



**НАРТ**

PARK · SPA · HOTEL

### **Уважаемые гости!**

**Спа-центр является местом расслабления и оздоровления. Просим Вас ознакомиться и соблюдать Правила посещения спа-центра.**

**Убедительная просьба соблюдать тишину, правила личной гигиены, а также оценивать состояние своего здоровья для посещения бассейна, тренажерного зала и процедур спа-центра.**

**С подробным перечнем правил посещения спа-центра, Вы можете ознакомиться на стойке администратора.**

### **ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ ТРЕНАЖЕРНОГО ЗАЛА**

1. К занятиям в тренажерном зале допускаются лица, достигшие 18-летнего возраста, не имеющие медицинских противопоказаний для занятий силовыми и фитнес тренировками.
2. Лица, в возрасте от 8 до 14 лет допускаются к занятиям в тренажерном зале в сопровождении родителей или доверенных лиц старше 18 лет.
3. Лица, в возрасте от 14 до 18 лет допускаются к занятиям в тренажерном зале в сопровождении родителей или доверенных лиц старше 18 лет или при письменном согласии родителей, оформленном на стойке спа-центра, о несении ответственности за жизнь и здоровье несовершеннолетнего лица.
4. Лица в возрасте до 8 лет к занятиям в тренажерном зале не допускаются.
5. Допуск в тренажерный зал разрешен только в спортивной одежде и чистой, закрытой, фиксированной спортивной обуви.
6. Вход в тренажерный зал и занятия в уличной обуви, купальных костюмах, сланцах запрещены.
7. Не допускаются к занятиям в тренажерном зале лица, находящиеся в состоянии алкогольного и наркотического опьянения.

8. Во время занятий рекомендуется снять часы, крупные украшения, убрать из карманов колющие и другие посторонние предметы.
9. Необходимо соблюдать технику безопасности, в случае возникновения вопросов в пользовании тренажерами обращаться к инструктору.

### **ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ ПЛАВАТЕЛЬНОГО БАССЕЙНА**

1. Допуск в плавательный бассейн имеют лица, достигшие 18-летнего возраста, не имеющие медицинских противопоказаний для занятий силовыми и фитнес тренировками.
2. Лица, в возрасте до 18 лет допускаются в плавательный бассейн в сопровождении родителей или доверенных лиц старше 18 лет.
3. Допуск в плавательный бассейн разрешен только в купальных костюмах, плавках, сланцах и резиновых шапочках.
4. Не допускаются в бассейн лица, находящиеся в состоянии алкогольного и наркотического опьянения.
5. Перед заходом в бассейн (особенно после посещения сауны), необходимо посещение душа.
6. Запрещено приносить и распивать любые алкогольные и безалкогольные напитки (кроме воды).
7. Запрещено приносить и употреблять продукты питания.
8. Запрещено бегать вокруг бассейна, прыгать с бортиков.
9. Запрещено наливать воду и другие жидкости на электрические тэны сауны.
10. На время плавания рекомендуется снять часы, украшения.
11. За оставленные без присмотра вещи, администрация спа-центра не несет ответственности.
12. Необходимо соблюдать технику безопасности, в случае возникновения вопросов обращаться к инструктору или администратору.