**REGULAMIN   
KORZYSTANIA Z SIŁOWNI ZEWNĘTRZNEJ**

**PRZY PSP NR 26 W RADOMIU**

1. Warunkiem korzystania z siłowni jest zapoznanie się  z poniższym Regulaminem i jego przestrzeganie.

2. Każda osoba korzystająca pierwszy raz z urządzeń siłowni ma obowiązek zapoznać się z zasadami bezpiecznego korzystania z urządzenia i sposobem wykonywania ćwiczeń, zamieszczonym na każdym urządzeniu.

3. Urządzenia są przeznaczone do rekreacyjnego treningu.

4. Ćwiczenia  powinny być wykonywane  zgodnie z instrukcją przymocowaną na każdym urządzeniu, a ich intensywność należy dopasować do indywidualnej kondycji.

5. Przed przystąpieniem do ćwiczeń należy sprawdzić stan techniczny urządzenia - usterki należy zgłaszać administratorowi siłowni – PSP Nr 26 w Radomiu.

6. Zabrania się wykonywania ćwiczeń na urządzeniach uszkodzonych, jak również podejmowania się samodzielnej naprawy urządzeń.

7. Siłownia jest ogólnodostępna i nieodpłatna.

8.Korzystanie z urządzeń siłowni odbywa się bez nadzoru i opieki zarządzającego siłownią.

9. Osoby korzystające z urządzeń siłowni ćwiczą na własną odpowiedzialność.

10. Osoby w wieku poniżej 14 roku życia mogą korzystać z urządzeń siłowni wyłącznie pod nadzorem rodziców lub opiekunów prawnych.

11. Grupy szkolne  mogą korzystać z siłowni tylko pod nadzorem nauczyciela, który odpowiada za ich bezpieczeństwo.

12. Osoby naruszające porządek publiczny lub postanowienia niniejszego regulaminu będą usuwane z terenu siłowni, niezależnie od ewentualnego skierowania sprawy na drogę postępowania w sprawach o wykroczeniach.

13. Osoby korzystające z urządzeń siłowni nie mogą być pod wpływem alkoholu, narkotyków lub innych środków odurzających.

14. Na teren siłowni zabrania się wnoszenia wszelkiego rodzaju niebezpiecznych przedmiotów, środków odurzających i substancji psychotropowych.

15.Na terenie siłowni obowiązuje bezwzględny zakaz spożywania napoi alkoholowych, jak również palenia tytoniu.

16. Za zniszczenie lub uszkodzenie sprzętu spowodowane niezgodnym użytkowaniem osoba, która taką szkodę wyrządziła ponosi odpowiedzialność w pełnej wysokości szkody.

17. Po zakończeniu ćwiczeń urządzenie, z którego korzysta osoba ćwicząca winno być pozostawione w należytym stanie technicznym, a jego otoczenie powinno być czyste.

18. Za rzeczy wniesione na teren siłowni przez osoby ćwiczące, w tym przedmioty wartościowe, administrator siłowni nie odpowiada.

19. Wszelkie skargi i wnioski należy zgłaszać do administratora siłowni – bezpośrednio do sekretariatu Publicznej Szkoły Podstawowej Nr 26 w Radomiu ul. Wośnicka 125, tel. 48 331-28-74.

**REGULAMIN**

**KORZYSTANIA Z SIŁOWNI ZEWNĘTRZNEJ**

1. Warunkiem korzystania z siłowni jest zapoznanie się z poniższym Regulaminem i jego przestrzeganie.
2. Każda osoba korzystająca pierwszy raz z urządzeń siłowni ma obowiązek zapoznać  
   się z zasadami bezpiecznego korzystania z urządzenia i sposobem wykonywania ćwiczeń, zamieszczonym na każdym urządzeniu.
3. Przed przystąpieniem do ćwiczeń należy sprawdzić stan techniczny urządzenia - usterki należy zgłaszać administratorowi siłowni - bezpośrednio w sekretariacie OSiR  
   lub pod numerem telefonu 22/782 73 50.
4. Siłownia jest ogólnie dostępna, otwarta w godzinach pracy Ośrodka Sportu i Rekreacji w Serocku.
5. Siłownia udostępniona jest nieodpłatnie.
6. Osoby poniżej 18 roku życia mogą korzystać z siłowni wyłącznie  
   w obecności rodziców lub opiekunów.
7. Osoby korzystające z urządzeń siłowni ćwiczą na własną odpowiedzialność.
8. Osoby z problemami zdrowotnymi przed przystąpieniem do ćwiczeń powinny skonsultować się z lekarzem.
9. Osoby naruszające porządek publiczny lub postanowienia niniejszego regulaminu będą usuwane z terenu siłowni, niezależnie od ewentualnego skierowania sprawy na drogę postępowania w sprawach o wykroczeniach.
10. Osoby korzystające z urządzeń siłowni nie mogą być pod wpływem alkoholu, narkotyków lub innych środków odurzających.
11. Na teren siłowni zabrania się wnoszenia wszelkiego rodzaju niebezpiecznych przedmiotów, środków odurzających i substancji psychotropowych.
12. Na terenie siłowni obowiązuje bezwzględny zakaz spożywania napoi alkoholowych,  
    jak również palenia tytoniu.
13. Za zniszczenie lub uszkodzenie sprzętu spowodowane niezgodnym użytkowaniem  
    osoba, która taką szkodę wyrządziła ponosi odpowiedzialność w pełnej wysokości szkody.
14. Po zakończeniu ćwiczeń urządzenie, z którego korzysta osoba ćwicząca winno  
    być pozostawione w należytym stanie technicznym, a jego otoczenie powinno  
    być czyste.
15. Za rzeczy wniesione na teren siłowni przez osoby ćwiczące, w tym przedmioty wartościowe, administrator siłowni nie odpowiada.
16. Wszelkie skargi i wnioski należy zgłaszać do administratora siłowni – Ośrodka Sportu  
    i Rekreacji w Serocku, ul. Pułtuska 47.

**Ważne numery telefonów:** Straż Miejska 22/782 88 33, 603 873 290,  
Komenda Policji 997, Pogotowie Ratunkowe 999, Straż Pożarna

REGULAMIN KORZYSTANIA Z SIŁOWNI ZEWNĘTRZNEJ PRZY MIASTECZKU RUCHU DROGOWEGO W GRAJEWIE

1. Administratorem obiektu jest Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Grajewie ul. Strażacka 2, tel./fax 86 261 11 34

2. Siłownia zewnętrzna jest czynna codziennie.

3. Każda osoba korzystająca pierwszy raz z urządzeń siłowni ma obowiązek zapoznać się z zasadami bezpiecznego korzystania z urządzenia i sposobem wykonywania ćwiczeń, zamieszczonym na każdym urządzeniu.

4. Osoby niepełnoletnie mogą korzystać z siłowni wyłącznie w obecności pełnoletniego opiekuna, który ponosi jednocześnie odpowiedzialność za szkody i wypadki.

5. Każdy użytkownik jest zobowiązany do wykorzystania urządzeń tylko zgodnie z ich przeznaczeniem oraz do niezwłocznego powiadomienia administratora o zauważonych uszkodzeniach urządzeń w trosce o zdrowie własne i pozostałych użytkowników.

6. Zabrania się wnoszenia na teren siłowni alkoholu i jego spożywania oraz wnoszenia opakowań szklanych czy innych przedmiotów, które mogą stanowić zagrożenie dla użytkowników.

7. Przebywanie na terenie siłowni osób, znajdujących się pod wpływem alkoholu lub środków odurzających jest zabronione.

8. Na terenie siłowni obowiązuje całkowity zakaz palenia tytoniu itp.

9. Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji nie ponosi odpowiedzialności za niezawinione przez siebie wypadki na terenie siłowni, a także za rzeczy pozostawione przez korzystających.

10. Korzystający przebywają na terenie siłowni na własne ryzyko i odpowiedzialność.

11. Służby porządkowe mają prawo do usunięcia z terenu obiektu wszystkie osoby łamiące regulamin.

12. Regulamin obiektu zamieszczony jest na stronie www.mosir.grajewo.com