

PROVOZNÍ ŘÁD POSILOVNY – DDM PRAHA 7

1. Provozovatel: **Dům dětí a mládeže Praha 7**
Šimáčkova 1452/16
Praha 7
45242879

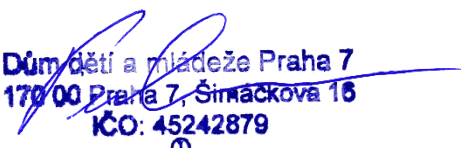
Kontaktní osoba DDM Praha 7
Ing. Matyáš Peterka
peterka@ddmpraha7.cz
2. Všeobecné informace: Kapacita – 3 osoby
Typ větrání – okenní ventilace, klimatizační jednotka, čistička vzduchu a ventilátor
3. Vybavení posilovny je určeno k výuce a sportovnímu vyžití veřejnosti v rámci nízkoprahového klubu K2P vedeným pod DDM Praha 7. Všichni návštěvníci posilovny jsou povinni seznámit se s provozním řádem a bez výhrad jej dodržovat.
4. Posilovna je v provozu ve všední dny od 13:00 do 19:00 mimo školní prázdniny.
5. Vstup do posilovny je podmíněn rezervací času cvičení na stránkách DDM Praha 7 a příslušnou úhradou. Cena jednotlivých vstupů je 30 Kč pro studenty a 50 Kč pro ostatní. Cena permanentní vstupenky je 200 Kč pro studenty a 400 Kč pro ostatní na 10 vstupů.
6. Klíče jsou k dispozici na recepci budovy.
7. Minimální věk pro vstup je 15 let, nebo pod dohledem dospělé osoby.
8. Vstup do posilovny je povolen pouze v čisté a kvalitní obuvi se světlou podrážkou a ve vhodném cvičebním oblečení.
9. V celém prostoru posilovny platí přísný zákaz konzumování potravin, alkoholických nápojů, omamných látek a kouření. Povoleny jsou pouze nealkoholické nápoje v plastových obalech.
10. Cvičenci jsou odpovědní za dodržování pořádku v celém prostoru posilovny, za ochranu majetku a za škody vzniklé porušením provozního řádu. Veškeré zjištěné závady a havárie jsou povinni neprodleně hlásit správci. Jakékoliv úpravy a přesouvání stojanů strojového a rozměrného vybavení posilovny je zakázáno.
11. Škola neodpovídá za škodu na vnesených věcech cvičenců do prostor fitcentra.

12. Cvičenci v prostorách posilovny užívají zařízení na vlastní nebezpečí, přičemž se před užitím přesvědčí, zda veškeré zařízení nevykazuje závady bránící bezpečnému užívání. Pokud by objevili závadu, jsou povinni ji nahlásit. Cvičení na takovémto stroji je poté zakázáno.
13. Poslední cvičící v prostorách posilovny je povinen zavřít okna a zhasnout světla, zamknout a odevzdat klíče zpět na recepci. Nejpozději do 19:00. Prostor posilovny musí být vyprázdněn nejpozději do ukončení provozní doby 19:00.
14. Kontrola, promazání a čištění přístrojů dle požadavků výrobce 1x ročně nebo dle potřeby dle pokynů správce v rámci odborné revize. Stroje a zařízení je kontrolováno a servisováno nepravidelně, vždy ale minimálně 1x týdně správcem DDM Praha 7.
15. Činky, osy činek a další kovové předměty neodkládejte na potah laviček a posilovacích strojů. Na potahy je zakázáno stoupat v obuvi.
16. Při cvičení používejte pro kontakt s posilovacími stroji a žíněnkami vlastní ručník. Chráníte tím své zdraví a potah laviček a posilovacích strojů před agresivním působením potu.
17. U náročných či nebezpečných cviků mějte u sebe vždy pomoc.
18. Po ukončení cviku uveďte stanoviště do původního stavu. Závaží nenechávejte na osách. Všechny kotouče, osy činek a jednoruční činky mají v posilovně své místo. Po ukončení cvičení je proto na toto místo vraťte.
19. Cvičenci užívají prostory fitcentra pouze k účelům, ke kterým jsou určeny a dodržují v těchto prostorách všechny zásady bezpečnosti, hygieny a požární ochrany.
20. Všichni cvičenci jsou povinni dbát pokynů a nařízení správce fitcentra a zástupců správce či pověřených osob a jsou také povinni respektovat a dodržovat veškeré pokyny a nařízení vyvěšená v prostorách fitcentra.
21. Pro potřeby první pomoci je lékárnička umístěna na chodbě před posilovnou. Ta je vybavena dle platných předpisů. Úrazy návštěvníků jsou zaznamenávány do deníku, které se hlásí správci posilovny.
22. V případě porušení provozního řádu, bude návštěvníkovi zamezen vstup do fitcentra

Škody na vybavení učebny, způsobené porušením výše uvedených bodů řádu z nedbalosti nebo úmyslně, budou ohlášeny a bude požadována náhrada škody v plné výši.

V Praze dne 1. 9. 2025 schválil:

Ing. Matyáš Peterka
správce posilovny


Dům dětí a mládeže Praha 7
170 00 Praha 7, Šimáčkova 16
IČO: 45242879