Утвержден Приказом

Руководителя сети фитнес – клубов «Броско - Фитнес»

№ 022 от 22 июня 2021

г. Оренбург

**ДОГОВОР ПУБЛИЧнОЙ ОФЕРТЫ**

*на оказание фитнес-услуг*

Данный документ является официальным предложением (публичной офертой) Самозанятой Григорьевой Юлии Александровны, действующего на основании свидетельства самозанятого в лице Григорьевой Юлии Александровны , в дальнейшем именуемого - «Исполнитель» и содержит все существенные условия оказания услугИсполнителем.

В соответствии с пунктом 2 статьи 437 Гражданского Кодекса Российской Федерации в случае

принятия изложенных ниже условий и оплаты услуг юридическое или физическое лицо,производящее акцепт этой оферты становится Заказчиком (в соответствии с пунктом 3 статьи 438 ГКРФ акцепт оферты равносилен заключению договора на условиях, изложенных в оферте).В связи с вышеизложенным, внимательно прочитайте текст данной публичной оферты и, если Вы не

согласны с каким-либо пунктом оферты, Исполнитель предлагает Вам отказаться от использования услуг.

Исполнитель заключает Договор на оказание услуг на нижеследующих условиях с любым дееспособным физическим лицом или действующим юридическим лицом, именуемым для целей

Договора «Заказчиком», и принявшим условия настоящей оферты путем совершения действий,

указанных в п. 4.

Заказчик, заключая Договор публичной оферты, получает фитнес-услуги на территории любого фитнес-клуба, работающего под брендом «Броско - Фитнес»

**1. Предмет оферты**

1.1. Предметом настоящей оферты является предоставление Заказчику фитнес-услуг в соответствиис условиями настоящей публичной оферты, дополнениями к публичной оферте, текущим прайс-листом (прейскурантом) Исполнителя и выраженных в Заявлении - акцепте.

1.2. Публичная оферта и приложения к публичной оферте являются официальными документами и

публикуются на официальном сайте Исполнителя (адрес – www.brosko.ru), а также на информационном стенде на территории фитнес-клуба Исполнителя. Перечень и стоимостьпредоставляемых фитнес-услуг определяется Прейскурантом (Приложение № 5), являющимся неотъемлемой частью Договора.

1.3. Местом оказания Услуг (далее по тексту «Клуб») является любой объект недвижимого имущества,являющийся физкультурно-оздоровительным сооружением, работающий под вывеской «Броско - фитнес», адресакоторых указаны на сайте фитнес - клуба, и которые специальнопредназначены и содержат в себе площадки и/или помещения, оснащенные специальными техническими средствами для организации проведения физкультурных, физкультурно-оздоровительных мероприятий и иных услуг.

**2. Термины и определения**

В целях настоящей оферты нижеприведенные термины используются в следующих значениях:

2.1. «Клуб» - фитнес-клуб Исполнителя, оказывающий фитнес-услуги Заказчику.

2.2. «Фитнес-услуга» - деятельность Исполнителя по удовлетворению потребностей Заказчика в

формировании, поддержании и укреплении здоровья, физической реабилитации, а также проведениифизкультурно-оздоровительного и спортивного досуга.Фитнес-услуги могут предоставляться в виде: пакета фитнес-услуг (с оформлением клубной карты),абонементов на занятия в группах, персональных фитнес-программ, разовых персональныхтренировок, гостевого визита, в зависимости от предложений фитнес-клуба установленныхПрейскурантом, действующим на дату оформления сторонами Заявления-акцепта и получение фитнес - услуг.

2.3. «Студия функционального фитнеса»- Студияс двумя залами, для клиентов с любым уровнем подготовки.Персональный тренер у каждой группы.

2.4. «Абонемент» - определенный Заявлением -акцептом набор фитнес-услуг Клуба, согласнодействующего Прейскуранта, приобретаемый Заказчиком.

2.5. «Пользователь фитнес-услуг (Заказчик)» - Физическое лицо, имеющее намерение заняться

и/или занимающееся фитнесом для поддержания и укрепления здоровья, физической реабилитации,а также для проведения физкультурно-оздоровительного и спортивного досуга и достиженияспортивных результатов.

2.6. «Член Клуба» - потребитель фитнес-услуг, в пользу которого изготовлена Клубная Картаи перечень услуг абонемента которого определен видом Абонемента согласно действующегоПрейскуранта.

2.7. «Клубное членство» - наличие у Члена Клуба действующей Клубной Карты.

2.8. «Клубная карта» - идентификационная пластиковая карта, оплаченная в соответствии с условиями настоящего договора и дающая привилегии в виде скидок на потребление любых видов фитнес – услуг.

2.9. «Заморозка» – приостановка оказания фитнес-услуг Исполнителем на определенное количество дней по заявлению Заказчика при сохранении длительности абонемента.

2.10. «Дополнительные услуги» - фитнес- диагностика, предоставление полотенец, халатов, тапочек, услуги фитнес-бара, услуги по консультации специалиста по питанию , услага пользования личным кабинетом , мастер классы ,услуги по реализации спортивного питания и пищевых добавок, услуги солярия, массажа, детской игровой комнаты и другие услуги, оказываемые Клубом на платной основе. Виды, объемы и стоимость дополнительных услуг, определяются Прейскурантом фитнес-услуг Клуба.

2.11. «Прейскурант фитнес-услуг» - перечень предоставляемых исполнителем фитнес-услуг с

указанием их стоимости, действующий на дату оформления сторонами Заявления - акцепта и получения конкретных фитнес-услуг либо комплекса фитнес – услуг, перечень которых указывается в разделе «Акции» на официальном сайте Клуба в сети Интернет и в Прейскуранте.

2.12. «Правила посещения Клуба» - свод обязательных правил поведения и пользования фитнес-объектом, правил техники безопасности при получении фитнес-услуг и условий посещения Клуба Пользователями услуг Клуба, а также третьих лиц, в пользу которых совершено Заявление -акцепт.

2.13. «Официальный сайт Клуба» - страница Клуба в сети Интернет по адресу <http://www.brosko.ru>

**3. Права и обязанности сторон**

**3.1. Клуб обязуется:**

3.1.1. Обеспечить надлежащее качество оказываемых услуг по настоящему Договору.

***3.1.2. Обеспечить при входе в клуб возможность антибактериальной обработки рук и контроля термометрии сотрудников и клиентов.***

3.1.3. Обеспечить надлежащее функционирование спортивного оборудования и инвентаря, а также вспомогательных бытовых помещений, предназначенных для пользования Членом Клуба.

***3.1.3. Обеспечить тренировочную площадь (м2) на каждого посетителя в соответствии с требованиями Сан Эпид норм и требований Роспотребнадзора.***

***3.1.4. Обеспечить каждого посетителя оборудованием и площадями тренировочных залов,***

***прошедшими дезинфекционную обработку, в соответствии с Сан Эпид норм и требований Роспотребнадзора.***

3.1.5. Продлить срок оказания услуг по настоящему Договору на период, в течение которого Клуб не функционировал по независящим от Члена Клуба причинам.

**3.2. Клуб имеет право:**

3.2.1. Клуб оставляет за собой право оказывать услуги, указанные в пункте 1.1 настоящего Договора и дополнительные услуги на условиях, отличных от условий настоящего Договора с предварительным оповещением и согласованием с Членом Клуба.

3.2.2. Клуб вправе привлекать третьих лиц для оказания предусмотренных настоящим Договором услуг без согласия Члена Клуба.

3.2.3. Клуб имеет иные права, предусмотренные Правилами Клуба, а также законодательством РФ.

***3.2.4. Клуб оставляет за собой право не допустить к тренировке по показаниям ежедневного анкетирования, результатам термометрии и визуального контроля состояния клиента.***

***3.2.5. Клуб оставляет за собой право не допустить к тренировке без ОБЯЗАТЕЛЬНОЙ предварительной записи.***

***3. 2.6.Клуб оставляет за собой право в случае самостоятельного обнаружения клиентом признаков ОРВИ и повышения температуры и не снятия предварительной записи, не позднее, чем за 2 (два) часа, списать занятие с абонемента.***

**3.3. Член Клуба обязуется:**

3.3.1. Оплачивать Клубу услуги, в порядке и на условиях настоящего Договора.

3.3.2. ***Проходить ежедневное анкетирование, визуальный осмотр и измерения температуры на входе в клуб*** проходить первичную фитнес диагностику, а также все необходимые процедуры, предусмотренные Правилами Клуба, а также действующим законодательством РФ.

***3.3.3.Производить ОБЯЗАТЕЛЬНУЮ (***В СВЯЗИ С ОГРАНИЧЕНИЕМ В КОЛИЧЕСТВЕ ЧЕЛОВЕК НА 1М2 ЗАЛОВ) ***предварительную запись на каждое занятие и в случае повышения температуры и появления признаков ОРВИ, снимать данную запись, не менее, чем за 2(два) часа до начала тренировки.***

***3.3.4. При посещении клуба иметь в наличии и использовать собственную медицинскую маску (маски, в случае пребывания в клубе более 2-х часов).***

3.3.5. Письменно предупреждать Клуб о наличии имеющихся заболеваний (в том числе скрытых), а также о наличии медицинских противопоказаний, которые могут сделать оказываемые по настоящему Договору услуги небезопасными для здоровья Члена Клуба.

3.3.6. Соблюдать Правила Клуба (Приложение №­2) и правила посещения зон Клуба, размещенныев визуально доступном для Члена Клуба месте (информационный стенд) при входе в каждую из указанных зон.

3.3.7. Не передавать Клубную Карту третьим лицам без согласия Клуба.

3.3.8. Незамедлительно информировать Клуб о любых изменениях, способных повлиять на надлежащее исполнение взаимных обязательств по Договору.

3.3.9. В случае, если Член клуба поставил резерв времени в расписании через (личный кабинет, мобильное приложение или менеджера) для посещения определенного вида услуг и не имеет возможности использовать данное время , то он обязан не менее чем за 24 часа отменить данный резерв. В случае если Член клуба зарезервировал время для посещения фитнес клуба и не воспользовался предоставляемой услугой, посещение списывается автоматически.

3.3.10. Если член клуба пропустил занятие по абонементу в студию функционального фитнеса(абонемент в МИНИ ГРУППУ тренажерный зал), занятие списывается с абонемента автоматически. В случае предоставления больничного листа, абонемент продлевается на количество пропущенных дней.

3.3.11. Для приобретения Абонемента на услуги Клуба в рамках Клубного членства Пользователь обязан пройти процедуру регистрации в Клубе, а именно – предоставить документ удостоверяющий личность (паспорт), а в случае оформления Заявления - акцепта в пользу третьего лица – достоверные данные об этом лице с приложением копии документа удостоверяющего личность третьего лица, заполнить полно и достоверно Заявление - акцепт (Приложение № 1), сфотографироваться, получить личную идентификационную клубную карту (для Членов Клуба).

Для заключения контрактов на разовые процедуры Заказчик проходит процедуру регистрации в Клубе путем предоставления документа, удостоверяющего личность (паспорт), заполняет полно и достоверно Заявление - акцепт (Приложение № 1).

Несовершеннолетние, приобретают право на получение физкультурно-оздоровительных услуг на основании абонемента, заключенного с законным представителем несовершеннолетнего лица, который выдает Согласие на посещение ребенком фитнес - клуба (Приложение № 3). При заключении Договора законный представитель обязан представить документы, удостоверяющие его личность, личность несовершеннолетнего лица и подтверждающие законное представительство. Законные представители обеспечивают прохождение соответствующей процедуры регистрации несовершеннолетнего - фотографирование.

**3.4. Член Клуба имеет право:**

3.4.1. За дополнительную плату пользоваться дополнительными не предусмотренными настоящим Договором услугами Клуба.

3.4.2. С письменного согласия Клуба уступить свои права по настоящему Договору, третьему лицу.

3.4.3. Направлять Исполнителю свои мнения, предложения и рекомендации по каждому виду Услуг по настоящему Договору.

3.4.4. В случае утраты клубной карты, имеет право на ее восстановление, при этом он оплачивает стоимость услуг по ее изготовлению согласно действующему Прейскуранту.

3.4.5. Пользоваться услугой Заморозка, в объеме и на условиях, которые предусмотрены

приобретенным контрактом и с соблюдением Правил посещения Клуба.

3.4.6. Пользоваться возможностью ставить резерв времени для посещения фитнес – клуба через (личный кабинет, мобильное приложение или менеджера).

**4. Порядок заключения договора. Стоимость услуг и условия расчетов.**

4.1. Ознакомившись со стоимостью фитнес-услуг на основании Прейскуранта и/или выбрав вид

Услуг в рамках программ «Акция», Заказчик/Пользователь заполняет в Клубе Заявление -акцепт (Приложение №1) наприсоединение к Договору публичной оферты на оказание услуг Клуба, в соответствии сутвержденной формой, после принятия Заявления -акцепта Клубом Договор о публичной оферте пооказанию услуг Клуба автоматически считается заключенным.

4.2. Заявление -акцепт является подтверждением согласия Заказчика/Пользователя с условиями

Договора и присоединения к Договору и ее повторное заполнение не требуется, если Заказчиком/Пользователем приобретается последующий абонемент.

4.3. На основании полученного Заявления - акцепта Заказчик/Пользователь осуществляет оплату в виде внесения аванса выбранной услугинаусловиях,предусмотренныхЗаявлением -акцептом.ПослепроведенияЗаказчиком/Пользователем оплаты выбранной услуги или частичной оплаты (если данное условиепредусмотрено Заявлением -акцептом), Договор вступает в силу.

4.4. Заказчик/Пользователь проводит платежи самостоятельно, в инициативном порядке.

4.5. Заказчик/Пользователь вправе произвести оплатуаванса как наличными средствами, так и безналичнымплатежом на расчетный счет Исполнителя.

4.6. Оплата за абонементы (занятия) для Членов Клуба/Пользователей младше 18 лет производитсяисключительно законными представителями или иными уполномоченными лицами. Денежныесредства от несовершеннолетних детей администрацией Клуба не принимаются.

4.7. Исполнитель приступает к выполнению своих обязательств по данной оферте со дня активации Абонемента в установленном в Правилах посещения Клуба порядке.Активация Клубной карты (абонемента) происходит автоматически при первом пользованииПользователем услугами Клуба, но не позднее 30 дней со дня заполнения Заявки-акцепта, поистечении 30 дней с даты заключения Договора активация Клубной карты происходитавтоматически.

4.8. Услуги считаются оказанными надлежащим образом и в полном объеме, если в течение трех днейс момента окончания срока действия абонемента Заказчиком не выставлена мотивированная

рекламация, признанная Исполнителем обоснованной. Акт оказанных услуг сторонами несоставляется.

4.9. Заказчик/Пользователь вправе отказатьсяот услуг в одностороннем порядке.

4.10. В случае досрочного прекращения предоставления Услуг, в соответствии с настоящей офертой,Заказчик должен начать процедуру отказа от услуг Исполнителя и возврата денежных средств,которая включает в себя следующие действия:

4.10.1. Заказчик /Пользователь направляет на имя руководителя Клуба письменное заявление об

отказе от услуг Клуба(Заполнить заявление необходимо по адресу г.Оренбург ул.Ульянова 69, по вторникам с 10.00 до 17.00) Исполнение абонемента прекращается Исполнителем в день подачи заявления Заказчиком.

4.10.2. Исполнитель принимает заявление и в течение 10 дней с момента приема заявленияпредоставляет Заказчику/Пользователю расчет, в котором указывается сумма денежных средств к

возврату по данному абонементу. И производит возврат денежных средств. В случае неявки Заказчиказа расчетом в указанный срок, Исполнитель не несет ответственности за нарушение сроков возвратаденежных средств. В случае осуществления оплаты по договору Заказчиком в пользу третьего лица,возврат денежных средств осуществляется непосредственно Заказчику.

**4.11. Порядок расчета и условия возврата денежных средств при досрочном прекращениипредоставления услуг Исполнителем по инициативе Заказчика /Пользователя по абонементам:**

4.11.1. Дни и месяцы, дополнительные услуги, подаренные Клубом по специальным акциям, не

увеличивают стоимость абонемента, а включаются в его стоимость по цене, действующей на дату

получения Клубом отказа от оказания услуг.

4.11.2. Денежные средства, подлежащие возврату Заказчику/Пользователю, рассчитываются путем

уменьшения стоимости абонемента на сумму фактических расходов и сумму фактически оказанныхуслуг, включающих в себя:

- затраты на оформление абонемента :

\*изготовление идентификационнойклубной карты (стоимостью – 2500 рублей)

\* регистрация и ведение заказчика в базе Исполнителя(личный кабинет), присвоение индивидуального ID-номера( стоимостью 500 рублей).

- стоимость фитнес-диагностики, в размере, предусмотренном Прейскурантом, действующем на датузаключения Договора;

- стоимость гостевого посещения (пробное занятие), в размере разового посещения, согласно Прейскуранта, действующего на дату заключения Договора;

- стоимость вводной персональной тренировки, в размере, предусмотренном Прейскурантом,

действующем на дату заключения Договора;

- стоимость дополнительных услуг, дней, персональных тренировок, сеансов массажей и др.,

полученные в подарок к контракту по специальным акциям (согласно п. 4.11.1.), согласнодействующего Прейскуранта на дату заключения Договора;

- стоимость фактически оказанных услуг пропорционально количеству дней, месяцев оказания услуг(фактического срока с момента оплаты аванса за абонемент).

4.11.3. Стоимость клубной карты при расчете возврата по абонементам до 3-х месяцев включительно составляет 1500руб.

4.12. В случае, когда Член Клуба,в том числе младше 18 лет, не имел возможности посещать тренировки согласноприобретенного абонемента на посещение сроком не менее 1 месяца, но планирует продолжатьзанятия, Исполнитель по письменному заявлению Заказчика производит процедуру перерасчета ипереноса остатка денежных средств по текущему абонементу в счет оплаты последующего абонемента.Остаток денежных средств по текущему абонементу рассчитывается следующим образом: из суммыабонемента вычитается стоимость фактически использованных тренировок, из расчетастоимости одной услуги, согласно действующего прайс-листа (прейскуранта).Остаток денежных средств по текущему абонементу учитывается при оформлении последующего абонемента, и Заказчик вносит необходимую доплату по приходу Члена Клуба, в том числе младше 18 лет, на первуютренировку по новому абонементу.

4.13. В случае отказа Заказчика от услуг Исполнителя до активации абонемента возврат денежной

суммы производится на основании письменного заявления Заказчика на имя руководителя Клуба в

полном объёме за вычетом оформительского сбора,стоимости клубной картыи регистрации личного кабинета (см. п.4.11.2).

4.14. В случае отказа Заказчика от услуг Исполнителя в течении 14 календарных дней после покупки абонемента, при условии посещения не более одной тренировки или пользование не более одной услугой, возврат денежной суммы производится в полном объеме.

4.15. Услуга «Заморозка» при расчете возврата денежных средств при досрочном прекращении

предоставления услуг Исполнителем по инициативе Заказчика не учитывается и не уменьшает

стоимость абонемента.

4.16. В случае нарушений Заказчиком/Пользователем условий данной оферты и Правил посещенияКлуба (Приложение № 2) денежные средства не возвращаются.

4.17.Возврат по абонементу рассчитывается как : стоимость абонемента делится на количество дней или месяцев включенных в абонемент и умножается на количество не истраченных дней или месяцев с даты оплаты аванса за абонемент , при этом необходимо учитывать, что стоимость каждого месяца входящего в абонемент разная.

При оплате абонемента на 3-и месяца:

За 1-ый месяц удерживается2000 руб.от стоимости абонемента

За 2-ой месяц удерживается 1000 руб. от стоимости абонемента

Оставшаяся сумма распределяется равными долями на оставшиеся месяца.

При оплате абонемента на 6-ть месяцев:

За 1-ый месяц удерживается 3000 руб. от стоимости абонемента

За 2-ой месяц удерживается2000 руб. от стоимости абонемента

Оставшаяся сумма распределяется равными долями на оставшиеся месяца

При оплате абонемента на 12-ть месяцев:

За 1-ый месяц удерживается3000 руб. от стоимости абонемента

За 2-ой месяц удерживается3000 руб. от стоимости абонемента

За 3-ий месяц удерживается 2000 руб. от стоимости абонемента

4-ый месяц удерживается 2000руб. от стоимости абонемента

Оставшаяся сумма распределяется равными долями на оставшиеся месяца.

**5. Ответственность сторон.**

5.1. Исполнитель не несет ответственности за вред, причиненный жизни и здоровью /Пользователя вслучае ненадлежащего исполнения им обязательств по настоящему договору, нарушения требованийинструкторов клуба, Правил Клуба, являющихся неотъемлемой частью настоящего договора.

5.2. Исполнитель не несет ответственности за вред, причиненный здоровью и/или имуществу

Пользователя, противоправными действиями третьих лиц или самого Пользователя.

5.3. Исполнитель не несет ответственности, если причиной нанесения вреда здоровью стало грубоенарушение Правил Клуба, неиспользование вводного инструктажа, нарушение врачебных

рекомендации, а также, если Пользователь тренируется самостоятельно. Факт получения травмы

необходимо зарегистрировать врачами скорой помощи.

5.4. Заключая настоящий Договор, Заказчик/Пользователь соглашается с тем, что он не вправе

требовать от Исполнителя какой-либо компенсации морального, материального вреда или вреда,

причиненного здоровью Пользователю как в течение срока действия настоящего Договора, так и поистечении срока его действия, за исключением случаев, прямо предусмотренных действующим

законодательством Российской Федерации.

5.5. Клуб не несет ответственности за документы, ключи, мобильные телефоны и другие ценные вещи,оставленные без присмотра. Для хранения ценных вещей на рецепции Клуба предусмотреныспециальные депозитные ячейки (бесплатно). За ценные вещи, не сданные на ответственноехранение в депозитные ячейки, Клуб ответственности не несет. Все найденные на территории Клубавещи хранятся в течение одного месяца. Далее утилизируются.

5.6. За технические неудобства, вызванные проведением сезонных, профилактических и аварийныхработ службами коммунального хозяйства муниципального образования Исполнитель ответственностине несет.

5.7. Заказчик/Пользователь несет ответственность за порчу оборудования и имущества Клуба. В

случае причинения Пользователем ущерба имуществу Клуба и/или третьих лиц, в том числе, но не

ограничиваясь, порчи внешнего вида имущества Клуба, его работоспособности, Пользователь несетответственность в размере стоимости поврежденного имущества. Пользователь возмещает стоимостьповрежденного и/или утраченного имущества в течение 10 (десяти) календарных дней с датыполучения требования.

5.8. В случае ненадлежащего исполнения Договора одной из сторон, повлекшего неблагоприятные

Последствиядлядругойстороны,ответственностьнаступаетсогласнодействующемузаконодательству Российской Федерации.

**6. Прочие условия.**

6.1. Стороны освобождаются от ответственности за частичное или полное неисполнение обязательствпо настоящему договору, если это неисполнение явилось следствием обстоятельств непреодолимойсилы, возникших после заключения настоящего договора в результате обстоятельств чрезвычайногохарактера, таких как: наводнение, пожар, землетрясение и другие природные явления, а такжевойна, военные действия, блокада, запретительные действия властей и акты государственныхорганов, разрушение коммуникаций и энергоснабжения, взрывы, возникшие во время действиянастоящего договора, которые стороны не могли предвидеть или предотвратить.

6.2. Все споры или разногласия, возникающие между сторонами по настоящему Договору или в связис ним, разрешаются путем переговоров. Досудебный порядок решения споров является обязательным. При не достижении взаимовыгодных результатов спор передается в суд г. Оренбурга.

6.3. В Клубе ведется видеонаблюдение с целью обеспечения безопасности Пользователей и

сохранности имущества.

6.4.ИсполнительиуполномоченныеимагентыобрабатываютперсональныеданныеЗаказчика/Пользователя в соответствии с положениями подпункта 5 пункта 1 статьи 6 Федеральногозакона от 27.07.2006 г. № 152-ФЗ «О персональных данных».

6.5. Заказчик/Пользователь дает согласие на обработку и хранение персональных данныхИсполнителем и уполномоченных им Агентами, полученных в процессе исполнения Договора в

течение срока действия Договора и по истечении десяти лет после окончания срока действия

Договора.

6.6. Заказчик/Пользователь дает согласие на получение сообщений уведомительного и рекламного

характера, не касающихся хода исполнения Договора, оказания услуг, на номер мобильной связи и

адрес электронной почты, указанные при заключении Договора, а также по адресам контактов,

размещенных им в сети Интернет (в том числе, но не ограничиваясь персональными страницами в

социальных сетях). Заказчик/Пользователь может отозвать данное согласие (т.е. отказаться от

получения сообщений) путем направления соответствующего уведомления Исполнителю вписьменной форме.

6.7. Стороны договорились и согласны, что Клуб осуществляет идентификацию личностиПользователя по фотоизображению, отснятому Исполнителем при регистрации или предоставленномПользователем Клубу.

Пользователь разрешает использовать его изображение и/или видеоизображение путем включения визображения и/или аудиовизуальные произведения, создаваемые Клубом, которые могут быть

обнародованы и/или использованы на Сайте (в том числе в онлайн-трансляциях Клуба), вофициальных группах (сообществах и т.п.) социальных сетей в Интернет, партнерами Клуба, а такжепутем сообщения в эфир по кабелю в Клубе.

6.8. Если Заказчик/Пользователь, которому согласно Договору должны предоставляться услуги, не

воспользовался имеющимся правом по Договору, услуги считаются предоставленными в надлежащемкачестве и объеме (т.е. независимо от фактического посещения Клуба Пользователем).

6.9. Отношения, не урегулированные настоящим Договором, дополнительно регулируются Правиламипосещения Клуба, а также действующим законодательством РФ.

6.10. Акцептом, совершенным в пользу третьего физического лица, признается акцепт, при которомплательщик и лицо, сведения о котором, как о Заказчике, предоставлены при совершении акцепта –заполнении Заявления -акцепта, являются разными физическими лицами. Акцепт в пользу третьегофизического лица (заключение договора в пользу третьего физического лица), может быть совершенна условиях 100% предоплаты.При этом акцептант не имеет права расторгнуть заключенный в пользу третьего физического лицадоговор, без согласия такого третьего лица, если оно выразило желание воспользоватьсяпредоставляемыми по договору Услугами (п.2 ст. 430 ГК РФ). Акцептант несет ответственность задостоверность сведений (персональных данных), указанных им при совершении акцепта в пользутретьего лица.

6.11. Если иное не предусмотрено Абонементом, Стороны и Член клуба соглашаются, что все заявленияЗаказчика/Пользователя, в том числе приложения, дополнительные соглашения к Договору и иныедокументы, будут считаться надлежащим образом оформленными и полученными Исполнителем, еслиони:

-оформлены в письменном виде;

- содержат следующие персональные данные (везде по тексту«ПДн»)Пользователя:

фамилию,имя,отчество,адрес,реквизитыосновногодокумента,удостоверяющего его личность,

- содержат подпись субъекта ПДн;

- получены уполномоченнымлицом Исполнителя и/или доставлены по юридическому адресу Исполнителя, и/или любому адресуоказания Услуг Исполнителем.

**7. Страхование от несчастных случаев**

7.1. Клуб рекомендует, а Член Клуба вправе заключить от своего имени и за свой счет в качестве страхователя и выгодоприобретателя Договор добровольного страхования от несчастных случаев и болезней. Заключение Договора добровольного страхования жизни и здоровья Члена клуба от несчастного случая может осуществляется как одновременно с заключением Договора Клубного Членства, так и в течение всего периода действия последнего.

7.2. Договор добровольного страхования от несчастных случаев и болезней оформляется и заключается с Членом Клуба сотрудником отдела продаж Клуба, действующим на основании доверенности или иных полномочий предоставленных Страховщиком.

7.3. Страховая защита на Члена Клуба по Договору добровольного страхования жизни и здоровья от несчастного случая распространяется только на период фактического нахождения Члена Клуба на территории Клуба.

**8. Приложения к договору.**

Приложение № 1. Заявление -акцепт на присоединение к Договору публичной оферты на оказаниефитнес-услуг.

Приложение № 2. Правила посещения Клуба.

Приложение № 3. Согласие на посещение ребенком фитнес-клуба.

Приложение № 4. Перечень медицинских противопоказаний к занятиям фитнесом.

Приложение № 5. Прейскурант фитнес-услуг.

Приложение № 6. Анкета с целью предотвращения распространения короновирусной и иной инфекции.

**9. Реквизиты Исполнителя.**

Самозанятая Григорьева Юлия Александровна

Юридический адрес: Россия, г. Новотроицк ул. Уральская д. 5 кв.87

ИНН: 560704719690

**Адрес оказания услуг: указаны на официальном сайте Клуба в сети Интернет.**

**Приложение №1 К договору публичной оферты**

**ЗАЯВЛЕНИЕ – АКЦЕПТ**

*О присоединении к Договору публичной оферты*

Персональные данные **Заявителя-Пользователя** (в том числе несовершеннолетнего):

**Фамилия \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Имя\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Отчество\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Дата рождения: \_\_\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Паспортные данные:**

**серия \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_№\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_выдан:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_дата:\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_\_г.**

**Код подр:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**Моб.тел. +7\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Адрес регистрации: г.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ул.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_дом.\_\_\_\_\_\_\_\_\_кв.\_\_\_\_\_**

**Персональные данные Заявителя-Законного представителя несовершеннолетнег:**

Фамилия \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Имя\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Отчество\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Дата рождения: \_\_\_\_/\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_\_

Паспортные данные:

серия \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_№\_\_\_\_\_\_\_\_выдан:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_дата:\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_г.

Код подр:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ E-mail:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_@\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Дом.тел.: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Моб.тел. +7\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Адрес регистрации: г.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ул.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_дом.\_\_\_\_\_\_\_\_\_кв.\_\_\_\_\_

Наименование услуги:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Членский взнос (стоимость услуг по оформлению Членской карты): \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ руб.**

Взнос за абонемент:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ руб.

Срок действия: 12 месяцев\_\_\_,6 месяцев \_\_\_\_\_, 3 месяца\_\_\_\_\_\_\_\_1 месяц\_\_\_\_\_

Вид абонемента: полный (с 9:00 до 22:00)\_\_\_\_\_\_, утро +день (с 9:00 до 17:00)\_\_\_\_, безлимит \_\_\_\_.

Приостановка срока действия: допускается \_\_\_\_ дней \_\_\_\_, не допускается \_\_\_\_\_.

Сумма скидки: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Акция:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

ИТОГОВАЯ СУММА с учетом скидки, акции: руб. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Дата оплаты: \_\_\_\_\_\_\_\_\_­­­­­­­­­\_\_\_\_\_

Вид оплаты: полная частичная

Форма оплаты: наличные безналичный расчет банк Банк - \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Схема рассрочки платежа: 1 этап дата \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_г. Сумма \_\_\_\_\_\_\_\_\_рублей.

2 этап дата \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_г. Сумма \_\_\_\_\_\_\_\_\_рублей.

3 этап дата \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_г. Сумма \_\_\_\_\_\_\_\_\_рублей.

**Я согласна, что зарезервированное мною занятие в фитнес клубе списывается автоматически если я не отменила запись и не воспользовалась данной услугой.**

**Я согласна , что через 30 дней абонемент будет автоматически активирован , в случае если его активация не будет мною сделана раньше.**

**Я согласна проходить ежедневное анкетирование, визуальный осмотр и измерения температуры на входе в клуб.**

**Я согласна производить ОБЯЗАТЕЛЬНУЮ (**В СВЯЗИ С ОГРАНИЧЕНИЕМ В КОЛИЧЕСТВЕ ЧЕЛОВЕК НА 1М2 ЗАЛОВ) **предварительную запись на каждое занятие и в случае повышения температуры и появления признаков ОРВИ, снимать данную запись, не менее, чем за 2(два) часа до начала тренировки.**

**Я согласна, при посещении клуба иметь в наличии и использовать собственную медицинскую маску (маски, в случае пребывания в клубе более 2-х часов).**

Я согласна, что предоставленная мною информация может быть копирована в базу данных и передана компаниям, связанным с Броско фитнес, для управления сетью клубов и для использования в маркетинге.

Я желаю / не желаю (отметьте) получать рекламную информацию, связанную с Броско.

В соответствии со ст.428 ГК РФ Заявитель присоединяется к Публичному договору о предоставлении фитнес – услуг Самозанятой Григорьевой Ю.А., юридический адрес: РФ, г. Новотроицк, ул. Уральская, д 5, кв. 87 условия которого определены в оферте и опубликованы на сайте в сети Интернет по адресу www.brosko.ru (далее — Договор). Клиентом является лицо, фамилия, имя, отчество, а также паспортные данные которого указаны в настоящем Заявлении.

Клиент признает и подтверждает, что настоящее Заявление о присоединении к Публичному договору (далее – «Заявление») является акцептом условий Договора. Клиентом полностью принимаются условия Договора, без каких-либо изъятий и изменений. Клиент ознакомлен с Договором и приложениями к нему и подтверждает свое согласие со всеми разделами Договора и настоящего Заявления. Также Заявитель подтверждает, что условия абонемента распространяются только на Членов Клуба «Броско - фитнес» и просит включить его в список Членов Клуба и оформить ему Карту Члена Клуба.

В соответствии с пунктом 4.16 договора Публичной оферты возврат по абонементу рассчитывается как : стоимость абонемента делится на количество дней или месяцев включенных в абонемент и умножается на количество не истраченных дней или месяцевс даты оплаты аванса за абонемент,при этом необходимо учитывать, что стоимость каждого месяца входящего в абонемент разная.

При оплате абонемента на 3-и месяца:

За 1-ый месяц удерживается 2000 руб. от стоимости абонемента

За 2-ой месяц удерживается 1000 руб. от стоимости абонемента

Оставшаяся сумма распределяется равными долями на оставшиеся месяца.

При оплате абонемента на 6-ть месяцев:

За 1-ый месяц удерживается 3000 руб. от стоимости абонемента

За 2-ой месяц удерживается 2000 руб. от стоимости абонемента

Оставшаяся сумма распределяется равными долями на оставшиеся месяца

При оплате абонемента на 12-ть месяцев:

За 1-ый месяц удерживается 3000 руб. от стоимости абонемента

За 2-ой месяц удерживается 3000 руб. от стоимости абонемента

За 3-ий месяц удерживается 2000 руб. от стоимости абонемента

4-ый месяц удерживается 2000руб. от стоимости абонемента

Оставшаяся сумма распределяется равными долями на оставшиеся месяца.

Так же удерживается сумма за:

\*изготовление идентификационной клубной карты( при покупке абонемента от 1до 3 мес – 1500 руб. от 3х и более мес– 2500 рублей)

\* регистрация и ведение заказчика в базе Исполнителя, присвоение индивидуального ID-номера(стоимостью 500 рублей).

**Член Клуба: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/**

Заполняется в случае если плательщик приобретает абонемент в пользу третьего лица:

**Плательщик по Договору:**

Данные паспорта: серия\_\_\_\_\_\_\_№ \_\_\_\_\_\_ выдан: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_ года, к/п \_\_\_- \_\_\_\_

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/**

**Приложение №2**

**К договору публичной оферты**

**ПРАВЛА ПОСЕЩЕНИЯ КЛУБА**

**1. Правила Клуба «Броско фитнес»**

**2. Членство в Клубе**

2.1. Членство

2.2. Оформление

2.3. Оплата

2.4. Членская карта

2.5. Переоформление (переуступка) Членства

2.6. Приостановление (заморозка) Абонемента

2.7. Досрочное прекращение Абонемента

**3. Правила пребывания в Клубе**

3.1. Ваше здоровье

3.2. Допуск в Клуб

3.3. Этикет в Клубе

3.4. Ваше первое посещение

3.5. Вводный инструктаж

3.6. Групповые занятия

3.7. Тренировки в тренажерном зале

3.8. Сауна

**4. Дополнительные услуги (услуги, не включенные в Абонемент**)

4.1. Персональные тренировки

4.2. Ознакомительные (гостевые) визиты

4.3. Полотенце.

**5. Разное**

5.1. Гардероб, шкафчики.

5.2 Запрет проведения тренировок Членами Клуба

5.3. Фото- и видеосъемка на территории Клуба

5.4. Ответственность

**6. Часы работы Клуба**

**7. Ваши предложения**

--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**1. Правила Клуба «Броско фитнес»**

В клубе «**Броско фитнес**» (Клуб) установлены правила («Клубные правила»), обязательные для всех Клиентов Клуба (Членов Клуба). Просим Вас внимательно ознакомиться с Клубными правилами и придерживаться их. Цель Клубных правил - создание безопасных и комфортных условий для тренировок. Действующие Клубные правила Вы всегда можете попросить на рецепции Клуба. Если кто-либо из Членов Клуба нарушает Клубные правила, Администрация клуба вправе потребовать от данного Члена Клуба воздержаться от нарушения и/или попросить удалиться из Клуба.

**Термины и понятия, используемые в договоре, Правилах Клуба, документах, прейскурантах**

Активация абонемента (начало оказания услуг) - первое посещение Клуба для получения услуг или наступление предусмотренных Договором событий, с которым стороны связывают момент начала оказания услуг.

Диагностика - обязательная для всех Членов Клуба процедура, предусматривающая первичную консультацию специалистов с целью выяснения общего состояния здоровья Члена Клуба, составления рекомендаций по допустимой физической нагрузке и ЛФК, а также выявлению возможных противопоказаний.

Клип-карта – согласованный пакет тренировок, оказываемых Клубом, сформированных по количеству занятий (сеансов) и ограниченных сроком их использования.

Персональная тренировка - индивидуальная тренировка с персональным инструктором Клуба. В персональную тренировку Члена Клуба (в зависимости от требований) входят: составление индивидуальной тренировочной программы, помощь и контроль со стороны инструктора на всем протяжении тренировочного процесса.

Сплит-тренировка - индивидуальная тренировка для двух Членов Клуба одновременно с персональным инструктором Клуба. В сплит-тренировку включаются все позиции «Персональной тренировки», рассчитанные на двух Членов Клуба, списание тренировки происходит одновременно с двух Членов Клуба.

Бесплатная тренировка – первый разовый визит для посещения Клуба.

Зона Клуба - обособленная территория для проведения специализированных мероприятий или оказания услуг.

Приостановка (Заморозка) - приостановление получения услуг Клуба, по предварительному заявлению Члена Клуба, на срок не менее 7 календарных дней, с последующей пролонгацией срока действия карты.

**2. Членство в Клубе**

**2.1. Членство**

Членство в Клубе - это право пользоваться услугами, предоставляе­мыми Клубом, в соответствии с видом приобретенного абонемента, а также право участвовать в Клубных мероприятиях, организуемых для Членов Клуба. Участие во внутриклубных мероприятиях может быть ограничено временем пребывания в клубе, согласно виду членства. Ваше Членство в Клубе является персональным (именным). Срок действия Членства неограничен. Ограничен срок действия абонемента. При приобретении Абонемента с ограниченным временем посещения клуба, время, проведенное сверх определенных Абонементом временных рамок, приравнивается к гостевому визиту и оплачивается согласно действующим тарифам Клуба. В соответствии с видом приобретенного Абонемента предоставляется доступ в:

- зал Броско;

- зал групповых занятий;

- Велнес-зал;

- раздевалки;

- душевые

- санузлы

- сауну;

- массажный кабинет;

- солярий.

Посещение Членом Клуба занятий или пользование услугами, не предусмотренными его видом Абонемента, оплачивается согласно действующим тарифам Клуба.

**2.2. Оформление**

Членство в Клубе оформляется путем Заявления - акцепта у менеджера по продажам, который познакомит Вас с Клубом, видами Абонементов и с условиями их приобретения.

**2.3. Оплата**

Оплата производится в размере, порядке и сроки, определенные договором. Нарушение порядка оплаты основных и дополнительных услуг, является основанием для досрочного расторжения договора Администрацией клуба в одностороннем порядке и удержания суммы задолженности.

**2.4. Членская карта**

Члену клуба выдается Членская карта Клуба, которая одновременно является пропуском в Клуб. Член Клуба не имеет право передавать свою Членскую карту другому лицу. За выдачу дубликата утерянной Членской карты взимается оплата в соответствии действующим тарифом.

**2.5. Переоформление (переуступка) Членства**

Член Клуба имеет право в течение срока действия Клубной карты переуступить свое Членство другому лицу с согласия Администрации клуба. Переоформление Членства оформляется путем подписаниядополнительного соглашенияи сопровождается заявлением. За переоформление Член Клуба производит оплату в соответствии с действующим тарифом.

**2.6. Приостановление (заморозка) Членства**

Член Клуба по письменному заявлению (по форме установленной в Клубе) может временно приостановить Членство в Клубе, если иное не предусмотрено условиями договора. Заявление должно быть сдано не позднее, чем за день до заявляемого срока приостановки на рецепцию Клуба или в отдел продаж. В случае, если нет возможности написать заявление лично, о необходимости приостановить Членство можно сообщить по телефону, либо в личном кабинете с последующим написанием заявления лично, в свое первое посещение.

Минимальный срок приостановки Членства - 3 дня. В течение указанного срока приостановки Клуб не оказывает Члену Клуба услуги, в том числе дополнительные. В течение срока действия приостановки Член Клуба не может посещать Клуб.

По согласованию с Администрацией Клуба, возможно приостановление действия годового и полугодового договора в связи с беременностью и родами Члена Клуба. В этом случае Члену Клуба необходимо предоставить обменную карту установленной формы с отметкой врача (печатью врача и угловым штампом поликлиники) с указанием предполагаемой даты родов. Срок приостановления действия Членства - до 180 дней (60 дней до предполагаемой даты родов и 120 - после).

Так же Член клуба может направить письменно заявление Администрации клуба о возможном продление абонемента в случае предоставления больничного листа сроком более 1 месяца.

Приостановление Абонемента не заменяется денежной компенсацией и не переносится на другой Абонемент.

**2.7. Досрочное прекращение Членства**

Досрочное прекращение Членства в Клубе возможно в следующих случаях:

- по инициативе Администрации клуба в случае однократного либо неоднократного грубого нарушения Членом Клуба Клубных правил;

- по инициативе Администрации Клуба в случае выявления у Члена Клуба документально подтвержденных противопоказаний, создающих угрозу жизни или здоровью иных Членов Клуба и персонала Клуба;

- в других случаях, предусмотренных договором.

В случае досрочного прекращения Членства Администрация клуба возвращает Члену клуба стоимость абонемента за услуги за вычетом стоимости фактически оказанных услуг. Расчет производится исходя из стоимости Абонемента, действующего на момент его приобретения. Конкретные условия расчета при досрочном прекращении действия абонемента устанавливаются договором.

**3. Правила пребывания в Клубе**

**3.1. Ваше здоровье**

Просим Вас внимательно относиться к состоянию Вашего здоровья. Необходимо уведомлять персонал Клуба о любых случаях ухудшения самочувствия, случившегося во время Вашего пребывания в Клубе, а также о любых ограничениях к занятиям физической культурой и спортом. При наличии ограничений к занятиям физической культурой и спортом, подтвержденных справкой врача, Клуб может по просьбе Члена Клуба разработать индивидуальную программу занятий на основании справки врача и указанных в ней рекомендаций.

Нарушение Членом Клуба Клубных правил, наличие у него медицинских противопоказаний, выявленных у него после начала оказания услуг и послуживших основанием для временного прекращения оказания услуг, расценивается как отказ Члена Клуба от оказания услуг в соответствии с договором. Администрация Клуба может прекратить/ограничить оказание услуг, в случае, если действия Члена клуба нарушают Клубные правила. При этом услуги считаются оказанными, компенсация их стоимости Администрацией Клуба не осуществляется.

При наступлении беременности Член Клуба обязан поставить в известность Клуб и предоставить ему справку из женской консультации о сроке и течении беременности. Скрывая факт беременности от врачей Клуба, продолжая посещать занятия в Клубе, Член клуба снимает тем самым ответственность с сотрудников клуба за тренировочный процесс.

* 1. **Допуск в Клуб**

При посещении Клуба, Член Клуба обязан при входе предъявить свою Членскую карту на рецепции Клуба и зарегистрироваться. В случае если Членская карта еще не изготовлена – предъявить документ, подтверждающий приобретение Членства. В данном случае также необходимо иметь при себе документ, удостоверяющий личность с фотографией (паспорт, водительское удостоверение). При входе в Клуб следует надевать бахилы или переодевать уличную обувь.

Клиенты обязаны соблюдать чистоту и нормы гигиены во всех помещениях клуба. На территории Клуба запрещается:

- курить, находиться в нетрезвом состоянии, употреблять спиртные напитки, наркотики и не рекомендованные медицинским персоналом медикаменты;

- приносить и/или хранить любые виды оружия, легко воспла­меняющиеся, ядовитые, взрывчатые вещества;

- приносить пищу на тренировочную зону;

- приводить с собой животных;

- самостоятельно пользоваться кондиционерами, музыкальной и другой аппаратурой Клуба;

- препятствовать соблюдению режимов уборки и проветривания в помещениях Клуба;

- входить на территорию, предназначенную для служебного пользования, за исключением случаев, когда имеется специальное приглашение;

- приносить и пользоваться в помещениях клуба электробытовыми нагревательными приборами.

**3.3. Этикет в Клубе**

***Форма одежды***

Для тренировок в Клубе необходимо иметь предназначенную для этого обувь и одежду. Верхняя и нижняя части тела должны быть закрыты (используйте футболки, майки, спортивные брюки, шорты, кроссовки).

Запрещается тренироваться босиком, в пляжных или домашних тапочках и т. п., исключения составляют специальные классы (например: йога). Перед занятиями не рекомендуется исполь­зовать парфюмерию с резким запахом. Одежда должна быть чистая, опрятная.

***Личная гигиена***

Необходимо соблюдать общие нормы гигиены. Просим обязательно пользоваться душем с применением моющих средств и мочалки перед посещением сауны.

***Соблюдение тишины***

На территории Клуба соблюдайте правила поведения. Запрещается громко и агрессивно разговаривать, использовать ненормативную лексику и делать все, что может помешать окружающим Вас Членам Клуба и обслуживающему персоналу организации. Взаимоуважение - залог комфорта для каждого Члена Клуба.

Клуб стремится обеспечить спокойную обстановку для своих Членов. Любые публичные акции, несогласованные с Администрацией клуба, запрещены. Под публичными акциями мы понимаем также распространение разного рода листовок, проведение рекламных кампаний, видео и фото съемку в политических или коммерческих целях.

***Музыка в Клубе***

Многие Члены Клуба любят слушать музыку во время занятий. В Клубе предусмотрено наличие музыкального оборудования, позволяющего обеспечить музыкальное сопровождение (радио и т.п.). Выбор произведений для музыкального сопровождения осуществляется Администрацией клуба. К сожалению, невозможно, чтобы то или иное музыкальное сопровождение нравилось каждому Члену Клуба. В связи с этим, ответственный сотрудник не может устанавливать музыку по заказу каждого обращающегося. Если общее музыкальное сопровождение Вам мешает, Вам следует при себе иметь портативный проигрыватель с наушниками и пользоваться им по мере необходимости. При этом мы всегда рады Вашим пожеланиям по музыкальному сопровождению в Клубе.

**3.4. Ваше первое посещение**

При первом посещении Клуба вам необходимо:

- пройти диагностику в отделе продаж;

- пройти вводный инструктаж;

- ознакомиться с фитнес-программами и расписанием групповых занятий, предлагаемых в клубе;

- ознакомиться с правилами посещения помещений Клуба,

- иметь при себе документ удостоверяющий личность и временную или постоянную Членскую карту.

Не стесняйтесь задавать вопросы персоналу Клуба, ведь Ваш результат - наша работа. Наши инструкторы всегда рады помочь Вам.

**3.5. Вводный инструктаж**

До начала занятий в Клубе Вам необходимо пройти вводный инструктаж. Вводный инструктаж в клубе Броско проводит инструктор тренажерного зала / инструктор групповых программ. Вы познакомитесь с оборудованием, основными правилами пользования им, получите рекомендации к тренировкам.

**3.6. Групповые занятия**

- Групповые занятия проводятся по расписанию, которое может быть изменено Администрацией клуба. Следите за информацией на стендах.

- Администрация клуба оставляет за собой право замены заявленного по расписанию тренера.

- Во избежание создания травмоопасных ситуаций необходимо приходить на групповые занятия без опозданий. При опоздании более чем на 10 мин, инструктор групповых занятий обязан не допустить Члена Клуба до тренировки.

- Рекомендуется посещать занятия, соответствующие Вашему уровню подготовки и состоянию здоровья. Описание занятий (с указанием требуемого уровня подготовки) Вы можете взять в холле клуба на стенде.

- Резервировать места в залах проведения групповых занятий запрещено.

- После окончания тренировки необходимо вернуть спортивный инвентарь в отведенные для этого места. Во время тренировки воздержитесь от пользования мобильным телефоном.

- Во избежание травмоопасных ситуаций, в связи с наличием детской зоны в клубах, родителям не допускать нахождение детей в зале в момент тренировочного процесса.

**3.7. Тренировки в тренажерном зале**

Перед началом занятий в зале необходимо ознакомиться с правилами пользования тренажерами. Мы просим Вас ознакомиться с инструкцией данного тренажера и следовать инструкции по технике безопасности. Любой из тренажеров может быть ограничен для пользования по техническим причинам (ремонт, профилактические работы).

Суть тренировки в тренажерном зале заключается в чрезвычайно эффективном использовании блочных тренажеров и работа со свободными весами. Тренировка проходит под контролем тренера (если это персональная тренировка или работа в мини-группе). Программа тренировок подбирается в соответствии с Вашими запросами, что помогает быстрее достигнуть результата.

Продолжительность одной тренировки составляет – 60 минут. Оптимальное количество тренировок – в 3 раза в неделю. За одно занятие сжигается до 500 ккал.

**3.8. Сауна**

Перед посещением сауны необходимо ознакомиться с правилами их пользования и выполнять их. Необходимо соблюдать правила безопасности. Использование сауны может быть ограничено (технические перерывы для проведения технических и профилактических работ) в соответствии с расписанием, либо по предварительному уведомлению. В сауне запрещается сушить вещи, использовать эфирные масла (настойки для сауны), а также пользоваться кремами и масками для тела. Просим Вас соблюдать общепринятые меры предосторожности. Перед и после посещением сауны необходимо принимать душ.

**4. Дополнительные услуги**

(услуги, не включенные в Абонемент)

В Клубе также предлагаются дополнительные услуги (не включенные в Абонемент) за отдельную плату, в том числе:

- персональные тренировки (в зале Броско, в зале групповых занятий по всем направлениям аэробики и танцевальным программам, и др.)

- велнес тренажеры,

- массаж,

- солярий,

- магазин товаров Броско,

- пользование полотенцем

Перечень и стоимость дополнительных услуг могут быть изменены по усмотрению Администрации клуба. Условия и порядок приобретения/пользования дополнительными услугами Член Клуба можете уточнить на рецепции.

При приобретении дополнительных услуг необходимо ознакомиться с правилами пользования ими и выполнять данные правила.

**4.1. Персональные тренировки**

Если Вы не знаете, какая программа занятий Вам подходит, то с выбором Вам помогут определиться персональные тренеры. Персональные тренировки осуществляются в соответствии с Правилами проведения персональных тренировок.

**4.2. Ознакомительные (гостевые) визиты**

Член Клуба в установленном порядке может пригласить гостей (гостевой визит) в целях ознакомления гостя с Клубом (друзья, родственники, коллеги). На гостя распространяются Клубные правила, которым он обязанследовать. Дополнительные услуги оказываются гостю на той же основе, что и Члену клуба. В случае если Клубная карта Члена Клуба включает сеансы дополнительных услуг, гость, с согласия Члена Клуба, может воспользоваться услугами в счет Члена клуба. Ответственность за соблюдение гостем Клубных Правил возлагается на Члена Клуба. При посещении Клуба гостем и оформлении гостевого визита, в отделе продаж Клуба, гость должен иметь при себе документ, удостоверяющий личность.

Администрация Клуба оставляет за собой право приостанавливать на неопределеннее количество времени и пересматривать условия оформление и предоставление гостевых визитов Членам Клуба по причине регулирования процессом заполнения Клуба.

**4.3. Полотенца, халаты**

Полотенца и/или халаты выдаются в специально отведенных местах за дополнительную плату в порядке, установленном в Клубе. Перед выходом из Клуба использованное полотенце и/или халат следует сдавать в специально отведенные места. Просим Вас обращаться бережно с предоставляемыми полотенцами и халатами. Полотенца использовать исключительно для гигиены тела, просьба не бросать их на пол и не использовать в качестве лежака в саунах и банях. В случае повреждения/утери Клиент обязан возместить стоимость полотенца и/или халата.

**5. Разное**

**5.1. Гардероб, шкафчики, сейфы**

Верхняя одежда должна сдаваться в гардероб. Шкафчики в разде­валке используются для хранения личных вещей, одежды и обуви. Не разрешается оставлять свои вещи в шкафчиках после окончания тренировок в Клубе (не распространяется на арендуемые шкафчики). Перед уходом из Клуба ключ от шкафчика необходимо сдавать на рецепцию (не распространяется на арендуемые шкафчики). Не оставляйте личные вещи и одежду без присмотра. За утерянные (утраченные, в том числе по причине противоправных действий третьих лиц) вещи Администрация клуба ответственности не несет. По вопросам о забытых вещах просьба обращаться на рецепцию Клуба. Срок хранения забытых вещей - 2 недели, забытых ценных вещей - 30 дней, после чего забытые вещи утилизируются.

За утерю (порчу) имущества Клуба (номерка от гардероба, ключа от шкафчика или ключа от сейфа и др.) Член Клуба возмещает их стоимость в соответствии с действующими тарифами. Если Клиент при получении имущества Клуба не предъявил претензий, данное имущество считается выданным ему в исправном состоянии.

**5.2. Запрет проведения тренировок Членами Клуба**

Члены Клуба могут тренироваться самостоятельно или пользоваться услугами инструкторов, персональных тренеров Клуба. Члены Клуба не имеют права проводить персональные тренировки для других Членов Клуба.

**5.3. Фото- и видеосъемка на территории Клуба**

На территории Клуба запрещается проводить фото- и видеосъемку без предварительного согласования с Администрацией клуба.

**5.4. Ответственность**

Члены Клуба несут ответственность за вред, причиненный Клубу (например, за уничтожение, утерю, повреждение материальных ценностей) в соответствии с действующим законодательством. Администрация клуба не несет ответственности за вред, причиненный жизни, здоровью или имуществу Члена Клуба, если юридический факт наличия вины Администрации клуба, повлекший причинение вреда, не будет определен в судебном порядке. Администрация Клуба не несет ответственности за сохранность автомобиля Члена Клуба, находящегося на открытой автомобильной стоянке Клуба, а также за сохранность находящихся в нем вещей. Клуб не несет ответственности за вред, связанный с ухудшением здоровья Члена Клуба, если состояние здоровья ухудшилось в результате острого заболевания, обострения травмы или хронического заболевания. Клуб не несет ответственности , если причиной нанесения вреда здоровью стало грубое нарушение правил пользования тренажерами. Клуб не несет ответственности за технические неудобства, вызванные проведением городскими властями сезонных профилактических и ремонтно-строительных работ. В случае необходимости и для комфорта Членов клуба допускается введение новых пунктов Правил.

**5.5**. В случае, если Член клуба поставил резерв времени в расписании через (личный кабинет, мобильное приложение или менеджера) для посещения определенного вида услуг и не имеет возможности использовать данное время , то он обязан не менее чем за 24 часа отменить данный резерв. Если клиент не выписался и не пришел на занятие, посещение списывается автоматически.

**6. Часы работы Клуба**

Клуб открыт ежедневно (кроме 1 января) и праздников установленных государственными органами в соответствии с установленными часами работы:

- будние дни - с 9:00 до 21:00ч.;

- выходные и праздничные дни - с 10:00 до 17:00ч.

Занятия в Клубе необходимо завершить за 20 минут до окончания работы Клуба и покинуть Клуб не позднее установленного времени окончания работы Клуба. При нарушении данного правила, время, проведенное в клубе, приравнивается к гостевому визиту и оплачивается согласно действующим тарифам Клуба. Вход в Клуб менее чем за 30 минут до закрытия запрещается.

Члены Клуба могут находиться в помещении Клуба в рамках временного диапазона, оговоренного в договоре на приобретении Клубного Членства.

Клуб может изменять часы работы в течение сезона, и, в случае технической или иной необходимости, а также обстоятельств, не зависящих от Администрации клуба, временно закрывать помещения Клуба (отдельные тренировочные территории и пр.), а также сам Клуб без выплаты Администрацией Клуба любого рода компенсаций. Временное (на срок не более 10 (десяти) календарных дней в течение полугода по причине ремонта, технического обслуживания помещений/оборудования или на другой срок при наступлении обстоятельств, не зависящих от Администрации клуба) ограничение работы саун и другого оборудования, также не может являться основанием для требования выплаты Администрацией Клуба любого рода компенсаций.

Следите за информацией на стендах Клуба.

Полная информация о сети клубов «**Броско фитнес**» - на сайте www.[brosko.ru](https://clck.yandex.ru/redir/LvUXD5J6I4o?data=UVZ5S3FTUHlHUXd3YUZQV3FqamdOcTJpYWk1NmF4bm5jQ0l3bWtzUjBRcm04VTRwdG1LOU5iMnBPM3E2WWMyYnJyeTlMU2dvQ1R5bFE2b3V5S0dmb0NMUWlCejhEZnF2TVJhVFRJLVNnMVk&b64e=2&sign=26593291634c24d6c2e32e9955617fd9&keyno=1)

**7. Ваши предложения**

Мы работаем для Вас, нам необходимо знать Ваши пожелания, предложения, а также то, что вызывает Ваше недовольство. Замечания, пожелания и предложения просим излагать в специальной форме на рецепции Клуба, либо присылать по электронной почте: fr@brosko.ru

Просим Вас принимать участие в периодически проводимом анкетировании. Благодарим Вас за помощь!

**Желаем Вам здоровья, красоты и приятного отдыха в клубе «Броско фитнес».**

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\* Администрация Клуба вправе в одностороннем порядке изменять и допол­нять Клубные правила, с обязательным информированием Членов Клуба путем размещения информации на рецепции Клуба и на официальном сайте Клуба.

**Приложение №3**

**К договору публичной оферты**

**СОГЛАСИЕ НА ПОСЕЩЕНИЕ РЕБЕНКОМ КЛУБА**

г. Оренбург «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2021г.

Я \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Паспорт: серия \_\_\_\_\_ номер\_\_\_\_\_\_\_\_ выдан:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Родитель несовершеннолетнего \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_ года рождения, даю свое согласие на занятие сына (дочери) в спортивной секции в Клубе «Броско - фитнес».

Я предупрежден о том, что занятия фитнесом являются подвижными видами спорта и, несмотря на принимаемые администрацией учреждения, тренером, меры предосторожности, не исключает причинение неосторожных и случайных травматических воздействий в процессе тренировочных занятий.

Решение о занятиях ребенка принято нами осознано, с учетом потенциальной опасности.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

«\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2021 г.

**Приложение №4**

**К договору публичной оферты**

**ПЕРЕЧЕНЬ МЕДИЦИНСКИХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ ПРИ ЗАНЯТИЯХ ФИТНЕСОМ**

В случае посещения тренировки, или персональной тренировки, или групповой тренировки, Член Клуба заявляет и гарантирует,что не имеет медицинских противопоказаний для посещения тренировок, занятий спортом (в том числе в соответствии с описаниемв п. 1- 24 ниже) и получения физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг. Исполнитель не несет ответственности за вред,причиненный жизни и здоровью Клиента в результате предоставления Членом Клуба недостоверных сведений о состоянии егоздоровья.

1. Острые инфекционные болезни.

2. Все болезни в острой (активной) фазе.

3. Хронические заболевания в период обострения (декомпенсации).

4. Психические заболевания.

5. Органические заболевания центральной нервной системы.

6. Злокачественные новообразования.

7. Болезни опорно-двигательного аппарата: деформирующие полиартриты (артриты), спондилоартриты (разной этиологии спрогрессирующим течением и резким нарушением функции суставов и наличием болевого синдрома).

8. Коллагеновые болезни.

9. Болезни органов дыхания:

9.1. болезни, протекающие с дыхательной или легочно-сердечной недостаточностью свыше I степени;

9.2. бронхиальная астма с частыми, затяжными, трудно купирующими приступами; в) хронический бронхит с наклонностью кчастым обострениям и наличие резко выраженного бронхоспастического компонента; г) бронхоэктатическая болезнь дополного клинического излечения;

9.3. пневмония интерстициальная с рецидивирующим течением;

10. Болезни сердечно-сосудистой системы:

10.1. аневризма аорты сердца;

10.2. аритмии(сложные нарушения ритма и проводимости, монотонная экстрасистолия, мерцательная аритмия,пароксизмальная тахикардия);

10.3. блокада левой ножки пучка Гиса или ее разветвлений; заболевания, протекающие с недостаточностью кровообращениявыше I степени (по Василенко-Стражеско); стенокардия напряжения с частыми приступами;

10.4. постинфарктный кардиосклероз (решается в каждом конкретном случае); наличие на ЭКГ рубцовых изменений миокарда(при отсутствии в анамнезе инфаркта миокарда и жалоб на момент обследования) с отчетливыми ЭКГ-признакамивыраженной недостаточности кровообращения сердечной мышцы;

10.5. гипертоническая болезнь с частыми кризами, а также при цифрах систолического артериального давления выше 200 ммрт. ст. или диастолического выше 110 мм рт. ст.;

10.6. гипертоническая болезнь (первичного или вторичного характера) или цифрах систолического артериального давленияниже 90 мм рт. ст;

10.7. больные, оперированные по поводу врожденных, приобретенных пороков сердца, коронарной недостаточности, – ранее 3месяцев после операции (в дальнейшем индивидуальный подход в зависимости от исхода операции, имевшихся осложнений,состояний кардио- и общей гемодинамики, а также предшествовавшей двигательной активности);

10.8. синдром Морганьи-Эдемса-Стокса.

11. Болезни органов пищеварения:

11.1. желудок, оперированный при декомпенсации функции органов пищеварения;

11.2. хронический панкреатит с рецидивирующим течением при наличии ферментативной недостаточности; в) язвеннаяболезнь желудка (двенадцатиперстной кишки) с наклонностью к частым рецидивам или при значительном нарушениифункции органов пищеварения и нарушений питания или выраженном болевом синдроме.

12. Заболевания печени и желчных путей:

12.1. цирроз печени (любой этиологии), рецидивирующий с прогрессирующим течением или признаками печеночнойнедостаточности;

12.2. хронический гепатит(гепатодистрафия-«гепатозы»), рецидивирующий с выраженными функциональнымирасстройствами;

12.3. хронические холециститы калькулезной этиологии, сопровождающиеся приступами печеночной колики илирецидивирующей желтухой;

12.4. хроническийантиохолит с приступами печеночной колики и нарушением желчевыделения;

12.5. вторичный хронический панколит, обусловленный нарушением внешне секреторной функции поджелудочной железы.

13. Заболевания почек в мочевыводящий путях:

13.1. хронический диффузный гломерулонефрит рецидивирующего течения или при наличии признаков почечнойнедостаточности;

13.2. хронический интерстициальный нефрит различного генеза при наличии признаков почеч-ной недостаточности;

13.3. хронический пиелонефрит с рецидивирующим течением, наличие выраженных функциональных нарушений илиосложнений (гидропионефриз, гипертоническая перебропатия);

13.4. липидно-амилоидный нефроз.

14. Болезни эндокринных желез:

14.1. гипогликемическая болезнь;

14.2. гипотериоз, микседема (первичная или вторичная форма) тяжелого течения; в) диабет несахарный;

14.3. диабет сахарный (первичный или вторичный) среднего и тяжелого течения или при наличии осложнений (кетоацитоз,сосудистые поражения, полиневриты и др.);

14.4. зоб диффузный токсический (тиреотоксикоз базедова болезнь) – тяжелая форма; эндемический зоб с выраженной гипер-или гипофункцией железы;

14.5. хронический тиреоидит.

15. Болезни обмена:

15.1. ожирение вторичного генеза (дианцефальное, гипотиреодальное, гипогенитальное, при синдроме Иценко-Купшига);

15.2. подагра с прогрессирующим течением или выраженным болевым синдромом.

16. Патологический климакс.

Противопоказания к использованию нагрузочных тестов:

17. Абсолютные противопоказания:

17.1. Недостаточность кровообращения выше 11-Л.

17.2. Инфаркт миокарда (раньше, чем через 3 месяца с начала болезни).

17.3. Быстро прогрессирующая или нестабильная грудная жаба.

17.4. Гипертоническая болезнь II-III степени при систолическом АД выше 200 мм рт. ст., диастолическом выше 120 мм рт. ст.

17.5. Желудочковая тахикардия.

17.6. Выраженный аортальный стеноз.

17.7. Активный или недавно перенесенный тромбофлебит.

17.8. Острые и хронические болезни в стадии обострения.

18. Относительные противопоказания:

18.1. Частые суправентрикулярные экстрасистолы (4:40), мерцательная аритмия.

18.2. Повторяющаяся или частая желудочковая; эктопическая активность.

18.3.Легочная гипертония.

18.4. Аневризма желудочковая сердца.

18.5. Умеренный аортальный стеноз.

18.6. Неконтролируемые метаболические заболевания (сахарный диабет, тиреотоксикоз, микседема).

18.7. Значительные увеличения сердца.

19. Состояния, требующие специального внимания и предосторожности:

19.1. Нарушение проводимости:

19.1.1. полная атриовентрикулярная блокада; б) блокада левой ножки пучка Гиса; в) синдром Вольфа-Паркинсона-Уайта.

19.2. Наличие имплантированного водителя ритма сердца с фиксированной частотой.

19.3. Контролируемые дизаритмии.

19.4. Нарушение электролитного баланса.

19.5. Применение некоторых лекарств:

19.5.1. препаратов наперстянки,

19.5.2. блокаторов адренергических бетарецепторов и препаратов подобного действия.

19.6. Тяжелая гипертония, ретинопатия III степени.

19.7. Грудная жаба и др. проявления коронарной недостаточности.

19.8. Тяжелая анемия.

19.9. Выраженное ожирение.

19.10. Почечная, печеночная и др. виды метаболической недостаточности.

19.11. Явные психоневротические расстройства.

19.12. Нервно-мышечные, мышечно-скелетные и суставные расстройства, которые будут мешать проведению теста.

20. Дополнительные противопоказания к занятиям фитнеса:

20.1. сколиоз, осложненный нижним вялым парапарезом, требующий ношение специального корсета для разгрузки позвоночника

20.2. плоскостопие III степени

20.3. нарушение связочного аппарата суставов;

20.4. некоторые доброкачественные опухоли костной системы;

20.5. некомпенсированное повреждение позвоночника;

20.6. различные виды переломов и посттравматические состояния;

20.7. психические расстройства и пограничные состояния психики;

20.8. нарушение связочного аппарата коленного сустава (нестабильный сустав).

20.9. болезнь Бехтерева.

20.10. осложнённый перелом позвоночника с повреждением спинного мозга.

20.11. эпилепсия с судорожными припадками, сопровождающаяся потерей сознания.

20.12. выраженные и частые головокружения.

20.13. психические заболевания различной степени выраженности.

20.14. тяжелые заболевания внутренних органов, препятствующие назначению физической нагрузки танцевального типа (сахарныйдиабет, артериальная гипертония, опухоли и т.п.).

20.15. наличие онкологических заболеваний.

20.16. туберкулез костей и суставов.

20.17. ряд доброкачественных опухолей костной системы (например, фиброзная дисплазия), которые способствуют развитиюпатологических переломов костей.

20.18. после перенесенных черепно-мозговых травм и инфаркта только с разрешения лечащего врача.

21. Противопоказания к занятиям аэробикой:

21.1. заболевания сердечно-сосудистой системы;

21.2. высокое артериальное давление (при повышении нагрузки происходит значительное повышение цифрАД);

21.3. запущенный остеохондроз (дегенеративные изменения позвоночника, в том числе протрузии и грыжи межпозвонковогодиска);

21.4. варикозное расширение вен – этот диагноз означает категорическое «нет» для прыжковой и степовой аэробики.

22. Фитнес в период беременности:

В течение всего периода беременности все упражнения желательно выполнять сидя, с дополнительной опорой спины, или вположении стоя на коленях с упором на руки. Всегда следите за своим дыханием во время выполнения упражнений, незадерживайте его; избегайте выполнения упражнений в положении лежа и стоя, следите за температурой тела и частотой пульса,ограничьте длительность тренировок максимум 30 минутами, во втором и третьем триместре – 15 минутами, не допускайтеобезвоживания и пейте во время тренировок.

Во втором триместре беременности запрещены упражнения в положении лежа на спине. Рекомендуется выполнять все упражненияв положении стойки на коленях с упором на руки.

В третьем триместре беременности нужно учитывать слабость связочного аппарата и очень осторожно выполнять растяжку в связис выработкой гормона релаксина.

22.1. Полностью исключаются во время беременности:

- все травмоопасные элементы – прыжки, бег, махи (в том числе в плавании),

-. глубокие и резкие приседания,

-. наклоны,

22.4. активные растяжки и прогибы спины,

22.5. различные скручивания и наклоны, которые могут привести матку в состояние гипертонуса.

**Приложение № 6**

**К договору публичной оферты**

**Анкета**

с целью предотвращения распространения кароновирусной и иной инфекции.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дата// время** | **№ п/п** | **ФИО** | **Результат** |
|  |  |  |  |
|  | 1 | Посещали ли Вы ближайшее время зарубежные страны или неблагоприятные по инфекции субъекты РФ? |  |
|  | 2 | Есть ли в Вашем близком окружении или соседнем проживании лица с признаками ОРВИ или положительный тест на кароновирус? |  |
|  | 3 | Есть ли у Вас на данный момент проявления заболевания - признаки ОРВИ, повышение температуры, плохое самочувствие? |  |

**Подпись \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**К договору публичной оферты**

**Приложение 5**

C:\Users\Сергей\Downloads\logo.png

УТВЕРЖДАЮ

Самозанятый

\_\_\_\_\_\_Григорьева Ю.А.

« 01» апреля 2021г.

**Прейскурант цен для клиентов**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование** | **Количество занятий** | **Время занятий** | **Стоимость членской карты** | **Стоимость абонемента** | **Итого** |
| **Разовое занятие – 350 рублей** | | | | | |

**Приложение №5**

**Дополнительные услуги.**

|  |  |
| --- | --- |
| **Вид услуги** | **Стоимость в рублях за шт.** |
| Фитнес диагностика | 500 |
| Первичная консультация специалиста по питанию | 500 |
| Регистрация и ведение личного кабинета | 500 |
| Аренда полотенец | 50 |
| Аренда ящиков | 500 |
| Мастер-класс | 500 |
| Заморозка абонемента разовая | 400 |
| Первичное занятие в клубе (групповой зал, wellness процедуры, занятия на тренажерах) | 300 |
| Разработка индивидуальной программы питания | 1890 |
| Марафон питания | 2690 |
| Стоимость членской карты на 3 месяца | 1500 |
| Стоимость членской карты на срок от 3 месяцев | 2500 |