



Регламент безопасности для занимающихся на льду ледовой арены «Красная Машина»

1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ

1.1. К занятиям на льду допускаются занимающиеся, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья, прошедшие инструктаж по правилам безопасности для занимающихся на льду. Прохождение инструктажа подтверждается собственноручной подписью занимающегося в журнале учета работы спортивной, физкультурно-оздоровительной группы.

1.2. Занимающийся, допущенный к занятиям на льду должен соблюдать:

1.2.1. требования настоящего регламента;

1.2.2. правила посещения ледовой арены «Красная машина»;

1.2.3. расписание занятий.

1.3. Занимающийся, при посещении занятий на льду, обязан иметь:

1.3.1. сменную обувь, коньки;

1.3.2. спортивную одежду, соответствующую температурным условиям;

1.4. Занимающемуся запрещается входить в служебные и прочие технические помещения ледовой арены «Красная машина», самостоятельно регулировать любое инженерно-техническое оборудование.

1.5. Занимающийся обо всех обнаруженных неисправностях инвентаря, оборудования и других неполадках должен сообщить тренеру-инструктору, администратору ледовой арены «Красная машина», приступить к занятиям только после устранения неисправностей и допуска тренера-инструктора к возобновлению занятий.

2. ТРЕБОВАНИЯ ПЕРЕД НАЧАЛОМ ЗАНЯТИЙ

2.1. Занимающийся обязан:

2.1.1. приходить за 30 минут до начала занятий;

- 2.1.2. снять кольца, браслеты, цепочки;
 - 2.1.3. проверить исправность спортивного инвентаря;
 - 2.1.4. иметь необходимую спортивную форму (одежду), коньки должны быть подобраны по размеру ноги. Занимающийся, форма (одежда), и или обувь которого не соответствуют требованиям безопасности при выполнении физических упражнений на льду, отстраняется от занятий;
 - 2.1.5. переодеться в раздевалке, надеть на себя спортивную форму и обувь;
 - 2.1.6. убрать из карманов спортивной формы посторонние предметы;
 - 2.1.7. под руководством тренера-инструктора подготовить инвентарь и оборудование, необходимые для проведения занятий. При обнаружении дефектов обратиться к тренеру-инструктору.
- 2.2. Занимающемуся запрещается:
- 2.2.1. приносить и использовать в помещениях ледовой арены «Красная машина» и на льду стеклянную, жестяную тары, жевательную резинку, любые колющие и режущие предметы, ядовитые и взрывоопасные вещества, принимать пищу в раздевалке;
 - 2.2.2. бегать по коридорам, лестницам, в раздевалках, в рекреациях ледовой арены «Красная машина»;
 - 2.2.3. приступать к занятиям непосредственно после приема пищи, или после больших физических нагрузок;
 - 2.2.4. посещать занятие при наличии медицинских противопоказаний (в том числе при наличии простудных заболеваний, открытых ран, травм);
 - 2.2.5. фотографировать и снимать видео в раздевалках;
 - 2.2.6. приступать к занятию без команды тренера-инструктора;
 - 2.2.7. фотографировать и снимать видео в раздевалках.

3. ТРЕБОВАНИЯ ВО ВРЕМЯ ЗАНЯТИЙ

- 3.1. Занимающийся должен знать и соблюдать настоящие правила и правила эксплуатации спортивного оборудования и инвентаря. Занимающийся вправе самостоятельно запросить у тренера-инструктора проведение инструктажа по правилам эксплуатации спортивного оборудования и инвентаря, правилам поведения на льду.
- 3.2. Занимающийся обязан:
- 3.2.1. строго выполнять правила использования тренажеров, учитывая их конструктивные особенности, выполнять указания тренера-инструктора, соблюдать дисциплину;
 - 3.2.2. соблюдать необходимый интервал между занимающимися;
 - 3.2.3. при плохом самочувствии, болях в суставах, мышцах конечностей, сильном покраснении кожи, неприятных ощущениях в глазах, возникновении

кровотечения, прекратить выполнение упражнений и сообщить об этом тренеру-инструктору.

3.3. Занимающемуся запрещается:

3.3.1. использовать неисправное оборудование и инвентарь;

3.3.2. использовать оборудование и инвентарь не по его прямому назначению;

3.3.3. создавать травмоопасные ситуации для себя и окружающих;

3.3.4. выполнять упражнения на неисправных, непрочных установленных и ненадежно закрепленных тренажерах и оборудовании;

3.3.5. портить имущество ледовой арены «Красная машина» (рисовать на стенах, срывать объявления и т.п.);

3.3.6. кричать, нецензурно выражаться и вызывающе вести себя в любом помещении ледовой арены «Красная машина»;

3.3.7. самостоятельно фотографировать и снимать видео во время занятий.

4. ТРЕБОВАНИЯ В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

4.1. Занимающийся обязан:

4.1.1. при срабатывании оповещения системы противопожарной безопасности в помещении ледовой арены «Красная машина» (при включении звукового сигнала) немедленно покинуть это помещение;

4.1.2. во всех случаях обнаружения пожара или его признаков (дым, запах гари) немедленно сообщить об этом тренеру-инструктору, администратору и персоналу ледовой арены «Красная машина», по возможности принять меры по эвакуации людей, а при условии отсутствия угрозы жизни и здоровью людей меры по тушению пожара в начальной стадии;

4.1.3. во всех случаях повреждения технических средств или другой ситуации, угрожающей жизни и здоровью окружающих, по возможности немедленно сообщить тренеру-инструктору, администратору ледовой арены «Красная машина» и покинуть опасную зону;

4.1.4. при внезапном выключении освещения дождаться его включения, не передвигаться в неосвещенном помещении. При длительном отсутствии света двигаться в направлении горящих табличек «Выход»;

4.1.5. при обнаружении малейших признаков отравления, или раздражения кожи, слизистых оболочек глаз и верхних дыхательных путей, ухудшения самочувствия немедленно сообщить об этом тренеру-инструктору.

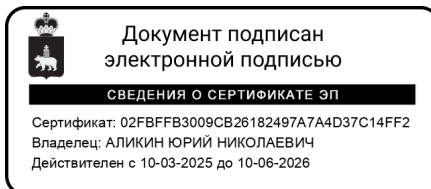
5. ТРЕБОВАНИЯ ПО ОКОНЧАНИИ ЗАНЯТИЙ

5.1. Занимающийся обязан:



- 5.1.1. организованно убрать используемый инвентарь и оборудование в места, предназначенные для его хранения;
- 5.1.2. переодеться в чистую одежду в раздевалке;
- 5.1.3. покинуть раздевалку в течение 30 минут после окончания занятий.

Директор



Аликин Ю.Н.

