

**Management Skill Base s.r.o., Slovenskej jednoty 10, Košice 04001, IČO
17079381,
IČ DPH SK2020763371
tel. 0910 130 330, cassovar@familygym.sk**

PREVÁDZKOVÝ PORIADOK pre fitness, wellness, saunu

Prevádzkovateľ: Management Skill Base s.r.o.
Slovenskej jednoty 10, Košice 040 01
Konateľ: Ing. Elena Telepková, Mgr. Marián Telepka

Vypracovaný dňa:

Posúdený dňa:

Pečiatka, podpis prevádzkovateľa

Názov a adresa prevádzky, v ktorej budú služby poskytované:
Family Gym Cassovar, Cassovar Bussines Center,
Žriedlová 11, Košice 040 01
obchodné meno, názov firmy: Management Skill Base s.r.o.
adresa prevádzkovateľa: Family Gym Cassovar , Žriedlová 11, Košice
040 01
IČO: 17079381, DIČ2020763371, IČDPH SK2020763371
telefonický kontakt: 0910 130 330
email: cassovar@familygym.sk
Zodpovedná osoba: Helena Staneková

1. Špecifikácia zariadení

FamilyGym Cassovar pozostáva z častí:

1. Fitness zóna
2. Wellness zóna
3. Šatne + sociálne zariadenia pre klientov

Otváracia doba:

- 1.1 Fitness zóna sa využíva na rozvoj telesných schopností, hromadné spoločenské akcie.
Fitness zóna zahŕňa kardio zónu, aeróbnu zónu pre aeróbne aktivity, spinningovú miestnosť, multifunkčnú telocvičňu
- 1.2 Wellness zóna je určená na relaxáciu a oddych.
- 1.3 Pre klientov wellness a fitness zóny sú určené 2 samostatné šatne diferencované pre mužov a ženy a 2 šatne pre deti
- 1.4 Hlavné zariadenia na osobnú hygienu klientov, diferencované pre mužov a ženy, sa nachádzajú v bezprostrednej blízkosti šatní (sprchy v počte 15 ružíc, umývadlá v počte 8 vodovodných výtokov). Pohotovostné zariadenia na osobnú hygienu sú v jednotlivých prevádzkových celkoch,

Tento prevádzkový poriadok určuje hygienické a epidemiologické zásady a opatrenia, ktoré je potrebné dodržiavať pri poskytovaní osobných služieb obyvateľstvu .

Vysvetlenie všeobecných pojmov, opis zariadenia a druh a spôsob poskytovania služieb, zakázané úkony pri poskytovaní služieb

Prevádzkový poriadok je súhrn práv a povinností Klienta alebo inej osoby využívajúcej služby (Návšteva) v športovom zariadení Familygym Cassovar vypracovaný prevádzkovateľom, ktorý mimo iného stanovuje bližšie podmienky poskytovania služieb prevádzkovateľom a s ktorými je užívateľ alebo iná osoba prostredníctvom zodpovednej osoby oboznámená pri vstupe do zariadenia, ako aj na webovej stránke Prevádzkovateľa www.familygym.sk. Súčasťou prevádzkového poriadku sú aj **Zásady bezpečného správania sa v priestoroch Family Gym Cassovar**.

Riadne a dostatočné oboznámenie s prevádzkovým poriadkom je základnou podmienkou pre vstup Klienta alebo inej osoby do športového zariadenia Familygym Cassovar. Klient alebo iná osoba **svojim vstupom do športového zariadenia Familygym Cassovar potvrdzuje, že sa v plnom rozsahu oboznámila so všetkými ustanoveniami prevádzkového poriadku a že je s nimi uzrozumená**. Prevádzkový poriadok je umiestnený na viditeľnom mieste v športovom komplexe Familygym Cassovar. Prevádzkovateľ si vyhradzuje právo na zmeny v prevádzkovom poriadku.

Klientom sa na účely tohto Prevádzkového poriadku rozumie fyzická osoba, ktorá odoberá od Prevádzkovateľa služby v zmysle tohto Prevádzkového poriadku.

Web stránka je internetová aplikácia www.familygym.sk prostredníctvom ktorej sa dá rezervovať na jednotlivé služby poskytované Prevádzkovateľom za podmienok uvedených vo Všeobecných podmienkach

Celý priestor zariadenia je monitorovaný kamerovým systémom.

Prevádzkovateľ poskytuje služby spojené so zdravým životným štýlom „fitness“, najmä služby posilňovne, cardio, spinning, skupinových cvičení, wellness a masáže

Pokyny, obmedzenia týkajúce sa klientov zariadenia

Klient športového zariadenia je oprávnený využívať športové zariadenie **Family Gym Cassovar**, alebo čerpať ním poskytované služby na základe riadne zaplateného vstupného.

Klient berie na vedomie, že zaplatením jednorazového vstupného resp. uhradením permanentky do Komplexu podľa platného cenníka Prevádzkovateľa **súhlasí** s týmto Prevádzkovým poriadkom, **ako aj Cenníkom** a zároveň je rovnako ako každý člen viazaný povinnosťami z neho vyplývajúcimi.

Pre klientov poskytujeme 2 možnosti ako navštevovať náš komplex :

1.) anonymne / bez akéhokoľvek účtu a nutnosti zadávať osobné údaje, zároveň aj bez možnosti rezervácii na lekciu a bez možnosti zakúpiť si mesačné členstvo, permanentky a dobíjania depozitu./- platba vstupného je možná len v plnej cene vstupov

2.) s vytvorením účtu na meno - kde je povinné mať u nás evidované údaje : meno a priezvisko, tel. kontakt a emailový kontakt./ v súlade s GDPR / V takom prípade môže klient využívať rezervácie na lekcie a má možnosť si zakúpiť permanentky, mesačné členstvo a dobíjanie depozitu .

Využívať prevádzku Komplexu smie len osoba staršia ako 18 rokov, osoba mladšia smie tento druh služby využívať **len so súhlasom svojho zákonného zástupcu a na jeho zodpovednosť**. Prevádzkovateľ v tomto prípade **nenesie žiadnu zodpovednosť** za prípadné škody na zdraví a majetku.

Do zariadenia je s ústnym súhlasom Prevádzkovateľa oprávnená vstúpiť taktiež **Návšteva**. Návštevou sa rozumie fyzická osoba, ktorá nie je zamestnancom alebo pracovníkom Prevádzkovateľa, a ktorá

nevstupuje do športového komplexu za účelom čerpania služieb alebo zakúpenia tovaru. Návšteva je povinná behom svojho pobytu v Komplexe dodržiavať všetky pravidlá a príkazy stanovené Prevádzkovateľom.

Osoby **v podnapitom stave a pod vplyvom akýchkoľvek omamných, alebo psychotropných látok**, ako aj osoby v nečistom oblečení a zjavne nevhodnom oblečení, bez riadnej a čistej obuvi, ako aj osoby ktoré svojim chovaním rušia, alebo obmedzujú iných návštevníkov športového komplexu v jeho riadnom užívaní **nesmú využívať** služby prevádzky zariadenia

Prevádzkovateľ je oprávnený takéto osoby z Komplexu vykázať a vstup do Komplexu im zakázať.

Fitness zóna

a) druh a spôsob poskytovania služieb a zakázané úkony pri poskytovaní služieb

Prevádzkovateľ poskytuje služby spojené so zdravým životným štýlom „fitness“, najmä služby posilňovne, fitness, cardio zóny, spinning, aerobik. Spôsobom poskytovania služieb sa rozumie umožnenie klientom prevádzky využívať jednotlivé prevádzky Familygym Cassovar, alebo čerpať jeho služby na základe riadneho zaplatenia poplatku. Klientom sa na účely tohto prevádzkového poriadku rozumie fyzická osoba, ktorá odoberá od prevádzkovateľa služby v zmysle tohto prevádzkového poriadku. Do jednotlivých prevádzok je možné vstupovať, len ak nie je prekročená stanovená kapacita.

b) podmienky prevádzky a zásady ochrany zdravia návštevníkov a zamestnancov zariadenia

Prevádzka je členená na jednotlivé časti: fitness zóna – nachádzajú sa v nej posilňovacie stroje spinning zóna – spinningové, aerobik zóna, multifunkčná telocvičňa, ktoré sú počas prevádzky udržiavané v čistote. Okamžitá kapacita návštevníkov fitness zóny je 35 návštevníkov. Vedúci organizácie dbá na to, aby opatrenie na riadne zabezpečenie hygieny prevádzky vykonávali všetci pracovníci a ich dodržiavanie sústavne kontroluje. Vo fitness zóne sa nachádza lekárnica v miestnosti trénerov.

c) pokyny, obmedzenia a zákazy týkajúce sa návštevníkov, ktoré musia byť zverejnené na mieste zariadenia prístupnom pre návštevníkov

1. Klient Familygym Cassovar je oprávnený využívať jednotlivé prevádzky zariadenia, alebo čerpať jeho služby na základe riadneho zaplatenia vstupného poplatku
2. Osoby, ktoré nesmú využívať športovú Fitness zónu:
 - so zdravotným stavom, ktorý vylučuje bezpečne prevádzkovať športovú, alebo fyzicky namáhavú činnosť
 - osoby, ktorým prevádzkovateľ udelil zákaz vstupu.
3. V celej Fitness zóne platí prísny zákaz fajčenia. Fajčenie v priestoroch Fitness zóny je považované za chovanie obmedzujúce iných klientov Fitness zóny v jeho riadnom využívaní.
4. Cvičebné náradie, posilňovacie stroje a ďalšie vybavenie Fitness zóny sú klienti povinní používať jedine spôsobom k tomu určeným. Sú pri tom povinní chovať sa tak, aby nedochádzalo k ich

poškodeniu, ani k ohrozeniu zdravia vlastného, alebo zdravia iných klientov.

5. Klienti sú ďalej povinní:

- riadiť sa pokynmi personálu
- v priebehu využívania Fitness zóny používať oblečenie, obuv a športové náčinie a pomôcky vhodné k vykonávaniu príslušnej športovej činnosti tak, aby neohrozovali svoje zdravie, ani zdravie ostatných návštevníkov a neznečisťovali priestory Fitness zóny

6. Klient je oprávnený požiadať o zrealizovanie rezervácie ním požadovanej služby. Požadovaná rezervácia bude zrealizovaná pokiaľ to umožňuje požadovaný druh služby.

7. Na základe rozhodnutia prevádzkovateľa môže dôjsť na určitú dobu k obmedzeniu niektorých druhov, rozsahu, alebo kvality poskytovaných služieb. A to napríklad z dôvodu konania sa špeciálnych akcií v priestoroch športového komplexu, alebo z technických, či personálnych príčin. Po túto dobu sú oprávnené využívať Fitness zónu len osoby určené v rozhodnutí prevádzkovateľa.

Wellness zóna

Pokyny pre návštevníkov:

1. Vstup do wellness centra je povolený:
 - Klientom po zaplatení vstupného poplatku (deti do 12 rokov, len v nedeľu do 12:00)
 - Zamestnancom Familygym Cassovar vo vyhradenom čase podľa internej smernice
 - Obsluhujúcemu personálu
2. Doba pobytu vo wellness zóne nie je časovo obmedzená
3. K povinnej výbave klientov patria: prezúvky, uterák, veci osobnej hygieny
4. Pred vstupom do wellness je každý návštevník povinný sa osprchovať, umyť mydlom alebo telovým šampónom, znova sa osprchovať, aby na tele nezostalo mydlo.
5. Návštevník je povinný udržiavať čistotu a poriadok. Počas pobytu vo wellness zóne je každý návštevník povinný riadiť sa pokynmi personálu a dodržiavať znenie písomných pokynov, príkazov tohto prevádzkového poriadku, príkazov a zákazov na vyvesených tabuliach a riadiť sa nimi.
6. Návštevník je povinný každú škodu, ktorú spôsobí na zariadení alebo na majetku ostatných návštevníkov, v plnej miere uhradiť
7. Za poranenie a úrazy, ktoré si návštevník spôsobí sám vlastnou neopatrnosťou alebo nedodržaním prevádzkového poriadku, Familygym Cassovar nenesie zodpovednosť.
8. Úrazy je potrebné nahlásiť personálu, ktorý zabezpečí potrebné opatrenia, ako je prvá pomoc, privolanie lekárskej záchrannej služby na číslo 112.
9. Vo wellness zóne sa nachádza lekárnička pre neodkladnú prvú pomoc.

Je zakázané:

1. Pohybovať sa mimo vyhradených priestorov
2. Znečisťovať vodu na kúpanie a ostatné priestory
3. V celom Familygym Cassovar je zákaz fajčenia.

a) druh a spôsob poskytovania služieb, zdravotné kontraindikácie služieb a zakázané úkony pri poskytovaní služieb:

Zariadenia: vírivé vaňe, kneippov kúpeľ, tepidárium, sauny, ochladzovací bazén, karibská sprcha

Poskytované služby:

- Vírivá hydromasážna vaňa slúži na fyzickú a duševnú regeneráciu organizmu, prevenciu proti chorobám a celkovo pri vhodnom a pravidelnom používaní prospieva zdraviu.
- Kneippov kúpeľ slúži na fyzickú a duševnú regeneráciu organizmu, prevenciu proti chorobám.
- Tepidárium slúži k miernemu a šetrnému prehriatiu celého tela. Je vhodné aj pre osoby s kardiovaskulárnymi ťažkosťami, alebo pre ľudí, ktorí uprednostňujú menej teplé prostredie.
- Pobyt v saune je určený predovšetkým zdravým osobám. Osoby trpiace cievnymi a srdcovými ochoreniami môžu používať saunu po porade s lekárom.

- **Bazénová časť:**

Kapacita a špecifikácia víriviek

Vírivka Whirpool D 2,5 m

Filtrácia vody: samo nasávacie filtračné čerpadlo s extra veľkým košom a závitovým viečkom

Chemická úprava vody vo vírivke: regulačný prístroj ASIN Aqua Profi.

Vírivka Whirpool D 3,5 m

Filtrácia vody: samonasávacie filtračné čerpadlo s extra veľkým košom a závitovým viečkom

Chemická úprava vody vo vírivke: regulačný prístroj ASIN Aqua Profi.

Základné údaje o vode na kúpanie

Zdroj vody na napúšťanie jednotlivých bazénov: voda je zabezpečená z verejného vodovodu

Údaje o zložení a úprave vody:

Voda na kúpanie počas prevádzky musí spĺňať požiadavky uvedené v príslušnom právnom predpise t.č. vo vyhláske Ministerstva zdravotníctva SR..

Spôsob informovania o kvalite vody na kúpanie vo vírivkách:

Prevádzkovateľ predkladá v elektronickej alebo v písomnej forme príslušnému organu štátnej správy na úseku verejného zdravotníctva (ďalej len „organ verejného zdravotníctva“) najneskôr do siedmich pracovných dní po ukončení laboratórnych analýz. Prekročenie medznej hodnoty ukazovateľa kvality vody na umelom kúpalisku oznamuje prevádzkovateľ bezodkladne po získaní výsledkov laboratórnych analýz príslušnému organu verejného zdravotníctva, súčasťou oznámenia sú aj prijaté opatrenia na zlepšenie kvality vody na umelom kúpalisku.

Prevádzkové kontroly kvality vody na kúpanie

Počas prevádzky bazénov je vedený prevádzkový denník, v ktorom sú denne zapisované údaje a hodnoty týchto parametrov. Prevádzku bazénov zabezpečujú 1 pracovník s odbornou spôsobilosťou na prevádzku bazénov.

- priehľadnosť vody vo vírivke
- Reakcia vody 1x za deň (medzná hodnota 6,5 – 7,5)
- Teplota vody 3x denne 33 – 38°
- Viazaný chlór 3x denne (medzná hodnota do 0,3 mg/l)
- Voľný chlór 3x denne (medzná hodnota 0 – 1 mg/l)

Najnižšia prípustná teplota vody v Kneippovom kúpeli je 10 °C. Maximálna teplota vody v Kneippovom kúpeli je 46 °C. Ak je teplota vody v Kneippovom kúpeli vyššia ako 40 °C, údaj o teplote vody sa dopĺňa upozornením, že pobyt v bazéne sa neodporúča osobám so srdcovo-cievnyim ochorením.

Laboratórna kontrola kvality vody na kúpanie vo vírivých bazénoch bude vykonávaná dodávateľským spôsobom prostredníctvom akreditovaných laboratórií. Výsledky analýz vzoriek bazénových vôd budú ihneď po doručení posielané na príslušný orgán verejného zdravotníctva.

Výmena a dezinfekcia vody v bazénoch

Vo vírivých vaniach s recirkuláciou vody je prečistenie celého objemu vody na recirkulačnom zariadení zabezpečené najmenej jedenkrát pred začiatkom prevádzky. Počas prevádzky vírivky je zabezpečená nepretržitá recirkulácia vody a jej dezinfekcia. Intenzita recirkulácie vody a množstvo riediacej vody sa vykonáva podľa počtu návštevníkov za jeden deň tak, aby boli dodržané medzné hodnoty ukazovateľov kvality vody. Najmenej jedenkrát za šesť mesiacov je zabezpečené vypustenie celého objemu vody do kanalizácie.

V Kneippovom kúpeli sa priebežne mení voda a denne sa vykonáva jej výmena po skončení prevádzky. V ochladzovacom bazéne bez recirkulácie vody sa vykonáva jej výmena denne po skončení prevádzky.

2. Saunová časť:

Druhy sáun :	Parná sauna	teplota 45-55°,	doporučený pobyt v saune 10-15 min
	Soľná sauna	45-55°	pobyt 10-15 min
	Bylinková sauna	40-50°	pobyt 10-15 min
	Infra sauna	30-50°	pobyt 11-20 min
	Fínska sauna	95-105°	pobyt 10-15 min

Zdravotné kontraindikácie:

Pobyt v saune je určený predovšetkým zdravým osobám. Osoby trpiace cievnyimi a srdcovými ochoreniami môžu používať saunu po porade s lekárom.

Do sauny nemajú prístup osoby, ktoré trpia príznakmi akútneho ochorenia, najmä zápalmi dýchacích ciest, so zvýšenými teplotami, kašľom, nádchou, hnačkami, bolesťami hlavy, malátnosťou; ďalej osoby s chorobami vzbudzujúcimi odpor, najmä kožnými vyrážkami, otvorenými hnisavými, alebo krvavými ranami a pod. Vstup nie je povolený ani osobám, ktoré trpia prenosnými chorobami a tiež bacilonosičom, ako i osobám, u ktorých sa v najbližšom okolí vyskytla prenosná choroba. Nie je povolený vstup osobám podnapitým, zahmyzeným a špinavým. Pracovníci sauny sú poučení o zjavných príznakoch uvedených chorôb.

Ďalšie podmienky prevádzky a zásady ochrany zdravia špecifické pre prevádzku sauny:

- Počas pobytu v saune, sa nesmie piť a jesť
- Zákazník je oboznámený s možnými zdravotnými rizikami a kontraindikáciami
- Pred vstupom do potiarne je každý návštevník povinný sa dôkladne umyť mydlom a osprchovať.
- Do potiarne vstupuje návštevník nahý a suchý, čím vyvolá vyšší efekt potenia sa.
- V potiarňi môže sedieť, ak to dovoľuje množstvo návštevníkov sauny aj ležať, a to len na plachte.
- V potiarňi sa návštevník správa slušne, nerozpráva hlasno, berie ohľad na ostatných návštevníkov, nepoužíva mobilné zariadenia
- Dokonalé prekrvenie organizmu v potiarňi sa dosiahne v priebehu 10-15 minút. Potom sa osprchuje studenou vodou, a to tak dlho, kým nemá pocit chladu. Telo osuší a krátko pobudnite mimo potiarne. Tento postup opakuje podľa Vašej kondície, najmenej však trikrát.
- Po poslednom pobyte v potiarňi si celé telo dôkladne opláchnu vlažnou vodou bez mydla a vyutiera sa do sucha.
- V priestoroch sauny je zakázané konzumovať potraviny, alkoholické nápoje a fajčiť.
- V prípade nevoľnosti počas návštevy sauny návštevník ihneď vyhľadá zamestnanca sauny.

Masáže

a) druh a spôsob poskytovania služieb, zdravotné kontraindikácie služieb a zakázané úkony pri poskytovaní služieb

Druh a spôsob poskytovania služieb: celotelová masáž, relaxačná masáž, športová masáž, bankovanie, thajské masáže

Miestnosti pre masáže – 2. klasická masáž, každá miestnosť má masérsky stôl, umývadlo, sprchu, masérsky stôl dlhý a stoličku.

Kontraindikácie, zakázané úkony: srdcová slabosť, osoby so srdcovým stimulátorom, krvácavé stavy, horúčkovité ochorenia, gravidita, dojčenie, infekčné kožné ochorenia, kŕčové žily, zjavné prejavy zápalov žíl a trombóz, vredy predkolenia, osoby s kovovými transplantátmi, vysoký krvný tlak. Je zakázaná masáž oblastí, kde sa nachádzajú zápalové prejavy, opuchy, TBC ložiská kože, zhubné, alebo nezhubné nádory kože, podkožia, lymfatických uzlín i hlbších tkanív.

b) Podmienky prevádzky a zásady bezpečnosť a ochrany zdravia zákazníkov a zásady bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci zamestnancov zariadenia

Masáže vykonávajú zamestnanci s odbornou spôsobilosťou na epidemiologicky závažné činnosti v zariadeniach starostlivosti o ľudské telo

Vedúci prevádzky dbá na to, aby opatrenie na riadne zabezpečenie hygieny prevádzky vykonávali všetci maséri a ich dodržiavanie sústavne kontroluje. Predovšetkým zabezpečuje ochranu pred prenosnými chorobami.

Prevádzka je udržiavaná v čistote a poriadku. Všetci pracovníci vykonávajúci obsluhu zákazníkov musia dbať na dodržiavanie osobnej hygieny a to :

- mať čistý pracovný odev

- po každom skončení obsluhy zákazníka si umyť ruky vlastným mydlom pod tečúcou vodu, použiť vlastný uterák.

Každý zákazník dostáva pri príchode do masérскеj miestnosti plachtu a uterák, po skončení masáže zamestnanec použítý uterák a plachtu odkladá do koša na prádlo.

Prevádzka je vybavená dostatočným množstvom čistiacich a dezinfekčných prostriedkov, ako aj čistej bielizne, jednorazovými pomôckami,

V prevádzke je dovolené používať len zdravotne neškodné kozmetické výrobky z distribučnej siete určené na masáže.

Sanitačné podmienky prevádzky – fitness, wellness, sauny, solária, masáží a zásady bezpečnosti a ochrany zdravia

a) postup pri mechanickej očiste, dezinfekcii a pracovných nástrojov a prístrojov a náradia na cvičenie

Vlhká mechanická očista a dezinfekcia pracovných plôch, podláh a zariadení na osobnú hygienu sa vykonáva denne pred začatím alebo po skončení prevádzky a priebežne počas výkonu práce.

Plochy zariadení prichádzajúce do priameho kontaktu s telom zákazníka sa umývajú a dezinfikujú po každom zákazníkovi prípravkom na to určeným. Vlhká mechanická očista umývateľných povrchov stien a nábytku sa vykonáva raz týždenne.

Plochy, ktoré boli znečistené biologickým materiálom, pred čistením dezinfikujeme prípravkom so širokým spektrom mikrobicídneho účinku.

b) postup pri mechanickej očiste a dezinfekcii povrchových plôch miestností a ich vybavenia

Všetky priestory sauny, predmety a zariadenia priebežne udržiavame v čistote; najmenej raz denne, najlepšie po skončení prevádzky a ráno.

Všetky priestory wellness – sauny, podlahy, okolie víriviek, umývame vodou s čistiacim prostriedkom, vydrhne sa kefou a vydezinfikujeme dezinfekčným prostriedkom. Tepidária čistíme a dezinfikujeme dezinfekčným prostriedkom.

Priestory šatní a toaliet umývame vodou a čistiacim prostriedkom ráno a v priebehu dňa podľa potreby.

Priestory fitness umývame vodou a čistiacimi prostriedkami ráno a podľa potreby.

Dvere, umývateľné časti stien, šatňové skrine a ostatný nábytok, ohrievacie telesá a pod. najmenej raz v týždni poutierame čistou handrou namočenou v dezinfekčnom roztoku. Denne je doplňovaný toaletný papier, tekuté mydlo a papierové uteráky.

Potreby na upratovanie a čistenie sú označené podľa určenia. Kefy, štetky, používané na čistenie toaliet, sa nepoužívajú na iný účel; po ich použití sa riadne očistia a vložia do dezinfekčného roztoku. Pri používaní dezinfekčného prípravku postupujeme podľa priloženého návodu výrobcu a dodržiavame doby expozície

Wellnes – ochladzovací bazén je prietočný. Steny a dno bazénu mechanicky čistíme a dezinfikujeme dezinfekčným roztokmi, a potom riadne vystriekame čistou vodou.

c) postup pri mechanickej očiste, prípadne dezinfekcii povrchových plôch miestností a zariadených predmetov

Používané dezinfekčné prostriedky v prevádzke

Čistiace prostriedky na dezinfekciu umývateľných plôch

Čistiace prostriedky na čistenie sanitárnych priestorov

Čistiace prostriedky na denné čistenie tvrdých podláh a interiérov

Čistiace prostriedky na dezinfekciu náradia na cvičenie
Čistiace prostriedky na ošetrovanie drevených podláh
Čistiace prostriedky na čistenie sanitárnych priestorov

Jednotlivé prostriedky sú používané podľa návodu výrobcu. Dezinfekčné prostriedky používané na plošnú dezinfekciu pracovných plôch, podláh a zariadení na osobnú hygienu sa po upotrebení jedného druhu obmieňajú za účelom potlačenia vzniku rezistencie choroboplodných zárodkov, dodržiava sa ich správna koncentrácia a doba expozície. Roztoky dezinfekčných prípravkov sa pripravujú denne. Dezinfekciu predchádza dôkladná vlhká mechanická očista roztokom teplej vody a čistiaceho prípravku.

Voda znečistená pri umývaní prevádzky sa vylieva do výlevky umiestnenej v miestnosti pre upratovanie – vo fitness a vo wellness. Odpadové vody z celého objektu sú odvádzané do mestskej kanalizácie.

e) spôsob skladovania a manipulácie s bielizňou

V zariadení je dostatočné množstvo bielizne, primerané predpokladanému počtu zákazníkov. Pre každého zákazníka je použitá čistá bielizeň skladovaná v uzavretom priestore. Pre každého zákazníka je k dispozícii vždy čistá bielizeň, ktorá je v dostatočnom množstve uložená v skrinách a regáloch na recepcii. Použitá bielizeň sa zbiera pri odchode klientov do košov s čistiteľným a dezinfikovateľným povrchom. Po ich naplnení sa dočasne ukladá v centrálnom sklade použitej bielizne (samostatná miestnosť). Odtiaľ je odvážaná 2 x denne do pracovne spoločnosťou EUROline, s.r.o., ktorá sa stará aj o jej dosušenie a žehlenie. Pranie pracovných odevov si zamestnanci vykonávajú doma.

f) spôsob nakladania s odpadom, jeho odstraňovanie, frekvenciu vyprázdňovania odpadových nádob, ich čistenia a dezinfekcie

Tuhý komunálny odpad sa zbiera v uzatvárateľných a umývateľných nádobách a denne sa vynáša. Nádoby sa denne čista a dezinfikujú. Odvoz TKO zabezpečuje Cassovar Business Center.

Prevádzka je udržiavaná v čistote a poriadku.

Priestor pre upratovačky je v zóne fitness a wellness kde sa nachádza výlevka, čistiace prostriedky a náradia. Je zabezpečené pravidelné vetranie prevádzky. Vlhká mechanická očista a dezinfekcia podláh a zariadení na osobnú hygienu sa vykonáva denne pred začatím alebo po skončení prevádzky, ako aj počas výkonu práce čistiacimi a dezinfekčnými prostriedkami od spoločnosti Johnson Diversey.

Základná oprava všetkých náterov zariadenia a maľovanie sa vykonáva najmenej raz za dva roky prípadne podľa potreby aj častejšie.

Platobné podmienky

Klienti sú oprávnení využívať zariadenie len na základe riadnej úhrady ceny vybraných služieb a to:

a) **zaplatili** permanentku do zariadenia podľa platného cenníka Prevádzkovateľa a **zaplatením zároveň súhlasili** s týmto Prevádzkovým poriadkom, alebo

b) **zaplatili jednorazový vstup** do zariadenia podľa platného cenníka Prevádzkovateľa a **zaplatením zároveň súhlasili** s týmto Prevádzkovým poriadkom.

Cena jednotlivých služieb a druhov tovaru je stanovená samostatným cenníkom vydávaným Prevádzkovateľom, ktorý sa nachádza na recepcii Prevádzkovateľa resp. na jeho webovej stránke www.familygym.sk Prevádzkovateľ zariadenia je oprávnený kedykoľvek uskutočniť akúkoľvek zmenu cien jednotlivých služieb a druhov tovaru, okrem už dohodnutých cien za už zaplatené služby.

Výška vstupného je stanovená na základe druhu čerpanej služby a spôsobu platby za zvolený druh služby (jednorazové vstupné, permanentky a pod.)

Permanentka, príp. jednorazové vstupné sú platné iba na obdobie (resp. počet), na ktoré boli zakúpené.

Platba vybraných služieb sa realizuje nasledovnými spôsobmi:

Platbou v hotovosti, alebo ekvivalentom, ktorý Prevádzkovateľ prijíma ako formu zaplatenia jednorazového vstupného do zariadenia /ďalej len „platba v hotovosti“/

Platba formou zabezpečenej internetovej platby webpay prostredníctvom ČSOB, a.s. alebo prevodom

Klient si obstará kredit v ľubovoľnej výške, z ktorého je možná následná úhrada jednorazových vstupov do Komplexu, permanentky alebo tovaru podľa rozhodnutia Klienta. Nevyčerpaný zostatok kreditu bude Klientovi na jeho požiadanie vrátený v hotovosti na recepcii

Klient je oprávnený požiadať o **zrealizovanie rezervácie** ním požadovanej služby prostredníctvom webovej stránky Prevádzkovateľa www.familygym.sk (ďalej len „WEB“) Požadovaná rezervácia bude zrealizovaná pokiaľ to umožňuje požadovaný druh služby.

Rezerváciu je možné zrušiť 4 hodiny pred začatím požadovanej služby. Po prekročení tejto lehoty je zrušenie požadovanej služby spoplatnené vo výške blokačného poplatku uvedeného v aktuálnom cenníku Prevádzkovateľa (v hodnote vstupu na požadovanú službu), o ktorú sumu môže byť bezhotovostným prevodom ponížený vopred uhradený kredit klienta na jednotlivé služby.

Ďalšie podmienky

K pohybu v zariadení je potrebné mať riadne uhradené jednorazové vstupné resp. uhradené vstupné formou zakúpenia permanentky.

K úschove vecí v šatniach slúžia skrinky so zámkami. Skrinky neslúžia na úschovu cenností. Klientovi je vydaný kľúč až po odovzdaní platnej permanentky resp. uhradení jednorazového vstupu na základe jednorazovej vratnej zálohy v sume 5 Eur. Permanentka alebo jednorazová vratná záloha v sume 5 Eur je Klientovi vrátená pri odovzdaní kľúča od skrinky.

Klient je povinný riadne opatrovať kľúč od skrinky v šatni. Klient zodpovedá za škodu, ktorá vznikne Prevádzkovateľovi jeho stratou, poškodením, alebo zneužitím.

V prípade straty kľúča od skrinky, je klient povinný uhradiť:

Sumu 20,- EUR ako náklad za výmenu zámku a zriadenie nového kľúča

Klient je povinný pri odchode skrinku vyprázdniť, nechať ju odomknutú a kľúč vrátiť na recepcii Prevádzkovateľ. Prevádzkovateľ má právo skrinky, ktoré zostanú zamknuté i po prevádzkovej dobe, otvoriť.

Postup v prípade prerušenia dodávky vody

V prípade, že dôjde k poruche dodávky vody, alebo dodávke teplej vody, **nemá** Klient právo požadovať zľavu na vstupnom, alebo požadovať bezplatné čerpanie služby za predpokladu, že bol o tejto poruche informovaný pri svojom vstupe do športového komplexu.

V prípade obmedzeného poskytovania služieb nemá návštevník právo na vrátenie vstupného, ani nárok na náhradu škody, pokiaľ bol na obmedzenie prevádzky fitnes centra upozornený pri vstupe do komplexu.

ZÁSADY BEZPEČNÉHO SPRÁVANIA SA V PRIESTOROCH FAMILY GYM CASSOVAR

- športové úkony vykonávajú klienti na vlastnú zodpovednosť
- klienti sú povinní dbať o vlastnú bezpečnosť ako aj bezpečnosť ostatných klientov
- vedenie prevádzky nenesie zodpovednosť za škody, poranenia alebo úrazy, ktoré si spôsobili návštevníci vlastnou neopatrnosťou, alebo nedodržaním ustanovení stanovených v prevádzkovom poriadku
- klienti nesmú ohrozovať bezpečnosť a poriadok a hlukom rušiť iných klientov
- v prípade akýchkoľvek zdravotných obmedzení sú klienti povinní sa informovať o možnostiach a prípadných obmedzeniach pri cvičení u svojho lekára a následne ich konzultovať s inštruktorom
- za fyzické zdravie zodpovedá samotný cvičenec resp. zákonný zástupca, aj v prípade duševného zdravia
- všetci návštevníci sú povinní dodržiavať požiarne predpisy
- klient musí dodržiavať pokyny trénera / personálu

Špecifické zásady pre FITNESS ZÓNU :

- služby sa poskytujú klientom individuálne
- maloletým je vstup do posilňovne povolený len pod dohľadom rodiča a na jeho zodpovednosť
- klienti sú povinní dodržiavať maximálne zaťaženie cvičebných strojov / maximálna váha záťaží / , ktoré sú uvedené na jednotlivých strojoch.
- klienti môžu využívať cvičebné stroje len na účel, na ktoré sú určené / cviky znázornené na piktogramoch /
- nesprávne alebo nadmerné cvičenie /preťažovanie môže spôsobiť poškodenie zdravia
- cviky na lavičkách / tlaky / popr. pri cviky so záťažou doporučujeme klientom vykonávať len za asistencie ďalšej osoby z dôvodu prevencie pred úrazom.
- pred použitím bežiaceho pásu sú klienti povinní si preštudovať návod na obsluhu dostupný na recepcii

Špecifické zásady pre cvičebný štýl AyFly:

- cvičebné náradie a náčinie smie klient používať len pod dohľadom trénera a len v súlade s jeho/jej inštrukciami
- pri cvičení v sieti AyFly nie je povolené mať na sebe šperky, hodinky, zipsy, topánky
- tehotné ženy, ženy do 6 týždňov po pôrode a do 6 mesiacov po sekcii nesmú cvičiť AyFly
- cvičenie AyFly sa nepovoľuje klientom s nasledovnými kontraindikáciami :

- vysoký krvný tlak, vysoký vnútroočný tlak
- ochorenie chrbtice
- srdcovocievne ochorenia
- 24 hodín po aplikácii botulotoxínu
- infekčné ochorenia

Špecifické zásady pre spinning :

- klient je povinný sa dostaviť na lekciu minimálne 10 minút vopred
- cvičebná obuv musí byť čistá
- nie je povolené presúvať spinnery
- pred začiatkom lekcie si klient skontroluje nastavenie spinnera / ak potrebuje pomoc, kontaktuje inštruktora / a dotiahne zaistovacie T- skrutky /riadidlá, sedlovka a sedadlo / a po skončení ich uvoľní
- klienti sú povinní dodržiavať pokyny inštruktora a nevykonávať cvičenia, ktoré nie sú v súlade s pravidlami spinningu
- klienti si nesmú počas strečingu vykladať nohy na riadidlá a sedadlo
- po cvičení klient očistí spinner a jeho okolie

Špecifické zásady pre využívanie multifunkčnej telocvične:

- vstup do gymnastickej zóny je povolený len v športovom oblečení a v ponožkách, nie je povolené vstupovať do gymnastickej zóny v topánkach
- v gymnastickej zóne nie je povolené konzumovať jedlo a nápoje
- na trampolíne môže skákať *naraz iba 1 osoba*
- pri skákaní do molitanovej jamy sa musia klienti uistiť, že je voľná , musia dodržiavať dohodnuté poradie a po doskočení čo najskôr jamu uvoľniť.
- pri skupinových cvičeniach a detských cvičeniach smie klient používať športové náčinie len pod dohľadom trénera a len v súlade s jeho/jej inštrukciami
- pri voľnom cvičení smie klient používať cvičebné náradie len v súlade s inštrukciami personálu resp. takým spôsobom, aby nedošlo k jeho poškodeniu
- klient musí dodržiavať pokyny trénera / personálu
- klient smie využívať telocvičňu a náradie len takým spôsobom, aby nezapríčinil úraz sebe alebo inej osobe
- cvičenie Open Gym pre rodičov s deťmi je určené pre deti do 12 rokov v doprovode rodiča.

Prevádzkový poriadok zariadenia je sprístupnený na vhodnom a viditeľnom mieste.