

## Regulamin korzystania z siłowni MPK Sp. z o.o. we Wrocławiu

### I. ZASADY OGÓLNE

1. Zarządcą siłowni jest MPK Sp. z o.o. we Wrocławiu.
2. Z siłowni mogą korzystać pracownicy i emeryci MPK Sp. z o.o. we Wrocławiu, seniorzy legitymujący się Wrocławską Kartą Seniora oraz osoby, które otrzymały stosowne upoważnienie od osoby sprawującej nadzór nad funkcjonowaniem siłowni, a także wypełniły oświadczenie, iż zapoznały się z treścią Regulaminu korzystania z siłowni MPK Sp. z o.o. we Wrocławiu.
3. Siłownia dla pracowników i emerytów MPK Sp. z o.o. we Wrocławiu jest czynna całą dobę od poniedziałku do niedzieli.
4. Osoby legitymujące się Wrocławską Kartą Seniora mogą korzystać z siłowni w soboty i niedziele w godzinach 9:00- 17:00.
5. Pomieszczenie siłowni jest monitorowane.
6. W pomieszczeniach siłowni mogą przebywać wyłącznie osoby ćwiczące.
7. Użytkownikami siłowni mogą być wyłącznie osoby, które zaakceptowały postanowienia niniejszego regulaminu oraz zobowiązały się do jego stosowania, potwierdzając akceptację zapisów niniejszego regulaminu poprzez wypełnienie oświadczenia dostępnego w dyspozytorni Zajezdni Autobusowej.  

Użytkownicy siłowni po wypełnieniu oświadczenia przekazują je dyspozytorowi Zajezdni Autobusowej, który zobowiązany jest do prowadzenia rejestru osób, które zaakceptowały Regulamin siłowni i złożyły stosowne oświadczenie.
8. Klucze do siłowni dostępne będą w dyspozytorni Zajezdni Autobusowej.
9. Użytkownicy siłowni każdorazowo zobowiązani są do wpisania godziny i daty rozpoczęcia ćwiczeń na terenie siłowni oraz godziny ich zakończenia. Książka wejść i wyjść znajduje się w dyspozytorni Zajezdni Autobusowej.
10. Z siłowni może korzystać tyle osób ile jest sprawnych urządzeń.
11. Użytkownicy zobowiązani są do bezwzględnego podporządkowania się komunikatom oraz sygnałom o charakterze ostrzegawczym lub informacyjnym.
12. Bez zgody MPK Sp. z o.o., zabrania się prowadzenia na terenie obiektu jakiegokolwiek działalności zarobkowej, a w szczególności działalności handlowej, marketingowej i usługowej, rozprowadzania ulotek, sprzedaży towarów, oferowania i wykonywania usług.
13. Zarządca nie ponosi odpowiedzialności za utratę, uszkodzenie lub zniszczenie rzeczy wniesionych na teren siłowni, a ponadto nie odpowiada za rzeczy pozostawione przez użytkowników.
14. Wszystkie urządzenia siłowni oraz sprzęt do ćwiczeń mogą być wykorzystywane tylko zgodnie z ich przeznaczeniem.
15. Użytkownicy siłowni zobligowani są każdorazowo posprzątać po sobie miejsce ćwiczeń oraz każdorazowo zdezynfekować urządzenie po zakończeniu ćwiczeń.
16. Osoby ćwiczące będą ponosić odpowiedzialność finansową za wszelkie wyrządzone przez siebie zniszczenia/szkody na terenie siłowni.

## **II. ZASADY KORZYSTANIA Z SIŁOWNI**

1. Z siłowni mogą korzystać pracownicy i emeryci MPK Sp. z o.o. we Wrocławiu, seniorzy legitymujący się Wrocławską Kartą Seniora oraz osoby, które otrzymały stosowne upoważnienie od osoby sprawującej nadzór nad funkcjonowaniem siłowni, których stan zdrowia pozwala na wykonywanie ćwiczeń fizycznych.
2. Jakiegokolwiek wypadki, do których dojdzie w siłowni nie będą traktowane przez MPK Sp. z o.o. jako wypadki w pracy albo wypadki w drodze lub z pracy. Czas spędzany przez pracowników MPK Sp. z o.o. w siłowni i czynności tam wykonywane nie mają związku z pracą. Jest to czas wolny pracownika, który ten organizuje na własną odpowiedzialność.
3. Pracownicy uprawnieni są do korzystania z siłowni tylko i wyłącznie w czasie, w którym nie świadczą pracy na rzecz Spółki.
4. Przed ćwiczeniem należy sprawdzić stan urządzenia – wszelkie usterki, uszkodzenia sprzętu i przyrządów należy zgłaszać dyspozytorowi Zajezdni Autobusowej, który jest zobowiązany do przekazania tych informacji osobie odpowiedzialnej za nadzór nad funkcjonowaniem siłowni, tj. Kierownikowi Zajezdni Autobusowej.
5. Zabrania się wykonywania ćwiczeń na przyrządach uszkodzonych lub niesprawnych.
6. Ćwiczący zobowiązani są wykonywać ćwiczenia bezpiecznie, tzn. ćwiczyć z takimi obciążeniami, nad którymi są w stanie sami zapanować. Ćwiczenia z większym obciążeniem należy wykonywać przy asekuracji drugiej osoby.
7. MPK Sp. z o.o. nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy pozostawione bez nadzoru na terenie siłowni.
8. Użytkownicy siłowni MPK Sp. z o.o. zobligowani są posiadać:
  - a) strój sportowy,
  - b) zmienne obuwie sportowe,
  - c) duży ręcznik, przeznaczony wyłącznie do treningu.
9. Po zakończeniu ćwiczenia użytkownik zobowiązany jest odłożyć urządzenia/sprzęt na miejsce jego usytuowania i zdezynfekować je, a także przewietrzyć pomieszczenie.
10. Na terenie siłowni zabrania się:
  - a) biegania (nie dotyczy korzystania z bieżni),
  - b) używania urządzeń oraz sprzętu treningowego w sposób niezgodny z ich przeznaczeniem,
  - c) wnoszenia przedmiotów stanowiących zagrożenie dla zdrowia i życia użytkowników (tj. w szczególności ostrych narzędzi, szklanych opakowań, puszek etc.),
  - d) wstępu i przebywania dla osób, znajdujących się w stanie wskazującym na spożycie napojów alkoholowych lub będących pod wpływem substancji odurzających i psychotropowych,
  - e) wszczynania fałszywych alarmów,
  - f) niszczenia wszelkich rzeczy stanowiących wyposażenie siłowni,
  - g) zaśmiecania i zanieczyszczania pomieszczeń,
  - h) palenia tytoniu,
  - i) palenia papierosów elektronicznych,
  - j) wprowadzania zwierząt.

### *///. POSTANOWIENIA KOŃCOWE*

1. Osobą odpowiedzialną za nadzór nad funkcjonowaniem siłowni jest Kierownik Zajezdni Autobusowej, a w przypadku jego nieobecności zastępuje go Kierownik ds. Ruchu.
2. Skargi i wnioski można składać do Prezesa Zarządu MPK Sp. z o.o. przesyłając na adres e-mail: sekretariat@mpk.wroc.pl.