

# SPĒKA ZONAS IEKŠĒJĀS KĀRTĪBAS NOTEIKUMI

1. SIA "Valmieras Olimpiskais centrs", turpmāk tekstā – Valmieras OC, "Spēka zona", turpmāk tekstā – Spēka zona, iekšējās kārtības noteikumi, turpmāk – Noteikumi, izstrādāti, lai nodrošinātu kārtību, drošību un sekmīgu Spēka zonas ekspluatāciju.
2. Iegādājoties Spēka zonas abonementu vai vienreizējo apmeklējumu, vai izmantojot dāvanu karti, apmeklētājs ar to apliecina, ka ir iepazinies ar Spēka zonas Noteikumiem un apņemas tos ievērot.
3. Katrs Spēka zonas apmeklētājs personīgi atbild par savu veselības stāvokli.
4. Pirms nodarbību uzsākšanas Spēka zonas, ieteicams konsultēties ar ārstu, īpaši tādos gadījumos, ja ir paaugstināts asinsspiediens, bijušas sirds un asinsvadu saslimšanas, mugurkaula vai locītavu traumas, kā arī gadījumos, kad apmeklētājs nav pārlicināts par savu veselības stāvokli.
5. Personas, kuras nav sasniegušas 16 g.v. nodarbības ir atļauts apmeklēt trenera vai pieaugušas personas, kura ir vecāka par 18 g.v., un kura uzņemas pilnu atbildību par nepilngadīgo, visa apmeklējuma laikā, pavadībā.
6. Grupu nodarbībās atbildību par nodarbību apmeklētājiem uzņemas nodarbību vadītājs - treneris. Individuālo nodarbību laikā, atbildību uzņemas pats apmeklētājs un viņa treneris vai pedagogs.
7. Ja nodarbības laikā apmeklētājam pasliktinās pašsajūta, vai ir gūta trauma, nodarbība ir nekavējoties jāpārtrauc un jāvēršas pie Valmieras OC administrācijas, kurš nodrošina apmeklētājam, kvalificētas medicīniskās palīdzības izsaukumu.
8. Valmieras OC administrācija neuzņemas atbildību par Spēka zonas apmeklētāju personīgām mantām.
9. Apmeklētājiem Spēka zonā **aižliegts**:
  - 9.1. skaļi uzvesties, aizskart vai kā citādi traucēt pārējos Spēka zonas klientus un personālu;
  - 9.2. fotografēt un filmēt bez rakstiskas saskaņošanas ar Spēka zonas personālu;
  - 9.3. mest hanteles, stieņus un ripas un citu sporta inventāru;
  - 9.4. nodarboties ar uzturu bagātinātāju, diētiskās pārtikas un sporta pārtikas izplatīšanu, reklamēšanu un tirdzniecību;
  - 9.5. ienest Spēka zonā un lietot jebkāda veida apreibinošās un narkotisko vielas;
  - 9.6. atrasties Spēka zonā basām kājām vai atkailinātu ķermeņa augšdaļu;
  - 9.7. atstāt ģērbtuvēs skapīša durvis atslēgas un savas personīgās mantas bez uzraudzības;
  - 9.8. vadīt privātas treniņu nodarbības, nesaskaņojot ar Spēka zonas personālu;
  - 9.9. treneriem un skolotājiem vadot sporta skolas, sporta klubu un vispārizglītojošo skolu nodarbības, atstāt sportistus/skolēnus bez uzraudzības.
10. Spēka zonas ētikas kodekss:
  - 10.1. Treniņu inventārs pēc lietošanas ir jānotīra ar tam paredzētu dezinfekcijas līdzekli;
  - 10.2. pēc sporta nodarbības, izmantotais sporta inventārs ir jānoliek tam paredzētajā vietā;
  - 10.3. Spēka zonā jāievēro personīgās higiēnas noteikumi. Nodarbībās drīkst piedalīties tikai nodarbībām paredzētajā sporta apģērbā un tīros maiņas sporta apavos;
  - 10.4. grupu nodarbību apmeklējums ir jārezervē iepriekš. Pieteikt vai atcelt rezervāciju var konkrētās Spēka zonas atrašanās vietas administrācijā vai zvanot pa tālruni (kontaktfomrācija norādīta zemāk).
  - 10.5. Spēka zonas apmeklētājiem ir jāievēro norādītais apmeklējuma laiks un treniņu zāles abonementa derīguma termiņš.
11. Spēka zonas ģērbtuvēs apmeklētāji drīkst ierasties 15 min. pirms treniņa nodarbības. Pēc nodarbības ģērbtuve jāatstāj 30 min. laikā.
12. Sporta skolas, sporta klubu un vispārizglītojošo iestāžu pārstāvji un treneri ir atbildīgi par sportistu uzvedību Spēka zonā un ģērbtuvēs, no ģērbtuvju atslēgu saņemšanas, līdz to nodošanas brīdim.
13. Par apzinātu Spēka zonas inventāra vai telpu bojāšanu un noteikumu neievērošanu, Valmieras OC administrācija var lemt par apmeklētāju materiālo atbildību, kā arī liegt apmeklēt Spēka zonu uz noteiktu laiku.
14. Valmieras OC personāls ir tiesīgi atteikt Spēka zonas apmeklējumu apmeklētājam, ja tie atrodas alkoholiskajā vai citu apreibinošo vielu iespaidā.
15. Valmieras OC personāls ir tiesīgi izraidīt apmeklētājus, kuri neievēro noteikumus.
16. Apmeklētāju ģērbtuvēs skapīša atslēgas pazaudēšanas gadījumā tiek piemērota soda nauda 8.00 EUR apmērā.
17. Spēka zonas personāla un apmeklētāju drošības nodrošināšanai pret trešo personu prettiesisko rīcību, Spēka zonas telpās darbojas videonovērošana.
18. Ieteikumus vai pretenzijas par Spēka zonas darbību, lūdzam izteikt personīgi Valmieras OC administrācijai, vai rakstiski [info@janadalinastadions.lv](mailto:info@janadalinastadions.lv) vai [info@valmieraspelddbbaseins.lv](mailto:info@valmieraspelddbbaseins.lv);
19. Spēka zonas iekšējās kārtības noteikumi ir izvietoti Spēka zonas telpās.

## KONTAKTINFORMĀCIJA:

Spēka zona Valmieras peldbaseinā:

☎ +371 29721191

✉ [info@valmieraspelddbbaseins.lv](mailto:info@valmieraspelddbbaseins.lv)

## KONTAKTINFORMĀCIJA:

Spēka zona Jāņa Daliņa stadionā:

☎ +371 29900595

✉ [info@janadalinastadions.lv](mailto:info@janadalinastadions.lv)