

Правила посещения групповых программ

1. Во избежание травм посещайте занятия, соответствующие Вашему уровню подготовки.

2. Групповые занятия проводятся по утвержденному расписанию. Изменения в расписание вносятся администрацией в одностороннем порядке (замена инструктора, вида занятия, отмена занятия).

3. Для посещения групповых тренировок необходимо предварительно записаться на сайте или в приложении клуба. Перед тренировкой необходимо надеть на руку бумажный браслет у администраторов рецепции.

4. На одно направление групповых тренировок, обозначенных в расписании - «Требуется предварительная запись», клиент может записаться на сайте клуба или в мобильном приложении не более чем 3 раза в течении недели. Запись открывается за 24 часа до начала тренировки. В случае предварительной отмены **своей записи** (за 2 часа до начала занятия), запись возможна в другое время и день текущей недели.

5. Запись аннулируется с началом тренировки, поэтому при опоздании предварительная запись не гарантирует вам место в группе. Тренер вправе отказать клиенту в посещении занятия, если группа уже заполнена.

6. В случае опоздания на занятие более, чем на 10 минут, инструктор имеет право не допустить Вас к занятию, т. к. это опасно для Вашего здоровья.

7. Посещайте групповые занятия в специальной спортивной одежде и обуви, предназначенной для тренировки в спортивном зале (занятия в шлепанцах запрещены). Желательно наличие полотенца и бутылки с водой.

8. В залах групповых программ не разрешается использовать открытые емкости для воды, в том числе пластиковые стаканчики.

9. На групповых занятиях не разрешается использовать собственную хореографию и свободные веса без разрешения инструктора.

10. Члены клуба обязаны убирать за собой после занятий спортивный инвентарь и предметы личного пользования.

11. Резервировать места в залах групповых программ не разрешается.

12. Не допускается посещение групповых занятий детьми до 14 лет, за исключением специализированной группы.

13. Пользование мобильными телефонами во время групповых занятий не разрешается.

14. Занятия в уличной или грязной обуви запрещены.

15. Самостоятельные занятия в залах групповых программ могут осуществляться в период времени, свободный от групповых уроков, указанных в расписании, и предварительного резервирования на персональный тренинг.

16. Будьте внимательны, соблюдайте технику безопасности.

Соблюдение этих правил позволит нам сделать Ваше пребывание в клубе максимально приятным и безопасным.

С уважением, Администрация.