Приложение №2

«Инструкция по технике безопасности»

к Договору возмездного оказания услуг

№\_\_\_\_\_\_\_ от «\_\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_г.

заключенному между \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(ФИО)

и ИП Спициной Ольгой Сергеевной.

ИНСТРУКЦИЯ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ

1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ

1.1. Допускаются к занятиям лица:

- до 18 лет, не имеющие медицинских противопоказаний для занятий, с разрешения одного из родителей;

- от 18 лет, не имеющие медицинских противопоказаний для занятий;

- одетые в одежду, соответствующую проводимому виду занятия и внутреннему порядку, установленному Клубом «РитМЫ».

1.2. Не допускаются к занятиям лица:

- находящиеся в состоянии алкогольного или наркотического опьянения.

- с признаками ОРВИ или иного инфекционного заболевания;

- с агрессивным, неуправляемым поведением.

1.3. Занимающиеся обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения.

1.4. Занимающиеся должны знать место нахождения аптечки и уметь оказывать первую доврачебную помощь.

1.5. О каждом несчастном случае пострадавший или очевидец обязан немедленно сообщить администратору спортивного зала или

1.6. Занимающимся запрещается без разрешения Тренера заходить в зал и подходить к имеющемуся в зале оборудованию и инвентарю и пользоваться им.

1.7. Лица, допустившие невыполнение или нарушение настоящей Инструкции, удаляются из зала.

ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД НАЧАЛОМ ЗАНЯТИЙ

2.1. Изучить содержание настоящей Инструкции.

2.2. Перед началом занятия переодеться в форму; снять с себя часы, цепочки, кольца, браслеты, сережки, острые заколки и другие посторонние предметы.

2.3. Исключить использование жевательной резинки.

2.4. С разрешения Тренера, проводящего занятия в зале, пройти в зал.

2.5. Запрещается приступать к занятиям непосредственно после приема пищи.

ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ ЗАНЯТИЙ

3.1. Во время занятий Занимающийся обязан:

- Неукоснительно выполнять все указания Тренера, проводящего занятия;

- При поточном выполнения упражнений (один за другим) соблюдать достаточные интервалы, чтобы не было столкновений;

- Использовать инвентарь только с разрешения и под руководством Тренера, проводящего занятия;

- Выполнять упражнения на оборудовании только в присутствии Тренера, проводящего занятия и с его страховкой;

3.2. Во время занятий запрещено:

- Кричать, нецензурно выражаться, громко разговаривать и отвлекать других;

- Выполнять любые действия без разрешения Тренера, проводящего занятия;

- Использовать оборудование и инвентарь не по прямому назначению;

- Вносить в зал или выносить из него любые предметы без разрешения Тренера, проводящего занятия;

ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

4.1. При возникновении во время занятий болей в суставах, мышцах, возникновении кровотечений, а также при плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом Тренеру, проводящему занятия;

4.2. При возникновении чрезвычайной ситуации (появление посторонних запахов, задымлении, возгорании и т.п.) немедленно сообщить об этом администратору спортивного зала или Тренеру, проводящему занятия и действовать в соответствии с его указаниями.

4.3. При получении травмы сообщить об этом Тренеру, проводящему занятия;

4.4. При необходимости и возможности помочь Тренеру, проводящему занятия, оказать пострадавшему первую медицинскую помощь.

ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПО ОКОНЧАНИЮ ЗАНЯТИЙ

5.1. Привести в порядок зал и организованно его покинуть.

ПОДПИСИ СТОРОН:

|  |  |
| --- | --- |
| Заказчик  Ф.И.О.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_\_\_\_\_/  Несовершеннолетний занимающийся  Ф.И.О.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Исполнитель  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/О.С.Спицина/ |