

**Regulamin korzystania z siłowni zewnętrznej - "FITNESS PARK"**

1. Urządzenia do rekreacyjnego wypoczynku przeznaczone są dla osób od 10 roku życia. Użytkownicy do 14 roku życia powinni pozostawać pod opieką dorosłych.
2. Każdy użytkownik urządzeń ma obowiązek zapoznania się z zasadami bezpiecznego korzystania i sposobem wykonywania ćwiczeń zamieszczonym na każdym urządzeniu, a ich intensywność dostosować do własnej kondycji. Zbyt intensywny trening może powodować kontuzje lub urazy.
3. Z urządzeń treningowych należy korzystać zgodnie z ich przeznaczeniem.
4. Osoby z problemami zdrowotnymi, przed przystąpieniem do ćwiczeń powinny skonsultować się z lekarzem.
5. Korzystający z urządzeń ćwiczą na własną odpowiedzialność.
6. Przed przystąpieniem do ćwiczeń należy sprawdzić stan techniczny urządzenia.
7. Rodzice / opiekunowie dzieci winni pamiętać o odpowiedzialności prawnej za ewentualne szkody wyrządzone przez dzieci na osobach lub mieniu.
8. Zabrania się w szczególności:
  - niszczenia urządzeń,
  - wspinania na urządzenia - grozi niebezpiecznym upadkiem,
  - zaśmiecania terenu i niszczenia roślinności,
  - wnoszenia niebezpiecznych przedmiotów,
  - jazdy na rowerze,
  - gier zespołowych (w piłkę),
  - wprowadzania zwierząt.
9. Na terenie parku fitness obowiązuje bezwzględny zakaz spożywania napojów alkoholowych, palenia papierosów oraz przebywania osobom pod wpływem alkoholu lub pod działaniem innych środków odurzających.
10. Osoby naruszające porządek publiczny lub przepisy niniejszego Regulaminu będą usuwane z terenu placu.
11. Wszelkie usterki należy zgłaszać administratorowi.
12. W razie wypadku proszę wezwać pomoc:
  - Policja - 997,
  - Pogotowie ratunkowe - 999,
  - Straż pożarna - 998,
  - Ogólny, pomoc - 112.