



## **ПРАВИЛА** **посещения легкоатлетического стадиона** **МГЦОР по лыжному спорту и лёгкой атлетике**

### **1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

1.1. Настоящие правила направлены на обеспечение безопасности и комфортного пребывания посетителей (далее – Клиент) на легкоатлетическом стадионе (далее – стадион) МГЦОР по лыжному спорту и лёгкой атлетике (далее – Центр) расположенного по адресу: г. Минск, ул. Корженевского, 16Ж и являются едиными для всех Клиентов, тренеров-преподавателей, спортсменов-учащихся (спортсменов) и работников Центра.

1.2. Время работы Центра ежедневно с **9.00 до 22.00**.

Администрация Центра оставляет за собой право объявлять в течение года нерабочие праздничные и санитарные дни. Информация о прекращении работы и о еженедельном изменении в расписании работы Центра размещается на информационном стенде, у дежурного администратора (тел.+ **375 29 771 30 35**).

1.3. К занятиям на стадионе допускаются лица, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по технике безопасности и противопожарной безопасности.

1.4. Стадион состоит из беговых дорожек, теннисных кортов, секторов для метания, секторов для прыжков в длину, в высоту и с шестом.

### **2. КЛИЕНТЫ ЦЕНТРА ИМЕЮТ ПРАВО:**

2.1. Пользоваться в установленном порядке стадионом, а также специализированными вспомогательными зонами (душевыми, раздевальными комнатами, туалетами) (далее – Услуги).

2.2. Находиться на стадионе в пределах оплаченного времени.

2.3. На оказание первой медицинской помощи медицинским персоналом Центра.

### **3. КЛИЕНТЫ ЦЕНТРА ОБЯЗАНЫ:**

3.1. Ознакомиться с настоящими правилами до пользования Услугами.

3.2. Прибыть в Центр заблаговременно до начала соответствующего мероприятия.

3.3. Заключить договор на предоставление услуг, приобрести разовый билет на предоставление Услуги в кассе Центра.

Оплата за услуги осуществляется в безналичной форме путем перечисления денежных средств на расчетный счет Центра в соответствии с заключенным договором или путем внесения наличных денежных средств в кассу Центра.

Оплата услуг, предоставляемых Центром, является согласием Клиента с настоящими правилами.

3.4. Предъявить билет на предоставление Услуги сотруднику Центра, в должностные обязанности которого входит допуск Клиента.

3.5. При возникновении чрезвычайной ситуации немедленно покинуть Центр через ближайший выход, который указан на схеме эвакуации.

3.6. Бережно относиться к оборудованию и иному имуществу Центра, соблюдать чистоту, правила личной гигиены, общественный порядок и требования настоящих правил.

3.7. Подчиняться обоснованным указаниям и требованиям тренера, инструктора, ответственного лица, администрации Центра.

3.8. Пройти медицинское освидетельствование о состоянии здоровья и отсутствии медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом. Администрация не несет ответственности за вред, связанный с ухудшением здоровья, если состояние здоровья Клиента ухудшилось в результате острого заболевания, обострения травмы или хронического заболевания. Администрация не несет ответственности за вред здоровью и/или имуществу, причиненный противоправными действиями третьих лиц.

3.9. Самостоятельно определить для себя возможность посещения Центра исходя из физического самочувствия и состояния здоровья.

3.10. Пройти инструктаж по технике безопасности и пожарной безопасности при посещении Центра.

3.11. Все занимающиеся обязаны быть в спортивной форме (спортивный костюм, майка, трусы) и спортивной обуви, не причиняющей вреда покрытиям стадиона.

3.12. При плохом самочувствии Клиент (спортсмен-учащийся) обязан прекратить занятия и сообщить об этом ответственному лицу (тренеру), администратору.

Для оказания первой помощи пострадавшим при занятиях спортивными играми у дежурного администратора имеется аптечка,

укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами.

#### **4. КЛИЕНТАМ ЦЕНТРА ЗАПРЕЩАЕТСЯ:**

4.1. Пользоваться Услугами, не входящими в стоимость оплаченных Услуг.

4.2. Передавать право посещения (пропуск) другому лицу.

4.3. Оплачивать услуги в порядке, не предусмотренном настоящими правилами.

4.4. При проведении групповых занятий, соревнований находиться на стадионе без тренера, ответственного лица или инструктора.

4.5. Находиться на территории Центра в состоянии алкогольного опьянения и (или) в состоянии, вызванном потреблением наркотических средств, психотропных веществ, их аналогов, токсических или других одурманивающих веществ, а также иметь при себе:

алкогольные, слабоалкогольные напитки, пиво;

наркотические средства, психотропные вещества, их аналоги, токсические или другие одурманивающие вещества;

холодное, огнестрельное, газовое или иное оружие, составные части и компоненты оружия, взрывчатые вещества и боеприпасы;

предметы, поражающее действие которых основано на использовании горючих веществ;

специально изготовленные или приспособленные предметы, использование которых может представлять угрозу жизни и здоровью людей, причинить материальный ущерб физическим лицам, организациям, препятствовать проведению спортивно-массового мероприятия, за исключением случаев, предусмотренных законодательными актами;

бьющиеся предметы;

предметы, вес которых превышает 5 килограммов:

животных (птиц).

4.6. Курить на территории и в любых помещениях Центра.

4.7. Принимать пищу в местах, предназначенных для тренировок и в зонах отдыха.

4.8. Заниматься с голым торсом.

4.9. Выбрасывать жевательную резинку на покрытие стадиона.

4.10. Самовольно проникать в служебные помещения Центра, к которым относятся кабинеты, технические помещения, самостоятельно регулировать любое инженерно-техническое оборудование.

4.11. Повреждать оборудование и элементы оформления сооружения, зеленые насаждения и иной инвентарь (имущество).

4.12. Использовать территорию (помещения) Центра без разрешения администрации для занятия коммерческой, рекламной, агитационной

и иной деятельностью, не зависимо от того, связано ли это с получением дохода.

## **5. АДМИНИСТРАЦИЯ ЦЕНТРА ИМЕЕТ ПРАВО:**

5.1. Отказывать Клиенту в предоставлении Услуг в случае нарушения им общественного порядка, настоящих правил, правил техники безопасности или создании угрозы жизни, здоровью или имуществу других Клиентов (тренеров-преподавателей, спортсменов-учащихся) и работников Центра.

5.2. Удалять посетителей, нарушающих настоящие правила, при этом возврат стоимости оплаченных Услуг не производится.

## **6. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД НАЧАЛОМ ЗАНЯТИЙ:**

6.1. Опасные факторы:

травмы при падении;

выполнение упражнений без разминки;

травмы при нарушении требований безопасности.

6.2. Перед каждой тренировкой обязательно проведение тщательной разминки.

Разминка в начале тренировки разогревает мышцы, увеличивает эластичность связок и сухожилий, готовит организм к работе и включает в себя различные махи, наклоны, растягивающие упражнения.

6.3. Ответственное лицо (тренер) до начала занятий:

проверяет состояние, готовность стадиона и наличие необходимого инвентаря;

отсутствие посторонних предметов в месте проведения занятий;

инструктирует участников по технике безопасности и противопожарной безопасности, правилам поведения, безопасной технике при выполнении упражнений.

## **7. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ ЗАНЯТИЙ:**

7.1. На занятиях необходимо строго соблюдать дисциплину, выполнять требования и указания преподавателя, тренера, ответственного лица, дежурного администратора.

7.2. Занятия спортсменов-учащихся должны проходить под руководством тренера.

7.3. Разминочные гимнастические упражнения проводятся за пределами беговых дорожек.

7.4. При проведении занятий на беговых дорожках:

движение по беговым дорожкам по кругу осуществляется против часовой стрелки. Первая и вторая дорожка предназначены для быстрого бега. Разминочный бег осуществляется по внутренней дорожке;

при перестроении сначала необходимо убедиться, что этим не создается помеха иным бегущим;

обгон совершается справа и плавно.

7.5. При проведении занятий по прыжкам в длину:

место приземления должно быть ровным, рыхлым, без посторонних предметов;

во время прыжков следует периодически перекапывать песок, чтобы исключить жесткое приземление;

подсобный инвентарь (грабли, лопаты) должен находиться не ближе 1 м от прыжковой ямы. Грабли класть на землю зубьями вниз;

дорожка для разбега должна быть ровной, твердой и не иметь выбоин, особенно в месте отталкивания;

необходимо соблюдать безопасную дистанцию при поточных прыжках;

после приземления в прыжковую яму необходимо воспользоваться щеткой для обметания песка.

7.6. При проведении занятий по прыжкам в высоту:

места разбега и отталкивания должны быть ровными и сухими;

не допускать поспешности с поднятием планки на предельную высоту;

не применять способы прыжков в высоту, не предусмотренные учебной программой и правилами соревнований.

7.7. При проведении занятий в секторах по метанию:

перед метанием убедиться, что в направлении броска никого нет;

осуществлять выпуск снаряда способом, исключающим срыв;

при групповом метании стоять с левой стороны от метającego;

в сырую погоду насухо вытирать руки и снаряд;

находясь вблизи зоны метания, следить за тем, чтобы выполняющий бросок был в поле зрения, не поворачиваться к нему спиной, не пересекать зону метаний бегом или прыжками;

после броска идти за снарядом только с разрешения тренера (ответственного лица), не производить произвольных метаний;

при метании в цель предусмотреть зону безопасности при отскоке снаряда от земли;

не передавать снаряд друг другу броском;

не метать снаряд в необорудованных для этого местах.

7.8. При проведении занятий на теннисных кортах:

не размахивать ракеткой;

бить по мячу только в заданном направлении;  
не подходить сзади и сбоку к играющему и подающему;  
не выходить на площадку во время розыгрыша;  
при перемещениях к мячу – смотреть, где находятся другие игроки;  
не стоять близко к спортсменам, которые выполняют упражнения с ракетками или другими предметами.

7.9. На территории стадиона категорически запрещается:  
пересекать дорожки, двигаться против общего движения, резко менять свою дорожку, останавливаться внезапно;  
при перестроении делать резкие движения;  
заниматься в наушниках;  
бегать шеренгой;  
висеть на сетке или ограждениях;  
ударять покрытие спортивных площадок;  
кричать, нецензурно выражаться, громко разговаривать и отвлекать других во время выполнения упражнений;  
использовать спортивное оборудование и инвентарь не по прямому назначению.

## **8. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ:**

8.1. При возникновении стихийного бедствия немедленно прекратить занятия, организованно покинуть стадион;

8.2. При получении травмы тренер (ответственное лицо):  
немедленно организовывать оказание первой помощи лицу (лицам), с которым произошел несчастный случай, вызов на место несчастного случая медицинских работников;

принять меры к устранению причин, вызвавших несчастный случай;  
информировать о несчастном случае дежурного администратора, законного представителя лица, с которым произошел несчастный случай, или лицо, представляющее его интересы.

## **9. ОТВЕТСТВЕННОСТЬ:**

9.1. За совершение противоправных действий виновные лица несут ответственность в соответствии с законодательством Республики Беларусь.

9.2. Возмещение ущерба причиненному Центру осуществляется в соответствии с законодательством Республики Беларусь.

9.3. Разрешение всех возникших спорных вопросов между Клиентами и сотрудниками Центра осуществляется администратором, в необходимых случаях – заместителями директора или директором Центра.

Старший администратор



Л.Н.Козлова