если Вы не согласны с ее условиями и правилами, или с каким-либо другим пунктом ее условий, Исполнитель предлагает Вам отказаться от заключения договора оферты и использования услуг Исполнителя.

I. Предмет договора

1.1 Предметом настоящей Оферты является оказание Услуг по проведению учебно-тренировочных занятий, по программе «Футбол» (далее – Услуги) Заказчику.

1.2. Исполнитель обязуется предоставить Заказчику Услуги по проведению учебно-тренировочных занятий, по программе «Футбол» (далее – Услуги) в отношении

_____ года рождения (далее – Ребенок), а Заказчик принимает и оплачивает вышеуказанные услуги в соответствии с выбранным абонементом в порядке и в размере, установленном в разделе 4 настоящего Договора.

1.3. Место оказания услуг - г. Москва, ул. Азовская, дом 31.

1.3. Услуги оказываются в соответствии с Правилами посещения Академии «Legion Sport» (далее Правила Академии) размещенными на официальном сайте (<http://academy.legion-sport.com>) и являющимися неотъемлемой частью настоящего Договора (**Приложение № 1**)

1.4. Настоящий договор (оферта), а также приложения к нему, являются официальными документами.

1.5 Исполнитель имеет право изменять, дополнять Договор (оферта), приложения к нему, а также стоимость Услуг без предварительного согласования с Заказчиком, обеспечивая при этом публикацию изменений и дополнений на сайте (<http://academy.legion-sport.com>) не менее чем за один день до ввода их в действие.

1.6. Право на получение Услуги возникает у Заказчика после полной оплаты ее стоимости в соответствии с условиями **Раздела 4 (Стоимость Услуг и порядок расчетов)** настоящего Договора.

1.7. Услуги оказываются Исполнителем в согласованное с Заказчиком время в рамках расписания и периодичности установленных занятий.

1.8. Расписание занятий, стоимость услуг, являются официальными документами Исполнителя, содержащими полный перечень услуг, оказание которых возможно в рамках настоящего Договора. Порядок оказания платных услуг доводится до Заказчика посредством размещения информации на официальном сайте Исполнителя.

1.9. При заказе услуг Заказчик обязуется предоставить следующую регистрационную информацию:

- фамилия, имя (по-русски);
- адрес электронной почты;
- контактный телефон.

- дата рождения

II. Права и обязанности Исполнителя

2.1. Исполнитель обязуется:

2.1.1. Организовать и обеспечить надлежащее оказание Услуг в соответствии с условиями, определенными настоящим Договором (оферты);

2.1.2. Заранее ознакомить Заказчика с графиком работы, информацией о количестве и продолжительности занятий, дополнительных мероприятиях, проводимых Исполнителем, с внутренними правилами поведения, правилами техники безопасности.

2.2. Исполнитель имеет право:

2.2.1. Требовать от Заказчика необходимые сведения и документы, снимать копии предоставленных Заказчиком документов в целях исполнения обязательств по настоящему Договору;

2.2.2. Требовать от Заказчика обеспечения необходимых условий для оказания Услуг, установленных в Правилах посещения физкультурно-оздоровительных (спортивных) услуг по проведению учебно-тренировочных занятий «Футбол» (**Приложение № 1**), а также Правил техники безопасности (**Приложение №2**);

2.2.3. Приостановить оказание Услуг в случае нарушения Заказчиком обязанности по обеспечению условий для оказания Услуг;

2.2.4. Осуществлять фото- и видеосъемку занятий с дальнейшим использованием материалов в рекламных и маркетинговых целях без предварительного согласования с Заказчиком;

2.2.5. Привлекать третьих лиц для исполнения обязательств по настоящему Договору, неся при этом ответственность за действия данных лиц как за свои собственные;

2.2.6. В случае не предоставления информации, либо предоставления недостоверной информации о здоровье Ребенка или медицинских противопоказаниях к занятиям, отказаться от исполнения Договора в одностороннем порядке;

2.2.7. Не допускать к занятиям Ребенка в случае наличия у него медицинских противопоказаний;

2.2.8. В случае неоднократного (более трех раз) нарушения Заказчиком либо его Ребенком во время Занятий Правил посещения и техники безопасности расторгнуть настоящий Договор в одностороннем порядке;

2.2.9. Переносить по согласованию с Заказчиком даты и время оказания Услуг, без предоставления Заказчику дополнительной компенсации;

2.2.10. В одностороннем порядке вносить изменения в Правила и иные документы. Об указанных изменениях извещать Заказчика путем размещения информации на сайте.

III. Права и обязанности Заказчика

3.1. Заказчик обязуется:

3.1.1. Подтвердить отсутствие у Ребенка противопоказаний к занятиям спортом путем предоставления справки – разрешения на занятия спортом, являющейся врачебным заключением об отсутствии противопоказаний к занятию определенным видом спорта (футболом);

3.1.2. Нести самостоятельно полную ответственность за жизнь и здоровье своего Ребенка, с отказом любых претензий, в том числе материальных, в адрес Исполнителя по поводу состояния здоровья Ребенка в результате его участия в занятиях и мероприятиях, в случае не предоставления справки, предусмотренной

п.3.1.1., либо иного подтверждения отсутствия у Ребенка острых и/или хронических заболеваний, равно как и иных противопоказаний к физкультурно-оздоровительным занятиям;

3.1.3. Заранее письменно информировать Исполнителя об имеющихся у Ребенка противопоказаниях к занятиям по состоянию здоровья;

3.1.4. Своевременно оплатить Услуги в порядке и на условиях, установленных настоящим Договором;

3.1.5. Своевременно предоставлять Исполнителю копии финансовых документов об оплате услуг Исполнителя;

3.1.6. Обеспечить присутствие Ребенка на занятии в время, согласованное с Исполнителем;

3.1.7. Обеспечить необходимые условия для оказания Услуг, установленных в Правилах по технике безопасности;

3.1.8. Обеспечить присутствие Ребенка на занятии в форме (футболка -1шт., трусы -1шт., гетры -1 пара);

3.1.9. Не присутствовать в спортивном зале на протяжении всего времени занятия Ребенка. Исключение составляет проведение открытых занятий, предусмотренных Правилами.

- 3.1.10. Сообщать Исполнителю достоверную контактную информацию и свои реквизиты, пройти процедуру заполнения анкетных данных и фотографирование;
- 3.1.11. Соблюдать и поддерживать общественный порядок и общепринятые нормы поведения, вести себя уважительно по отношению к другим посетителям, обслуживающему персоналу, не допускать действий, создающих опасность, создающих опасность для окружающих, соблюдать чистоту и порядок;
- 3.1.12. Обеспечить соблюдение вышеизложенных условий лицами, уполномоченными Заказчиком для сопровождения Ребенка;

3.2. Заказчик имеет право:

- 3.2.1. Контролировать исполнение обязательств по настоящему Договору;
- 3.2.2. Направлять свои мнения, предложения и рекомендации по каждому виду услуг по настоящему Договору;

4. Стоимость Услуг и порядок расчетов

- 4.1. Оплата по настоящему договору производится в российских рублях.
- 4.2. Стоимость Услуг Исполнителя определяется по следующим параметрам:

- Абонемент **на 1 тренировку** – 800 рублей 00 копеек
- Абонемент «Lite» **на 1 месяц (2 тренировки в неделю)** - 5 000 рублей 00 копеек
- Абонемент «Pro» **на 1 месяц (3 тренировки в неделю)** – 7 000 рублей 00 копеек

4.3. Заказчик осуществляет оплату стоимости услуг Исполнителя путем внесения денежных средств на расчетный счет Исполнителя в размере 100% предоплаты от стоимости услуг. Оплата производится Заказчиком после подачи Заявки и получения подтверждения от Исполнителя, но не позднее 10 календарных дней до начала Смены. Оплата с использованием реквизитов банковских карт на Интернет-сайте <http://academy.legion-sport.com/> осуществляется в системе электронных платежей АО «АЛЬФА-БАНК». Услуга оплаты через интернет осуществляется в соответствии с Правилами международных платежных систем Visa, MasterCard и Платежной системы МИР на принципах соблюдения конфиденциальности и безопасности совершения платежа, для чего используются самые современные методы проверки, шифрования и передачи данных по закрытым каналам связи. Ввод данных банковской карты осуществляется на защищенной платежной странице АО «АЛЬФА-БАНК».

5. Ответственность Сторон

- 5.1. Исполнитель, его сотрудники, приглашенные тренеры и преподаватели не несут ответственности за любое причинение вреда здоровью Заказчика и/или Ребенка в случае нарушения Заказчиком Правил техники безопасности, а также в случае утраты личного имущества в помещениях, где проводятся занятия или мероприятия Исполнителя.
- 5.2. Стороны не несут ответственности в случае невыполнения, несвоевременного или ненадлежащего выполнения их обязательств по настоящему Договору, если это обусловлено исключительно действием обстоятельств непреодолимой силы. При этом Сторона, для которой стало невозможным выполнение своих обязательств по настоящему Договору, обязана в течение 3(трех) календарных дней сообщить об этом в устной или письменной форме другой Стороне.
- 5.3. Стороны несут ответственность в порядке, определенном **Правилами посещения и оказания услуг Академии «Legion Sport»;**

6. Персональные данные.

6.1. Акцептируя настоящую оферту, Заказчик своей волей и в своем интересе дает свое согласие на обработку своих персональных данных (включая их получение от него и /или от любых третьих лиц) и персональных данных Ребенка, с учетом требований Федерального закона от 27.07.2006 №152-ФЗ «О персональных данных», в связи с чем разрешает Исполнителю обрабатывать персональные данные Заказчика и его Ребенка (в том числе фамилию, имя, отчество, дату рождения, пол, почтовый адрес, домашний, рабочий, мобильные телефоны, адрес электронной почты), включая сбор, систематизацию, накопление, хранение, уточнение (обновление, изменение), удаление и использование для целей оказания Услуг, предусмотренных настоящим Договором.

6.2. Заказчик выражает согласие и разрешает Исполнителю обрабатывать персональные данные Заказчика и его Ребенка с помощью автоматизированных систем управления базами данных, а также иных программных средств, специально разработанных по поручению Исполнителя, в целях выполнения Исполнителем своих обязательств по настоящему Договору.

6.3. Заказчик соглашается с тем, что если это необходимо для реализации целей, указанных в настоящей оферте, его персональные данные, полученные Исполнителем, могут быть переданы третьим лицам, которым Исполнитель может поручить обработку персональных данных Заказчика на основании договора, заключенного с такими лицами, при условии соблюдения требований законодательства Российской Федерации об обеспечении такими третьими лицами конфиденциальности персональных данных и безопасности персональных данных при их обработке.

6.4. При передаче указанных данных Исполнитель предупреждает лиц, получающих персональные данные Заказчика, о том, что эти данные являются конфиденциальными и могут быть использованы лишь в целях, для которых они сообщены, и требуя от этих лиц соблюдения данного правила.

6.5. В дополнение к вышеизложенному, Заказчик разрешает Исполнителю информировать его о новых услугах, предстоящих мероприятиях, скидках и бонусных программах, об изменении расписания занятий путем размещения информации на сайте, в социальных сетях и посредством push- уведомлений.

6.6. Данное Заказчиком согласие на обработку его персональных данных является бессрочным и может быть отозвано посредством направления Заказчиком письменного заявления на почтовый адрес Исполнителя.

7. Порядок рассмотрения Споров.

7.1. Все споры и разногласия, связанные с заключением, исполнением и прекращением настоящего Договора, стороны будут стремиться разрешать путем дружественных переговоров, либо направления претензионных писем по почтовым адресам друг друга. Почтовый адрес Исполнителя указан в реквизитах исполнителя настоящего Договора. Срок ответа на претензию 30(тридцать) календарных дней.

7.2. В случае не достижения согласия, данный спор передается на рассмотрение в арбитражный суд по месту нахождения ответчика с предварительным соблюдением претензионного досудебного порядка разрешения споров.

8. Заключительные положения.

8.1. Настоящий Договор вступает в силу с даты получения Исполнителем оплаты Услуг от Заказчика и действует до полного исполнения Сторонами своих обязательств.

8.2. Стороны пришли к соглашению о том, что Исполнитель вправе в одностороннем порядке расторгнуть настоящий Договор в случаях и в порядке, установленных настоящим Договором, **Правилами посещения и оказания услуг Академии «Legion Sport»** и действующим законодательством РФ.

8.3. Стороны определяют следующий порядок расторжения настоящего Договора по инициативе Заказчика: Заказчик направляет письменное заявление о расторжении договора посредством почтового отправления по адресу: 117587, г. Москва, Варшавское шоссе, дом 118,кор.1, помещение L, или на электронный адрес info@legion-sport.com

8.4. Исполнитель вправе изменять условия данного Договора в одностороннем порядке. Датой вступления в силу изменений и дополнений настоящего Договора считается дата их опубликования на официальном сайте Исполнителя: <http://academy.legion-sport.com/>

8.5. В случае изменения реквизитов и контактной информации Стороны обязаны в течение 3 (трех) дней уведомить об этом друг друга.

8.6. Во всем остальном, что не предусмотрено настоящим Договором, Стороны руководствуются действующим законодательством и положениями об оказании услуг.

8.7. Заказчик подтверждает, что при заключении настоящего Договора, с текстом и приложениями ознакомлен, все положения ему ясны и понятны.

8.8. Данный документ является официальным предложением (публичной оферты) ООО «Легион Спорт» и содержит все существенные условия предоставления физкультурно-оздоровительных (спортивных) услуг по проведению учебно-тренировочных занятий, по программе «Футбол» по правилам публичного договора (статья 426 Гражданского кодекса Российской Федерации).

8.9. В соответствии с пунктом 2 статьи 437 Гражданского кодекса Российской Федерации (ГК РФ) в случае принятия изложенных выше условий и оплаты услуг юридическое и физическое лицо, производящее акцепт этой оферты становится Заказчиком. В соответствии с пунктом 3 статьи 438 ГК РФ акцепт оферты равносителен заключению договора на условиях, изложенных в оферте.

Приложения:

Приложение № 1 – Правила посещения и оказания услуг Академии «Legion Sport»;

Приложение № 2 – Правила техники безопасности Академии «Legion Sport»

РЕКВИЗИТЫ:

Полное наименование: Общество с ограниченной ответственностью «Легион Спорт»

Юридический адрес: 117587, г.Москва, Варшавское шоссе, дом 118,кор.1, помещение L;

Фактический адрес: 117587, г.Москва, Варшавское шоссе, дом 118,кор.1, помещение L;

Телефон:8(495)105-98-67

ИНН 7726745824 КПП 772601001

ОГРН 1147746427025

Банковские реквизиты:

АО «АЛЬФА-БАНК» г.Москва, БИК 044525593

Расчетный счет: 40702810102640000428 Корреспондентский счет 30101810200000000593

Генеральный директор: Рудик Иван Александрович

Правила посещения и оказания услуг детской академии «LEGION SPORT»

1. Общие положения

Настоящие Правила посещения детской академии «LEGION SPORT» (далее – ALS) обязательны для исполнения всеми Клиентами академии, их представителями, третьими лицами.

Клиент ALS обязан внимательно изучить настоящие Правила, положения Договора (оферты), заключенного между юридическим лицом, представляющим, и Клиентом ALS (он же Заказчик и (или) его доверенное лицо) и обязан руководствоваться ими на протяжении всего Клиентства, а также обеспечить соблюдение данных Правил своим Ребёнком и доверенными лицами.

Доверенными лицами Клиента ALS являются лица, указанные им в качестве Сопровождающих лиц. ALS придерживается принципов равенства, взаимоуважения, равноправия и адекватного отношения к его Правилам со стороны всех Клиентов ALS.

2. Правила посещения ALS

Общие правила посещения ALS:

Ребёнок посещает ALS в сопровождении Клиента ALS.

Клиент ALS несёт персональную ответственность за Ребёнка на территории ALS. Дети на территории ALS не имеют права находиться без присмотра родителей или их ответственного лица.

Клиенты ALS не должны оставлять детей на территории ALS без присмотра.

Представитель ребёнка предоставляет ALS информацию о Ребенке, его предпочтениях, чертах характера, а также о его состоянии здоровья (наличии заболеваний, травм, перенесенных операций и проч.), так как представитель Ребёнка несет персональную ответственность за него.

Занятия в ALS проходят по предварительной записи. Расписание занятий размещаются на сайте (<http://academy.legion-sport.com>) ALS, в социальных сетях.

Клиент ALS должен обеспечить прибытие Ребёнка на занятия за 15 минут до их начала. Во избежание создания травмоопасных ситуаций необходимо приходить на занятия по расписанию, без опозданий. Опоздание на занятие более чем на 10 минут дает право тренеру не допустить Ребёнка на проводимое занятие.

Во избежание травм и нанесения ущерба здоровью, Ребёнок допускается к занятиям, соответствующим его возрастной категории.

К занятиям Ребёнок допускается в спортивной форме - футболка, шорты, футбольная обувь - бутсы или шиповки без металлических шипов. Администрация ALS вправе не допускать Ребёнка на тренировку в уличной обуви или форме неустановленного образца.

Тренер имеет право не допустить Ребёнка на занятие в случае его опоздания, несоответствия его формы одежды и/или обуви требованиям ALS и в других случаях, когда это может создать неблагоприятные условия для занятий.

Занятия имеют ограничения по количеству занимающихся, согласно расписания, размещаемого Исполнителем на сайте, в социальных сетях ALS

В верхней одежде и уличной обуви находиться на занятиях ALS не разрешается.

Клиенты ALS обязаны соблюдать правила общей гигиены и чистоту во всех помещениях ALS до, во время и после занятий.

Заказчику или Сопровождающему лицу не разрешается вмешиваться в процесс занятия, проводимого тренером, давать команды, или иным образом отвлекать внимание занимающихся детей. Разговаривать с Ребёнком можно только после окончания занятия.

Рекомендуется приводить детей на групповые занятия, соответствующие по сложности их возрасту. Возрастные ограничения указаны в описании занятий.

Часы работы ALS: Понедельник, среда, пятница с 15 до 18 часов. Администрация оставляет за собой право изменять часы работы ALS в одностороннем порядке.

В период нахождения в ALS, личные вещи и одежда Клиента ALS должны храниться в шкафчиках.

Клиенты ALS на его территории могут пользоваться услугами только тренеров ALS. Проведение персональных тренировок Клиентами ALS не разрешается.

Все помещения ALS и место около входа в ALS являются зонами, свободными от курения.

Клиенты ALS обязуются соблюдать требования службы охраны территории ALS, касающиеся парковки автомобиля.

Клиенты ALS обязаны соблюдать и поддерживать общественный порядок и общепринятые нормы поведения, вести себя уважительно по отношению к другим посетителям, обслуживающему персоналу, не допускать действий, создающих опасность для окружающих.

Клиенты ALS должны бережно относиться к спортивному инвентарю и иному оборудованию ALS. Правила ALS и текущие административные объявления, вывешенные в ALS в общедоступных местах и на всеобщее обозрение, обязательны для соблюдения наряду с данными Правилами.

Администрация вправе менять тренера или тренеров ALS в любое время без уведомления Клиентов ALS.

В целях обеспечения безопасности Клиентов ALS и сохранности имущества в ALS ведется видеонаблюдение.

3. На территории ALS Клиентам ALS запрещается:

Во избежание инфицирования детей в ALS, запрещается приводить Ребёнка на занятия в случаях, если у Ребенка:

- плохое самочувствие и есть подозрение на начинающееся заболевание;
- сыпь, незажившие ранки;
- насморк, боль в горле, кашель;
- расстройство желудка, тошнота или другие жалобы со стороны ЖКТ;
- повышенная температура.

Оставлять без присмотра детей до и после занятий.

Приносить личные игрушки из дома.

Проводить персональные тренировки на территории ALS.

Оставлять свои вещи на хранение в ALSе.

Курить и/или находиться лицам в состоянии алкогольного или наркотического опьянения, распивать спиртные напитки на территории ALS и около входа в ALS, принимать наркотические средства.

Использовать ненормативную лексику.

Проносить в ALS любые виды огнестрельного, газового и холодного оружия, взрывоопасные, пожароопасные, токсичные и сильно пахнущие вещества.

Оставлять вещи в шкафчиках после окончания занятий.

Входить в служебные и прочие технические помещения, самостоятельно регулировать любое инженерно-техническое оборудование.

Беспокоить других посетителей ALS, нарушать чистоту и порядок.

Вести на территории ALS частную предпринимательскую деятельность, использовать помещения ALS с целью извлечения доходов или иной выгоды.

Самостоятельно размещать на территории ALS объявления, рекламные материалы, проводить опросы и другие маркетинговые мероприятия.

Собирать и/или распространять различными способами информацию о личной жизни Клиентов и сотрудников ALS.

Осуществлять видео и фотосъемку в ALS без специальной договоренности с администрацией ALS.

Пользоваться мобильным телефоном во время открытых занятий.

4. Ответственность

Клиенты ALS несут материальную ответственность за утерю или порчу инвентаря ALS, а также за умышленную порчу любого имущества ALS.

В случае нарушения Клиентом ALS положений настоящих Правил, действие ALS карты прекращается в одностороннем порядке по решению администрации ALS.

ALS не несёт ответственность за любые неблагоприятные последствия, произошедшие по вине Клиента ALS и его Ребёнка (детей), связанных с нарушением положений настоящих Правил.

ALS не несет ответственности за состояние здоровья и возможный травматизм во время занятий в следующих случаях:

при нарушении Клиентом ALS или Ребёнком правил посещения конкретных территорий ALS;

при явке Ребёнка на занятие после его начала;

при нарушении Клиентом ALS рекомендаций врачебного заключения

за травмы, полученные Ребёнком и (или) Клиентом ALS вне территории спортивного зала ALS;

за травмы, полученные в результате противоправных действий третьих лиц на территории ALS;

за травмы, полученные по вине самого Клиента ALS и его Ребёнка на территории ALS.

ALS не несет ответственности перед Клиентом ALS за приостановку или прекращение работы ALS, обусловленные действием обстоятельств непреодолимой силы.

ALS не несет ответственности за вред, причиненный действиями (бездействиями) третьих лиц, а также, если причиной нанесения вреда, в том числе здоровью, стало нарушение правил безопасности, а также положений настоящих Правил.

ALS не несет ответственности за вред, связанный с ухудшением здоровья, если состояние здоровья Клиента ALS/Ребёнка ухудшилось в результате острого заболевания, обострения травмы, последствий перенесенной операции или хронического заболевания, имевшихся у Клиента ALS/Ребёнка до момента посещения.

ALS не несет ответственности за вред, связанный с любым ухудшением здоровья Клиента ALS/Ребёнка и травмами, явившимися результатом или полученными в результате любых занятий.

Клиент ALS полностью берет на себя ответственность за состояние своего здоровья и состояние здоровья Ребёнка. Клиент ALS не вправе требовать от ALS какой-либо компенсации морального, материального вреда или вреда, причиненного здоровью Клиента ALS/Ребёнка, как в течение срока действия ALSной карты, так и по истечении срока ее действия, за исключением случаев, прямо предусмотренных действующим законодательством.

Клиенты ALS несут персональную ответственность за детей во время занятий в ALS. За детей, находящихся без присмотра, ALS ответственности не несёт.

Правила техники безопасности детской академии «LEGION SPORT»

I. Общие требования безопасности

Соблюдение настоящих Правил техники безопасности (далее – Правил) обязательно для всех детей, занимающихся в Академии

В футбольном манеже разрешается заниматься только в спортивной форме (шорты, футболка, футбольная обувь: бутсы или шиповки без металлических шипов)

Соблюдение личной гигиены (следить за чистотой тела, коротко остригать ногти) является обязательным.

II. Требования безопасности перед началом занятий

Инструктаж по технике безопасности проводится на первом занятии.

Перед началом занятий, ребёнок должен переодеться в спортивную одежду в раздевалке. Запрещается входить в спортивный зал без разрешения тренера.

В спортзал необходимо входить спокойно, не торопясь, соблюдая дисциплину и порядок. Не выходить из спортзала без указания или разрешения тренера.

Запрещается включать самостоятельно электроосвещение и прочие электроприборы.

III. Требования безопасности во время занятий

Не приступать к выполнению упражнений и учебных заданий без команды тренера.

Не выполнять упражнения, не убедившись в их безопасности для себя и окружающих.

Соблюдать очерёдность выполнения заданий.

Не выполнять упражнения, не предусмотренные заданием тренера.

Соблюдать дисциплину и порядок на тренировке.

Не уходить с тренировочных занятий без разрешения тренера.

IV. Требования безопасности в аварийных ситуациях

При плохом самочувствии и внезапном заболевании следует прекратить занятия и сообщить об этом тренеру.

В случае травматизма следует обратиться к тренеру для оказания первой помощи.

При возникновении аварийных ситуаций по указанию тренера быстро, без паники, покинуть место проведения занятия.

V. Требования безопасности по окончании занятий

Уходить из спортивного зала следует по команде тренера, спокойно, не торопясь.

После занятий следует снимать спортивную форму, обувь, использовать их можно только для занятий спортом.

Необходимо вымыть с мылом руки, умыться.

Обо всех недостатках, замеченных во время занятий, необходимо сообщать тренеру.