



Апарт-отель и СПА СНЕГА 4*
354392, г. Сочи пос. Эсто-Садок, ул. Эстонская 105
sneга-spa.ru | info@sneга-spa.ru | +7 800 200 44 39

Утверждаю

управляющий апарт-отеля СНЕГА 4*

WELCOME SPA&SPORT SNEGA

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ПРИ ПОСЕЩЕНИИ КЛУБА SNEGA SPA&SPORT



Термины и определения.

Клуб **SNEGA SPA&SPORT** – оздоровительно-спортивный комплекс, включающий в себя тренажерный зал, зону раздевалок, термальную зону, бассейн и джакузи.

Посетитель/Гость - юридическое или физическое лицо, получающее, заказывающее либо имеющее намерение получить или заказать услуги комплекса.

Внимательно изучите Правила до пользования услугой в SNEGA SPA&SPORT. При нарушении данных Правил администрация имеет право отказать Посетителю в предоставлении услуг.

Во избежание несчастных случаев, дети до 16 лет находятся на территории бассейнов только под присмотром родителей или уполномоченных представителей не моложе 18 лет, не более 3-х детей на одного сопровождающего. Детям до 16 лет запрещено находиться на территории **SNEGA SPA&SPORT** без присмотра родителей.

1. Режим работы **SNEGA SPA&SPORT** с 08.00 до 22.00, ежедневно без перерыва и выходных. При техническом обслуживании режим работы **SNEGA SPA&SPORT** может быть изменен.
2. Администрация вправе закрывать бассейн на регламентное обслуживание по сливу и чистке чаш бассейнов на период до 10 дней.
3. Администрация не несет ответственности за неудобства, вызванные проведением коммунальными службами профилактических или аварийных работ.
4. Перед посещением **SNEGA SPA&SPORT** каждый Гость (посетитель) должен внимательно ознакомиться с Правилами, получить, если требуется, разъяснения, необходимые для надлежащего исполнения Правил им и лицами, за которых он несет ответственность (далее - подопечными лицами). Правила должны безоговорочно соблюдаться всеми лицами, находящимися на территории **SNEGA SPA&SPORT**. Каждый посетитель также должен безоговорочно выполнять указания сотрудников и инструкторов (спасателей).



Апарт-отель и СПА СНЕГА 4*
354392, г. Сочи пос. Эсто-Садок, ул. Эстонская 105
sneга-spa.ru | info@sneга-spa.ru | +7 800 200 44 39

5. Администрация не несет ответственности за негативные последствия, вызванные несоблюдением Правил, игнорированием содержащихся в них требований или указаний, получаемых от сотрудников и инструкторов (спасателей). Каждый Гость несет личную ответственность за состояние своего здоровья во время посещения **SNEGA SPA&SPORT**. По требованию администрации посетитель, отказывающийся выполнять Правила и (или) указания по безопасному нахождению на территории **SNEGA SPA&SPORT**, обязан незамедлительно покинуть территорию **SNEGA SPA&SPORT**.
6. Гость обязан не допускать оставления детей (лиц, находящихся под опекой (попечительством)) без присмотра на всей территории **SNEGA SPA&SPORT**, а также нахождение детей, (лиц, находящихся под опекой (попечительством)), без сопровождения родителей (иных сопровождающих лиц) рядом с бассейнами, в бассейнах и иных водных объектах.
7. Несовершеннолетние лица в возрасте до 16 лет могут посещать **SNEGA SPA&SPORT** только в сопровождении совершеннолетних лиц (старше 18 лет), имеющих право на их сопровождение путем предоставления оригинала свидетельства о рождении и (или) иного документа (расписка от родителей, написанная в произвольной форме, заверенная их подписями), подтверждающего права на сопровождение ребенка. Администрация вправе отказать в посещении **SNEGA SPA&SPORT** лицу, которое не может подтвердить свою личность, в том числе возраст, или наличие прав на сопровождение находящегося с ним ребенка.
8. При посещении **SNEGA SPA&SPORT** гостю необходимо подойти к администратору и дать ключ от номера. В обмен администратор дает гостю браслет/ключ от шкафчика в раздевалке. На один ключ от номера дается один ключ от ящика в раздевалке. При невозможности предоставления ключа от номера предоставляется залог в размере 500 рублей.
9. Администрация не несет ответственности за оставленные без присмотра или забытые вещи в помещениях **SNEGA SPA&SPORT**, включая персональные ящики в раздевалках. При необходимости Гость может воспользоваться специальной ячейкой для хранения ценных вещей, расположенной на ресепшп **SNEGA SPA&SPORT** (при наличии свободной).
10. При входе в **SNEGA SPA&SPORT** необходимо надевать бахилы поверх уличной обуви.
11. Для посещения **SNEGA SPA&SPORT** необходимо иметь с собой резиновую обувь с нескользящей рифленой подошвой.
12. Халат выдается гостям, которые приобрели платное посещение в **SNEGA SPA&SPORT**. Полотенце выдается всем гостям **SNEGA SPA&SPORT**.
13. Перед посещением **SNEGA SPA&SPORT** каждый посетитель должен оценить свое состояние здоровья на предмет соответствия условиям пребывания в СПА-центре, физические и психоэмоциональные возможности, умение плавать в отношении себя и своих подопечных (детей). Территория **SNEGA SPA&SPORT** является зоной повышенного риска травмирования. Каждый посетитель, получая право на посещение

Клуба, подтверждает, что он ознакомился с Правилами, согласен с ними и обязуется их безоговорочно исполнять, осознает последствия нарушения Правил, если необходимо - заручился согласием своих законных представителей, а также добровольно принимает на себя риски, связанные с посещением Клуба им и его подопечными, гарантирует достоверность информации о возрасте и противопоказаниях ребенка (детей).

14. Администрация рекомендует воздержаться от посещения **SNEGA SPA&SPORT**:

- беременным женщинам, имеющим любые осложнения или особенности протекания беременности, грудным детям;
- лицам с кардиостимулятором или сердечно-сосудистыми заболеваниями, с нестабильным кровяным давлением;
- лицам с повышенной чувствительностью кожи к хлорированной воде;
- лицам с заболеваниями опорно-двигательного аппарата, в период обострения хронических заболеваний или прохождения курса лечения/реабилитации в связи с недавними травмами, не переносящим физических нагрузок за пределами обычных бытовых нагрузок;
- лицам с психоневрологическими заболеваниями, а также лицам, подверженным сильным аллергическим или эмоциональным реакциям;
- лицам с другими заболеваниями или особенностями, когда есть риск негативной реакции организма на пользование бассейнами, саунами и другим оснащением СПА-центра.

15. Посещение **SNEGA SPA&SPORT** запрещено лицам:

- находящимся под действием алкогольных, наркотических или токсических средств, иных средств, понижающих реакцию организма на внешние раздражители;
 - с открытыми ранами, с наложенными на части тела лангетами, бинтами, повязками, пластырями;
 - посетителям чья температура тела превышает 37.2, на территорию бассейна строго не допускаются;
 - страдающим лихорадкой, конъюнктивитом, кожными, инфекционными заболеваниями или другими недугами, которые могут представлять собой угрозу санитарно-эпидемиологическому состоянию СПА-центра или здоровью других посетителей;
 - лицам с выраженными нарушениями психики или неадекватной реакцией.
- Администрация вправе отказать в посещении **SNEGA SPA&SPORT** любому лицу, на которого распространяются запреты, установленные Правилами, а также любому лицу, чье состояние или поведение может представлять собой угрозу общественному порядку, имуществу, безопасности, санитарно-гигиеническому благополучию на территории Клуба или здоровью посетителей, при оскорблении или применении физической силы к любым сотрудникам Клуба и гостиничного комплекса.

16. В Клуб **SNEGA SPA&SPORT** запрещено проносить с собой:

- алкоголь и иные влияющие на реакцию вещества;
- напитки и еду (кроме специального детского питания для младенцев);



Апарт-отель и СПА СНЕГА 4*
354392, г. Сочи пос. Эсто-Садок, ул. Эстонская 105
sneга-spa.ru | info@sneга-spa.ru | +7 800 200 44 39

- представителей флоры и фауны, в том числе животных, птиц, рептилий и насекомых;
- все виды оружия, взрывчатые, воспламеняющиеся, отравляющие, радиоактивные, токсичные вещества, средства индивидуальной защиты (в том числе газовые баллончики, электрошокеры и проч.), а также вещества, обладающие неприятным или сильным запахом, пачкающие вещества;
- надувные круги любых размеров, матрасы, надувные игрушки и прочее плавательное снаряжение, за исключением жилетов и нарукавников;
- колющие и режущие предметы, предметы из стекла и иные хрупкие предметы, от которых могут возникнуть осколки (кроме солнцезащитных очков);
- резиновые мячи;
- лекарства и медикаменты;
- переносные колонки, магнитофоны и иную технику.

17. В Клубе **SNEGA SPA&SPORT** запрещается:

- находиться на территории в нерабочие часы;
- создавать конфликтные ситуации, выражаться нецензурной бранью, допускать оскорбительные выражения и хулиганские действия в адрес других лиц;
- находиться в уличной обуви без бахил, а также в тапочках, предоставляемых отелем для использования в номерах;
- входить на территорию зоны бассейна с пакетами, сумками и прочими скоплениями вещей;
- находиться женщинам без верхней части купальника (топлес);
- курить и иным образом использовать табачные изделия, электронные сигареты или кальяны, иные приспособления, имитирующие курение или похожие на него действия на территории **SNEGA SPA&SPORT**;
- входить в любые технические или служебные помещения, иные помещения, не предназначенные для посетителей;
- ходить без обуви, препятствующей скольжению на мокрой поверхности (в связи с возможностью получения травмы);
- бегать и шуметь на территории **SNEGA SPA&SPORT**;
- распространение рекламной продукции и расклейка объявлений на территории;
- строго запрещено нырять в бассейн;
- При превышении количества гостей на территории комплекса вход в **SNEGA SPA&SPORT** может быть ограничен. Информацию по загрузке Клуба можно узнать на ресепшн Wellness Club **8 800 200 44 39 ; 8 (938) 8630662**



ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ ФИТНЕС-ЗАЛА SNEGA SPA&SPORT.

Нахождение в фитнес-зале детей в возрасте до 7 лет запрещено. Нахождение в фитнес-зале детей с 7 лет возможно только под полную ответственность находящихся с ними родителей или уполномоченных лиц.

- Настоящие Правила посещения тренажерного зала (далее по тексту - Правила) разработаны с целью создания безопасных и комфортных условий для тренировок. Правила обязательны для всех посетителей тренажерного зала.
- Посещение фитнес-зала возможно только в спортивной одежде и сменной спортивной обуви. Рекомендуется использовать удобную закрытую обувь с резиновой и нескользящей подошвой. Запрещается использовать обувь на высоких каблуках, с кожаной подошвой, с шипами, тренироваться босиком или в открытой обуви.
- Соблюдайте правила личной гигиены, во время тренировки используйте личное полотенце, не применяйте резкие парфюмерные запахи.
- Рекомендуется снять с себя предметы, представляющие опасность при занятиях в тренажерном зале (часы, висючие серьги и т.п.), убрать из карманов колющиеся и другие посторонние предметы.
- Необходимо следить, чтобы длинные и свободные детали одежды, шнурки, полотенца не попадали на движущиеся части тренажеров.
- После выполнения упражнений Гость обязан убрать используемое им спортивное оборудование (блины, гантели, штанги, инвентарь и т.д.) на специально отведенные места.
- При поломке или порче спортивного инвентаря необходимо прекратить занятия и сообщить об этом администратору Клуба **SNEGA SPA&SPORT**. Занятия продолжать только после устранения неисправностей или замены спортивного оборудования (инвентаря).
- Любой тренажёр в зале может быть временно ограничен для использования по техническим причинам (ремонт, профилактические работы).
- В помещении фитнес-зала запрещается:
 - самостоятельно регулировать систему кондиционирования и вентиляции зала;
 - заниматься с голым торсом;
 - находиться в халате и тапочках;
 - использовать самостоятельно без специального разрешения персонала технику, принесенную с собой; включать музыкальное сопровождение;
 - производить физические упражнения вблизи зеркал, витражных остекленных дверей, оборудования и инвентаря;
 - передвигать тренажеры и иное оборудование без разрешения администратора **SNEGA SPA&SPORT**
- приступать к занятиям при незаживших травмах и общем недомогании.

- Во время занятия рекомендуется самостоятельно следить за своим самочувствием и подбирать нагрузку, соответствующую Вашему уровню физической подготовленности. Персонал **SNEGA SPA&SPORT** не несет ответственности за состояние вашего здоровья и возможный травматизм.
- Участники тренировок обязаны бережно относиться к используемому инвентарю, уважительно относиться к другим участникам тренировок, соблюдать инструкции ведущего тренировки сотрудника (тренера).
- При наступлении плохого самочувствия во время занятий тренировки необходимо прекратить. При любых травматических повреждениях во время занятий необходимо немедленно обратиться к персоналу **SNEGA SPA&SPORT**.
- Просим Вас с пониманием отнестись к требованиям персонала **SNEGA SPA&SPORT**, касающимся соблюдения безопасности во время занятий в тренажерном зале. Это снизит риск получения травмы на тренировке. Помните, Вы несёте личную ответственность за своё здоровье.
- В случае аварийной ситуации, пожалуйста, незамедлительно проинформируйте работников **SNEGA SPA&SPORT**. Если Вам необходима помощь, обратитесь к персоналу Клуба.

ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ БАССЕЙНА КЛУБА **SNEGA SPA&SPORT**.

Перед посещением бассейна посетители обязаны ознакомиться с правилами и рекомендациями по безопасному поведению на территории от сотрудников бассейна. Риски получения травм, причинения ущерба, а также иные риски, связанные с игнорированием рекомендаций и требований, возлагаются на посетителей.

1. Режим работы бассейна может быть изменен при возникновении внестатных ситуаций или при неотложном техническом перерыве.
2. Взрослые обязаны постоянно следить за состоянием, поведением и местонахождением сопровождаемых ими детей на территории акватермального комплекса, никогда не оставлять сопровождаемых детей без присмотра!
3. Внос алкогольных и безалкогольных напитков на территорию бассейна и джакузи запрещен.
4. Для исключения травмирования себя и других посетителей при пользовании бассейна запрещено пользоваться: любыми видами украшений или аксессуаров, в том числе заколками, серьгами, клипсами, цепочками, кулонами, ожерельями, кольцами, часами, браслетами и т.п.
5. Противопоказания при посещении бассейна: любые хронические заболевания в фазе обострения; венерические заболевания, злокачественные образования на коже; стенокардия; нарушения сердечного ритма (аритмия); любые заболевания кожи, в том числе гнойные и грибковые; гельминтозы.
6. Посещение бассейна запрещено лицам:

- находящимся под действием алкогольных, наркотических или токсических средств, иных средств, понижающих реакцию организма на внешние раздражители;
 - с открытыми ранами, с наложенными на части тела лангетами, бинтами, повязками, пластырями;
 - страдающим лихорадкой, конъюнктивитом, кожными, инфекционными заболеваниями или другими недугами, которые могут представлять собой угрозу санитарно-эпидемиологическому состоянию акватермального комплекса или здоровью других посетителей;
 - лицам с выраженными нарушениями психики или неадекватной реакцией;
7. В бассейне запрещается:
- пользоваться бассейнами в состоянии любой степени алкогольного или иного опьянения, под воздействием препаратов, которые влияют на реакцию;
 - находиться женщинам без верхней части купальника (топлес);
 - плавать в носках, в любом виде обуви, джинсовых шортах, футболках, платьях, сетках, парео и других предметах одежды, не предназначенных для купания в бассейнах;
 - находиться в бассейне с едой, напитками, жевательными резинками;
 - плавать с распущенными волосами;
 - прыгать, нырять, погружаться иным способом в воду с бортиков и лестниц бассейнов, удерживать друг друга под водой, выполнять акробатические трюки, свистеть, кричать, петь, без повода звать на помощь, выражаться нецензурно, бегать, прыгать, толкаться, переносить детей на плечах или в других опасных при падении позах, ходить по решеткам, забираться на бортики бассейнов, трубы и поручни, декоративные элементы интерьера, привлекать к себе внимание без причины или совершать действия, которые могут привести к получению травмы, причинению ущерба, вызвать испуг, другую стрессовую реакцию;
 - ходить без обуви, препятствующей скольжению на мокрой поверхности (в связи с возможностью получения травмы);
 - в раздевалках запрещается выжимать купальные принадлежности, полотенца на пол.
8. Перед посещением бассейна гость (посетитель) обязан принять душ.
9. Купание допускается только в купальных костюмах: для мужчин плавки купальные; для женщин женский купальник открытый или закрытый; буркини - сильно закрытый купальник для тех, чье вероисповедание не позволяет обнажать тело.
10. Дети младенческого возраста (до трех лет) должны посещать бассейн в специальных подгузниках для плавания.
11. Категорически запрещено нахождение на территории бассейна детей до 16 лет, не умеющих плавать без спасательных жилетов и сопровождения взрослых.
12. Посетитель обязан входить в бассейны по специальным лестницам, которыми оборудованы бассейны. Спускаться нужно не спеша, держась за перила.
13. Если количество находящихся в бассейне посетителей превышает максимальное допустимое для этого бассейна количество, доступ новых посетителей в бассейн может быть прекращен, пока количество пользователей бассейна не уменьшится.



Апарт-отель и СПА СНЕГА 4*
354392, г. Сочи пос. Эсто-Садок, ул. Эстонская 105
sneга-spa.ru | info@sneга-spa.ru | +7 800 200 44 39

14. Запрещено бронирование шезлонгов полотенцами или личными вещами. Администрация вправе убрать невостребованные более часа полотенца или личные вещи с шезлонгов на ресепшн или в комнату потерянных вещей (lost and found).
15. Передвижения по помещению бассейна должны быть осторожными, во избежание падения на мокром полу.
16. Лицам, не умеющим плавать, запрещено находиться в бассейне вдали от борта бассейна или входа в него, исключая для себя возможность в любой момент ухватиться за опору. При использовании бассейна также запрещено: прыгать, нырять или погружаться в воду иными способами с бортиков бассейнов, так как размеры бассейнов не рассчитаны на подобные погружения и это может привести к травмированию; ходить по решеткам, закрывающим переливные лотки бассейнов; проявлять избыточную активность, в том числе допускать избыточную активность подопечных, или совершать иные действия, которые могут представлять опасность для окружающих.

ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ ТЕРМ КЛУБА **SNEGA SPA&SPORT**

1. Посещение сауны, хаммама, бань разрешается только тем лицам, чье физическое и психическое состояние позволяет без вреда для здоровья и психоэмоционального статуса испытывать воздействие высоких и низких температур, стремительного перепада температур. Сауны и хамам не предназначены для посещения людьми, имеющими проблемы с сердцем, сосудами, давлением, иные медицинские противопоказания, чувствительными к температурному режиму окружающей среды и перепадам температур, беременными женщинами и детьми.
2. Противопоказания для посещения сауны и хаммама: алкогольное опьянение, острые заболевания инфекционной и иной формы, лихорадка (повышение температуры), выраженный атеросклероз сосудов с поражением различных систем и органов, активный туберкулез, инфекционные заболевания кожи, злокачественные новообразования, склонность к кровотечениям, тромбозам, эмболиям, выраженные расстройства обмена веществ при сахарном диабете, кахексии, гипертиреоз, выраженная глаукома, психозы и психопатии, гипертония второй и третьей стадии, ишемическая болезнь сердца и стенокардия; перенесенный инфаркт миокарда; онкологические заболевания; катаракта; эпилепсия и психические расстройства; тяжелая форма бронхиальной астмы; заболевания щитовидной железы; воспалительные процессы внутренних органов; открытые раны и кровотечения; осложнения при беременности; не рекомендуется детям до 3 лет; повышенная температура тела; визит в баню при менструации может усилить кровопотерю; беременность, особенно первые и последние недели; после перенесенных заболеваний сердца и сосудов; варикозное расширение вен, головная боль.

3. Перед посещением терм Гость (посетитель) обязан принять душ.
4. При использовании терм посетитель обязан неукоснительно следовать правилам, определенным для этой термы, и инструкциям сотрудника (инструктора), в том числе:
 - перед входом снять обувь и надеть шапочку для бани (покрыть голову полотенцем) для предупреждения перегрева;
 - использовать индивидуальное полотенце, исключая прямой контакт кожного покрова с полками и иными поверхностями (предварительно стелить полотенце на сиденье для соблюдения требований личной гигиены);
 - первый заход в сауну должен длиться не более 5-10 минут, в зависимости от состояния организма, затем необходим перерыв не менее 20 минут. Второй и третий заход в сауну допускаются только при удовлетворительном самочувствии и должны длиться не более 10-15 минут;
 - покинуть сауну, хамам или баню при малейшем недомогании или ощущении дискомфорта;
 - обязательно принимать душ после посещения терм, перед погружением в воду бассейна.
5. При посещении терм запрещено:
 - лить воду на электрокаменку;
 - находиться в состоянии любой степени опьянения, под воздействием препаратов, которые понижают реакцию;
 - выливать, распылять или иным образом использовать воду, аэрозоли и другие вещества на печках;
 - посещать сауну или хамам в украшениях;
 - использовать в сауне или хаммаме мобильные телефоны и другую технику;
 - самостоятельно регулировать температуру или переключать любые приборы;
 - прикасаться к тэнам, трубам, камням и другим паровым и нагревательным элементам;
 - подходить с боков от чаши подачи пара, прислоняться к местам выхода пара;
 - пользоваться принесенными с собой: кремами, мазями, маслами, иными средствами, предназначенными для нанесения на кожу, вениками и другими банными приспособлениями;
 - накрывать каменку в сауне посторонними предметами, сушить полотенца, бриться, стирать и сушить вещи, осуществлять другую деятельность, кроме парения;
 - посещать сауны или хамам детям до 16 лет без сопровождения взрослых;
 - оставлять сопровождаемых подопечных лиц без присмотра.

Посещение комплекса бань, сауны и хаммама в **SNEGA SPA&SPORT** находится полностью под контролем Посетителя. Внимание! Слишком долгое пребывание в сауне, хаммаме или бане вызывает повышение температуры тела, обезвоживание организма, сгущение крови и затруднение кровотока – это может быть опасно для здоровья Посетителя.



ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ Акватермальной зоны, тренажерного зала и бьюти-зоны в **SNEGA SPA&SPORT.**

- Запись на процедуры осуществляется заранее непосредственно на стойке ресепшн у администратора, либо по телефону **8 800 200 44 39 ; 8 (938) 8630662 ресепшн**
- 1. Посетитель обязан предупредить об имеющихся противопоказаниях к проведению процедуры.
- 2. Не рекомендуется принимать пищу за час до процедур.
- 3. На процедуру необходимо прийти за 15-20 минут до начала, для того чтобы успеть переодеться и, при желании, попариться перед процедурой.
- 4. При опоздании на процедуру мы оставляем за собой право сократить время проведения процедуры, либо отказать в предоставлении услуги во избежание задержки последующих резерваций.
- 5. Администрация оставляет за собой право отказать посетителю в обслуживании в случае грубых нарушений этикета: отказ в обслуживании лицам, находящимся в состоянии алкогольного, наркотического опьянения или при неадекватном поведении.

ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ КЛУБА SNEGA SPA&SPORT при использовании Клубного членства и абонементов.

Термины и определения.

Клубное членство- это покупка контракта на посещение Клуба на определенный период и получение определенного набора услуг, согласно действующего прейскуранта.

Карта клубного членства является средством идентификации, позволяющим идентифицировать физическое лицо как Члена Клуба, и подтверждением права на пропуск в Клуб и пользование Услугами. Предоставление карты обязательно при каждом визите на бумажном или электронном носителе. Продажа контракта на клубное членство осуществляется путем заключения договора в двух экземплярах.

Абонемент – набор Услуг, неотделимых друг от друга и сформированных по усмотрению Клуба, которые предоставляются Гостям, в зависимости от продолжительности, порядка предоставления, особенностей предоставления, режима, состава и т.п. Абонемент может быть использован несколькими Гостями одновременно.



Апарт-отель и СПА СНЕГА 4*
354392, г. Сочи пос. Эсто-Садок, ул. Эстонская 105
snega-spa.ru | info@snega-spa.ru | +7 800 200 44 39

