

# **Provozní řád posilovny v areálu ZŠ Rokytnice v O.h.**

## **Provozovatel posilovny:**

**Základní škola Rokytnice v Orlických horách, okres Rychnov nad Kněžnou,  
příspěvková organizace, Školní 232, 517 61 Rokytnice v O.h.  
IČO: 75015340, DIČ: CZ75015340**

Provozem a správou posilovny je pověřen p. Jaroslav Unger a Miroslav Rücker, správce a osoba poučená na základě pracovní smlouvy.

## **1. Provozní doba posilovny**

Provoz posilovny je denně v pracovním týdnu a to od 8.00 do 16.00. V tomto časovém období halu využívá pouze žáci základní školy. Veřejnost využívá posilovnu ve zbývajících volných hodinách od 16.00 do 21.00 a o víkendech dle zájmu. Otevřeno pro veřejnost je závislé na provozu ostatních zařízení areálu.

## **2. Popis zařízení posilovny**

Prostor posilovny se skládá z následujících vzájemně propojených provozních součástí: Vstupní část, 4 x šatny se sprchami a sociálním zařízením z toho 2x dámská a 2x pánská. Plocha o rozměrech 10 x 10 m. Vybavení posilovny je stroji Heinz Kettler GmbH. Na všechny dodané stroje je vystavena revize a návod k použití včetně cvičebních programů.

## **3. Organizace provozu posilovny**

Posilovna slouží jak pro školní mládež tak pro veřejnost. Výuka ZŠ probíhá denně od 8.00 do 16.00 hodin. V těchto hodinách je zákaz vstupu pro veřejnost. Veřejnost může posilovnu využít v odpoledních a večerních hodinách. Všichni dodržují provozní řád:

- a. Posilovna je určena k rekreačnímu sportovnímu vyžití.
- b. Po celou dobu cvičení musí být v prostorách posilovny přítomny minimálně 2 osoby.
- c. Posilovna je v provozu dle stanoveného časového rozvrhu, který musí být bezpodmínečně dodržován. (Od 22:00 musí být bezpodmínečně dodržován noční klid!)
- d. Vstup do posilovny je možný jen s platnou vstupenkou.
- e. Vstup do posilovny je povolen pouze v čisté a kvalitní obuvi se světlou podrážkou a ve vhodném pro cvičení určeném sportovním oblečení. K převlékání a odložení oblečení slouží výhradně šatna. Odkládání oblečení mimo prostor šatny je zakázáno.
- f. V celém prostoru posilovny platí přísný zákaz konzumování potravin, kouření, používání otevřeného ohně a požívání alkoholických nápojů. Povoleny jsou pouze nealkoholické nápoje v plastových obalech. Osobám pod vlivem alkoholu nebo jiných omamných látek je vstup do prostor posilovny zakázán.
- g. Návštěvník přítomný v posilovně neruší ostatní při cvičení, je slušný a ohleduplný vůči všem ostatním přítomným cvičencům.
- h. Správce a zástupci správce posilovny nesou odpovědnost za dodržování pořádku a čistoty v celém prostoru sportoviště.

- i. Všichni cvičenci jsou povinni dbát pokynů správce posilovny a zástupců správce.
- j. Cvičenci jsou odpovědní za dodržování pořádku v celém prostoru posilovny, za ochranu majetku a za škody vzniklé porušením provozního řádu. Veškeré zjištěné závady jsou povinni neprodleně hlásit obsluze, nebo některé z odpovědných osob. Jakékoliv úpravy vybavení posilovny jsou zakázány.
- k. Provozovatel neodpovídá za škodu na vnesených věcech cvičenců do prostor posilovny.
- l. Cvičenci v prostorách posilovny užívají zařízení na vlastní nebezpečí, přičemž se před užitím přesvědčí, zda veškeré zařízení nevykazuje závady bránící bezpečnému užívání.
- m. Cvičenci užívají prostory posilovny pouze k účelům, ke kterým jsou určeny a dodržují v těchto prostorách všechny zásady bezpečnosti, hygieny a požární ochrany.
- n. Cvičenci nesmí vstupovat do technického zázemí posilovny bez svolení správce posilovny.
- o. V době školního vyučování se vyučující se žáky řídí směrnicí ředitele ZŠ a jsou odpovědní za provoz, bezpečnost a uzamčení posilovny.

#### **4. Pravidla chování v posilovně**

- a. Činky, osy činek a další kovové předměty neodkládejte na koženkový potah laviček a posilovacích strojů. Na koženkové potahy je zakázáno stoupat v obuvi.
- b. Při cvičení používejte vlastní ručník. Chráníte tím své zdraví a koženkový potah laviček a posilovacích strojů před agresivním působením potu.
- c. Mějte u sebe vždy dopomoc a to především u bench-pressu, dřepů, tlaků s osou za hlavu a podobných náročných cvičích.
- d. Činky odkládejte na podlahu tak, aby nedošlo k jejímu poškození.
- e. 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.
- f. Kontrola, promazání a čištění přístrojů dle požadavků výrobce 1x ročně nebo dle potřeby.

#### **5. Závěrečná ustanovení**

- a. V případě porušení provozního řádu, bude návštěvníkovi zamezen vstup do zařízení bez nároku na vložené prostředky.
- b. Tento provozní řád nabývá platnosti dnem podpisu ředitele školy.
- c. Při změně podmínek provozu, či změně způsobu užívání bude vydán dodatek provozního řádu.
- d. Poplatek za užívání posilovny je stanoven provozovatelem. Každý uživatel posilovny je povinen dodržovat tento provozní řád.

Dne.15.4.2006

Mgr. Zdeněk Dušek  
ředitel školy

Zpracoval: Miroslav Růcker