



ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ СТУДИИ ВОЗДУШНОГО ТАНЦА «ЗАЗЕРКАЛЬЕ»

1. Общие положения

1.1. Занятия в студии воздушного танца «Зазеркалье» (далее – «Студия») проводятся по заранее составленному расписанию.

1.2. Предварительная запись на занятие обязательна.

Это необходимо для контроля количества человек в группе.

1.3. Занятия проходят по абонементам или разовым оплатам.

1.4. Студия оставляет за собой право изменять расписание.

1.5. Занятия, отменённые по вине Студии, восстанавливаются в полном объёме.

1.6. При нарушении Правил посещения студии, абонемент аннулируется.

1.7. Студия оставляет за собой право введения новых пунктов правил и изменения действующих.

1.8. Любой клиент Студии обязан ознакомиться с данными Правилами.

2. Допуск к занятиям

Клиент допускается до занятия при выполнении следующих условий:

- 1) достижение возраста 14 лет
- 2) наличие действующего абонемента или оплаты разового занятия
- 3) наличие соответствующей формы для занятия
- 4) хорошее самочувствие и отсутствии медицинских противопоказаний к занятию

3. Форма одежды на занятиях

3.1. При посещении занятий на воздушных снарядах Клиент должен учитывать специфику снаряда и подбирать соответствующую форму.

3.2. При занятиях на воздушных снарядах необходимо иметь облегающую одежду (леггинсы, спортивные штаны, майку или футболку, гимнастический купальник или комбинезон). НЕ ДОПУСКАЕТСЯ: занятие в гимнастическом купальнике без лосин (леггинс) под ним; занятие в одежде из очень скользкой ткани при занятиях на Воздушном полотне.

3.3. При занятиях акробатикой, ОФП/СФП необходимо иметь удобную спортивную форму, которая не будет мешать выполнению акробатических упражнений.

3.4. При занятиях растяжкой необходимо иметь удобную спортивную форму, которая хорошо тянется и не сковывает движения при выполнении упражнений на растяжку.

3.5. Можно заниматься в носках, чешках, танцевальных балетках или босиком.

3.6. Занятия НЕ предусматривают наличия спортивной обуви. Вход в зал возможен только в чистой сменной обуви или как указано в п. 3.5.

3.7. НЕ ДОПУСКАЕТСЯ: наличие каких-либо украшений и аксессуаров на теле. Все украшения и аксессуары необходимо снять перед началом занятия.

3.8. Занятие с длинными распущенными волосами не допускается. Перед занятием волосы необходимо аккуратно собрать, чтобы они не мешали при выполнении упражнений и не создавали травмоопасных ситуаций.

4. Порядок проведения занятия.

- 4.1. Занятие начинается точно в указанное в расписании время.
- 4.2. В начале занятия обязательна разминка и разогрев всех групп мышц.
- 4.3. При недостаточном разогреве приступать к основной части занятия запрещено.
- 4.4. При опоздании на занятие Клиент должен самостоятельно размяться. Ответственность за правильный разогрев мышц, в случае опоздания, ложится на Клиента.
- 4.5. При занятиях на снарядах Клиентам запрещается залезать на снаряды без разрешения тренера.
- 4.6. Запрещается залезать на снаряды, если под ними нет гимнастических матов.
- 4.7. Запрещено трогать снаряды, если в зале отсутствует тренер.
- 4.8. Запрещается самостоятельное выполнение сложных элементов без достаточного освоения техники выполнения и без разрешения тренера.
- 4.9. В случае получения травмы, появления болевых ощущений или резком ухудшении самочувствия необходимо немедленно прекратить выполнение задания и сообщить об этом тренеру.

5. Причинение ущерба Студии/Ответственность

- 5.1. Клиент несёт полную материальную ответственность за ущерб, причиненный имуществу студии. В случае причинения ущерба студии, вы обязаны возместить стоимость повреждённого или утраченного имущества.
- 5.2. Все риски причинения вреда здоровью в процессе самостоятельных занятий в студии, Клиент принимает на себя.
- 5.3. При медицинских противопоказаниях к активным нагрузкам необходимо поставить в известность об этом преподавателя и директора; устанавливать для себя приемлемую нагрузку, в противном случае инструктор не несет ответственности за причинение вреда здоровью.
- 5.4. Студия не несет ответственность за несоблюдение Клиентом Студии правил техники безопасности и рекомендаций, получаемых в ходе занятий. Студия не несет ответственности за вред, связанный с ухудшением здоровья, если состояние здоровья клиента школы ухудшилось в результате острого заболевания, обострения травмы или хронического заболевания.
- 5.5. При неадекватном поведении ребенка, родители или уполномоченные лица обязаны забрать ребенка из Студии.
- 5.6. За учеников дошкольного возраста до начала тренировки и сразу после нее ответственность в полном объеме несут родители/опекуны/бабушки, дедушки.
- 5.7. Ответственность за выполнение Правил техники безопасности несут ученики, достигшие 18 лет и родители (законные представители) несовершеннолетних посетителей студии.
- 5.8. Ценные вещи, деньги, мобильные телефоны просьба брать с собой в зал. Студия не несет ответственности за утерю личных вещей, оставленных без присмотра на территории Студии.