

«УТВЕРЖДАЮ»  
Генеральный директор  
МБУ «Конькобежный центр «Коломна»

  
С.В. Орлов

«30» июня 2021 г.

**П Р А В И Л А  
ПОСЕЩЕНИЯ БАССЕЙНА  
МБУ «Конькобежный центр «Коломна»**

**1. Общие положения:**

1.1. Настоящие Правила посещения бассейна (далее – Правила) определяют нормы поведения, являются едиными и обязательными к соблюдению всеми посетителями бассейна МБУ «Конькобежный центр «Коломна» (далее – Учреждение).

1.2. Персонал бассейна имеет право контролировать соблюдение посетителями настоящих Правил, делать замечания.

1.3. Если сознательные или невольные действия (поведение) посетителя создают угрозу для его собственной жизни и/или здоровья, а также для здоровья и/или жизни окружающих, или противоречат общепринятым нормам морали и этики, администрация бассейна вправе обратиться в отдел охраны и противопожарной безопасности Учреждения для принятия соответствующих мер (в виде отстранения от посещения сеанса, вывода за пределы Учреждения или вызова сотрудников правоохранительных органов).

1.4. Перед посещением бассейна и гидромассажных ванн рекомендуется обратиться к терапевту и убедиться в отсутствии противопоказаний для занятий оздоровительным плаванием (в особенности лицам, старше 70 лет и с ограниченными физическими возможностями). Примерный перечень противопоказаний для посещения бассейна и использования гидромассажных ванн обозначен в Приложении №1 настоящих Правил.

Недопустимо посещение бассейна и гидромассажных ванн при обострении любых хронических заболеваний. При этом нужно иметь в виду, что имеется ряд хронических заболеваний, при которых посещение бассейна может представлять опасность для жизни или может способствовать обострению этих заболеваний.

Во избежание рисков для жизни и здоровья, при выявлении тревожной симптоматики во время или после сеанса, следует незамедлительно обратиться за квалифицированной консультацией и помощью в специализированные организации.

1.5. В бассейн допускаются посетители, достигшие 10-летнего возраста. Дети с 10 до 14 лет допускаются только в сопровождении взрослых (родителей или иных законных представителей), которые полностью отвечают за их безопасность. Дети с 10 до 14 лет должны находиться под постоянным контролем сопровождающих их взрослых в течение всего времени пребывания на территории Учреждения. К самостоятельному посещению бассейна допускаются дети с 14 лет.

1.7. При проведении занятий с организованными группами детей или взрослых, занимающиеся должны находиться под контролем ответственного за проведение занятий лица, организованно заходить, начинать (завершать) занятия и покидать помещение комплекса бассейна. Инструктаж группы по мерам безопасности при проведении занятий на воде проводится лицом, ответственным за организацию занятий (сопровождающим, тренером, инструктором и т.д.).

1.8. Перед входом в комплекс бассейна посетителям необходимо сдать верхнюю одежду в гардероб, и переобуться в чистую сменную обувь, уличная обувь сдается в пакетах.

1.9. Ценные вещи малых габаритов: деньги, документы, ювелирные изделия, ключи и т.д. посетители могут сдать в сейфовые ячейки гардеробной для хранения в сейфе на время сеанса. Крупногабаритные вещи на хранение не принимаются. За оставленные без присмотра личные вещи и ценности, не сданные на хранение в сейф комплекса, Учреждение ответственности не несет.

1.10. Вход в раздевалку бассейна осуществляется за 10 минут до начала сеанса. Продолжительность сеанса составляет – 45 мин. Посетители должны контролировать свое время пребывания в бассейне, своевременно выходить и не превышать установленного тарифом лимита.

1.10. За травмы, несчастные случаи и иные последствия, возникающие в результате нарушения настоящих Правил, Учреждение ответственности не несет.

1.12. Учреждение оставляет за собой право отказать посетителю в допуске или удалить с сеанса при нарушении им настоящих Правил без компенсации стоимости билета.

1.13. К посещению бассейна не допускаются:

- лица, которые не умеют плавать (к посещению бассейна допускаются лица, способные проплыть не менее 25 метров любым способом плавания);
- дети до 10 лет;
- лица в состоянии алкогольного или наркотического опьянения;
- лица, имеющие медицинские противопоказания по состоянию здоровья;
- лица с кожными повреждениями и серьезными заболеваниями кожных покровов, гнойниками на теле, открытыми ранами;
- лица в одежде, не предназначенной для купания в бассейне.

1.14. Посетители имеют право: предъявлять претензии, вносить замечания и предложения по качеству оказываемых услуг.

1.15. Льготным категориям граждан необходимо предъявлять документы, подтверждающие право на льготу при приобретении билетов на посещение бассейна.

1.16. При возникновении чрезвычайных ситуаций, посетители должны незамедлительно покинуть Учреждение через ближайший эвакуационный выход, который указан на схеме эвакуации, сохраняя спокойствие и не создавая паники неукоснительно соблюдать требования инструкторов, службы охраны и администраторов Учреждения.

1.17. В целях безопасности Учреждение имеет право вести видеонаблюдение в общественных зонах. Учреждение гарантирует конфиденциальность полученной информации и использование данной информации для внутренней безопасности.

1.18. Приобретение пропуска, абонеента, заключение договора, соглашения, оплата разового посещения означает согласие посетителя с правилами посещения бассейна МБУ «Конькобежный центр «Коломна». Посетитель несет ответственность за нарушение Правил в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации.

## **2. Посетители обязаны:**

2.1. Ознакомиться с Правилами до начала оплаты и предоставления услуг, строго соблюдать их во время посещения бассейна.

2.2. Строго соблюдать инструкции по мерам безопасности (Приложение № 2,3) при посещении бассейна Учреждения.

2.3. Посетители бассейна должны соблюдать общественный порядок и общепринятые нормы поведения, вести себя уважительно по отношению к другим посетителям, персоналу бассейна, не допускать действий, создающих опасность для окружающих.

2.4. При себе иметь сменную чистую обувь, мочалку, мыло, полотенце, шапочку, купальные принадлежности.

Рекомендованные виды купальных костюмов и требования к материалам, из которых они изготовлены, обозначены в ГОСТ 31406-2009 «Изделия трикотажные купальные. Общие технические условия».

2.5. Перед входом в чашу бассейна посетителю необходимо смыть с себя все косметические средства, приняв горячий душ с мытьем мочалкой и мылом без купального костюма. Пользоваться душем до и после сеанса не более 5 мин. Рекомендуется снять с себя все ювелирные и иные украшения.

2.6. Для освобождения полости рта и носа от попавшей воды пользоваться переливными желобами.

2.7. При нарушении настоящих Правил покинуть ванну бассейна по требованию администратора или инструктора.

2.8. В случае какой-либо аварии или наличия условий, мешающих проведению занятий или угрожающих жизни и здоровью, покинуть чашу бассейна по команде и под контролем инструктора или администратора.

2.9. Во время плавания взрослые не должны выпускать сопровождаемого ребенка из поля своего зрения, предварительно объяснив ему правила поведения на воде.

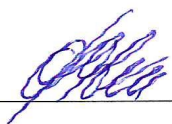
2.10. При выходе из бассейна посетитель должен сдать гардеробщице ключ от шкафчика раздевалки и прокатный инвентарь администратору бассейна.

## **3. Посетителям запрещается:**

3.1. Входить в раздевалки бассейна в верхней одежде и без сменной обуви.

- 3.2. Входить в чашу бассейна без разрешения инструктора.
- 3.3. Находиться в бассейне в состоянии алкогольного или наркотического опьянения, использовать ненормативную лексику, громко, неуважительно или агрессивно разговаривать, делать все, что может помешать или причинить вред окружающим. Курить, приносить и распивать спиртные напитки.
- 3.4. Осуществлять фото и видеосъемку без разрешения администратора бассейна.
- 3.5. Использовать во время сеансов аксессуара для спортивного и подводного плавания (акваланги, ласты, маски, трубки, доски и т.п.), пользоваться плавательными кругами и нарукавниками.
- 3.6. Плавать поперек бассейна или по кругу. Прыгать и нырять в бассейн с бортиков, толкать других посетителей в воду, подныривать под посетителей, громко кричать, бегать по обходным дорожкам, создавать травмоопасные ситуации для себя и окружающих, подавать ложные сигналы о помощи.
- 3.7. Справлять физиологические потребности в чаше бассейна, джакузи и в душевых.
- 3.8. Приносить в чашу бассейна мочалку и мыло, пользоваться мыльными средствами в бассейне и джакузи, втирать в кожу косметические средства перед плаванием.
- 3.9. Входить в душевую и чашу бассейна, имея в полости рта посторонние предметы (жевательную резинку и т.п.).
- 3.10. Использовать моющие средства в стеклянной таре.
- 3.11. Входить в воду без посещения душа и плавать без шапочки.
- 3.12. Проносить в помещение чаши бассейна сумки с одеждой и личными вещами.
- 3.13. Находиться в помещении чаши бассейна в верхней одежде и обуви.
- 3.14. Приносить в помещение чаши бассейна продукты питания с последующим их употреблением.
- 3.15. Приносить огнестрельное и холодное оружие, колюще-режущие предметы, предметы из стекла, взрывчатые, легковоспламеняющиеся, отравляющие и токсичные вещества, а также газовые баллончики.
- 3.16. Передавать документы на право посещения бассейна (медицинские справки, льготные билеты и т.п.) другим лицам.
- 3.17. Самостоятельно включать и выключать технику, использовать розетки для подключения собственных устройств.
- 3.18. Входить в служебные и прочие технические помещения, самостоятельно регулировать любое инженерно-техническое оборудование.
- 3.19. Самостоятельно и ответственно контролировать свое здоровье. В случае ухудшения самочувствия незамедлительно обратиться за помощью к медицинскому сотруднику, инструктору или администратору Учреждения.

**Начальник отдела бассейна**



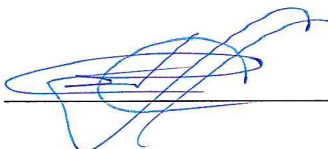
**О.В. Червякова**

**Начальник отдела медицинского обеспечения**



**Л.Г. Липатова**

**И.о. начальника юридического отдела**



**Ю.М. Галкин**

**Начальник отдела охраны труда**



**А.В. Скоков**

**Заместитель директора**



**И.В. Исаенко**

### **Противопоказания к занятиям оздоровительным плаванием**

#### Перечень противопоказаний к занятиям оздоровительным плаванием:

- эпилепсия;
- туберкулез;
- хронические гнойничковые заболевания кожи;
- пороки сердечных клапанов, врожденные или приобретенные вне стадии стойкой компенсации;
- ишемическая болезнь сердца с частыми приступами стенокардии;
- гипертоническая болезнь III стадии;
- общий выраженный атеросклероз;
- тиреотоксический синдром (диффузный токсический зоб, тиреотоксическая аденома);
- трофические язвы;
- хронический нефрит вне стадии стойкой ремиссии;
- хронические заболевания женских половых органов с частыми обострениями;
- беременность свыше 6 месяцев;
- хронический гнойный отит;
- хронические заболевания придаточных полостей носа с частыми обострениями;
- часто обостряющийся конъюнктивит;
- глаукома III-2 - IV ст.;
- венерические болезни;
- пиодермия, заразные кожные заболевания;
- ихтиоз в выраженной форме;
- чешуйчатый лишай при значительном распространении;
- гельминтозы;
- пароксизмальные формы аритмий, сопровождающиеся выраженными нарушениями гемодинамики;
- артериальная гипертония, протекающая с частыми кризами;
- наличие застойной сердечной недостаточности (II А-Б стадии);
- аквагенная крапивница (аллергия на воду при контакте с кожей);
- аллергия на хлорсодержащие и другие реагенты, используемые в процессе водоподготовки.

#### Перечень противопоказаний к применению гидромассажных ванн:

- хронические заболевания в стадии обострения;
- заболевания сердечно-сосудистой системы (недостаточность кровообращения II-III степени, гипертония 2-3 степеней, инфаркт миокарда, тяжелая форма стенокардии, состояния после инсульта, аневризма сердца, ишемическая болезнь сердца в стадии декомпенсации);
- заболевания печени и почек;
- тромбофлебит;
- варикозная болезнь, тромбозы;
- злокачественные новообразования;
- кровотечения, кровоточивость;
- острые воспалительные заболевания кожи, мышц, внутренних органов;
- острые лихорадочные состояния;
- паховые и пупочные грыжи;
- воспаления лимфатических сосудов и узлов;
- чрезмерное психическое или физическое утомление;
- опухоли костей и суставов;
- острые аллергические реакции;
- тошнота и рвота;
- инфекционные кожные заболевания;
- повышенная температура тела;
- беременность;
- камни в почках и желчном пузыре.

Данные перечни являются ориентировочными, требует от врача строго индивидуального подхода.

#### **В гидромассажной ванне:**

- рекомендуется находиться в положении, при котором мышцы максимально расслаблены;
- длительность процедуры не должна превышать 15 минут.

## **Инструкция по мерам безопасности при проведении занятий в бассейне для посетителей**

Бассейн – это место повышенной опасности и любое нарушение правил безопасности может привести к травме или даже гибели человека.

### **Требования безопасности перед посещением бассейна**

#### Посетитель должен:

- ознакомиться с Правилами посещения МБУ «Конькобежный центр «Коломна» и бассейна;
- раздеться в раздевалке и пройти в душевую;
- тщательно мыться под душем с мылом, с мочалкой, без купального костюма по окончании закрыть за собой кран;
- надеть на себя купальный костюм, сланцы, а на голову шапочку для плавания.

#### Запрещается:

- втирать в кожу различные косметические средства;
- приносить в душ бассейна стеклянную тару, режущие, колющие предметы, а также жевательную резинку и другие пачкающие предметы;
- пользоваться бритвенными принадлежностями и средствами для эпиляции.

### **Требования безопасности во время посещения бассейна**

#### Посетитель должен:

- все перемещения в помещении бассейна производить только шагом;
- быть осторожным при ходьбе по мокрому полу;
- войти в воду по специальным лестницам, спиной к воде;
- при плавании более 1 человека, избегать столкновений с другими посетителями;
- соблюдать достаточный интервал и дистанцию;
- осуществлять вдох и выдох через рот;
- при судорогах постараться держаться на воде и звать на помощь;
- при оказании вам помощи не хватать спасающего, а помогать ему буксировать вас к бортику.

#### Запрещается:

- находиться в чаше бассейна в состоянии алкогольного, наркотического или токсического опьянения;
- пользоваться во время сеансов аксессуарами для спортивного и подводного плавания;
- прыгать в бассейн с бортиков, сталкивать других посетителей в воду, подныривать под посетителей, создавать травмоопасные ситуации для себя и окружающих;
- прыгать в воду головой вниз;
- изменять резко направление своего движения;
- топить друг друга;
- подавать ложную тревогу о помощи;
- плавать поперёк бассейна;
- играть или кидаться предметами на обходных дорожках и в бассейне;
- плавать без плавательной шапочки;
- бросать посторонние предметы в бассейн;
- прикасаться, включать, выключать и регулировать любое инженерно-техническое оборудование.

### **Требования безопасности после посещения бассейна**

#### Посетитель должен:

- выйти из чаши бассейна, используя специальную лестницу;
- в душевой снять купальный костюм и принять душ;
- закрыть за собой кран.

### **Требования безопасности при несчастных случаях и экстренных ситуациях**

Посетитель должен:

- при получении травмы или ухудшении самочувствия покинуть бассейн, поставить в известность инструктора или администратора;
- при обнаружении пострадавшего не оставлять его без внимания и срочно вызвать дежурного медицинского работника;
- при возникновении во время занятий в воде болей в суставах, мышцах конечностей, сильного покраснения кожи, неприятных ощущений в глазах, возникновения кровотечения, а также при плохом самочувствии прекратить занятие и сообщить об этом инструктору по спорту или администратору бассейна с последующим обращением к дежурному медицинскому работнику;
- почувствовав озноб, сообщить об этом инструктору, выйти из воды и растереться сухим полотенцем.
- при судорогах не теряться, стараться держаться на воде и позвать на помощь;
- при возникновении чрезвычайной ситуации (появлении посторонних запахов, задымлении, возгорании) немедленно сообщить об этом администратору или инструктору по спорту и действовать в соответствии с их указаниями;
- во всех экстренных случаях незамедлительно ставить в известность сотрудников Учреждения.

Запрещается:

- оставлять пострадавшего без внимания;
- промывать раны водой и трогать их руками;
- создавать панику.

### **Инструкция по мерам безопасности при проведении занятий в бассейне для организованных групп**

При проведении групповых занятий в бассейне МБУ «Конькобежный центр «Коломна», организатор занятий (юридическое или физическое лицо, организующее групповые занятия в МБУ Конькобежный центр Коломна» на основании договора/соглашения), назначает ответственное лицо (сопровождающего, тренера, инструктора и т.д.), которое непосредственно руководит проведением занятий в бассейне с вверенной ему группой и несет персональную ответственность за безопасность жизни и здоровья занимающихся.

#### **Требования безопасности перед посещением бассейна**

Ответственное лицо обязано:

- ознакомиться с правилами посещения МБУ «Конькобежный центр «Коломна» (далее - Учреждение) и бассейна;
- ознакомиться с инструкциями по мерам безопасности при проведении занятий в бассейне для посетителей и для занятий с организованными группами;
- ознакомить занимающихся вверенной группы с правилами посещения Учреждения и бассейна, поставить подпись об ознакомлении в Журнале регистрации инструктажа по технике безопасности при проведении занятий в бассейне;
- провести инструктаж по мерам безопасности при проведении занятий в бассейне с занимающимися вверенной группы (Инструкции по мерам безопасности при проведении занятий в бассейне Учреждения - Приложение 2,3 настоящих Правил);
- организовывать занятия группы строго по времени, обозначенному в расписании бассейна Учреждения (согласованном с организацией, которую представляет данная группа);
- допускать до занятий в бассейне занимающихся под его руководством лиц исключительно по утвержденным спискам организации, которую представляет данная группа.

Занимающиеся обязаны:

- ознакомиться с правилами посещения Учреждения и бассейна, и четко соблюдать их;
- ознакомиться с инструкциями по технике безопасности при проведении занятий в бассейне для посетителей и для занятий с организованными группами;
- пройти инструктаж по технике безопасности, строго соблюдать положения инструкций при посещении бассейна.

#### **Требования безопасности во время посещения бассейна**

Ответственное лицо обязано:

- соблюдать правила посещения Учреждения и бассейна, контролировать их соблюдение занимающимися во вверенной группе;
- соблюдать положения инструкций по технике безопасности и контролировать их соблюдение занимающимися во вверенной группе.

Занимающиеся обязаны:

- неукоснительно выполнять все указания ответственного лица, связанные с организацией пребывания занимающихся в бассейне;
- при поточном выполнении упражнений в воде (один за другим) соблюдать достаточные интервалы, чтобы не было столкновений;
- использовать спортивный инвентарь только с разрешения и под руководством ответственного за организацию занятий с группой лица;
- при возникновении дискомфортных ощущений, озноба во время проведения занятий, травмы срочно сообщать об этом ответственному лицу;
- при возникновении чрезвычайной ситуации немедленно сообщить об этом ответственному лицу группы и действовать в соответствии с его указаниями.

#### **Требования безопасности после посещения бассейна**

Ответственное лицо обязано:

- контролировать организованный выход занимающихся из чаши бассейна и переход в раздевалки;
- контролировать выход занимающихся вверенной ему группы с территории бассейна и не покидать обозначенную территорию до выхода всех занимающихся группы.

Занимающиеся обязаны:

- осуществлять выход из чаши бассейна и переход в раздевалки по команде ответственного лица;
- покидать территорию бассейна только с разрешения ответственного лица.

**Требования безопасности при несчастных случаях и экстренных ситуациях**

Ответственное лицо обязано:

- в случае обнаружения неисправности оборудования или возможной опасности для посетителей или занимающихся вверенной группы срочно сообщить сотрудникам Учреждения;
- при получении травмы или ухудшении самочувствия занимающегося срочно поставить в известность инструктора или администратора;
- при обнаружении пострадавшего не оставлять его без внимания;
- при возникновении экстренной ситуации организовать выход вверенной группы из бассейна через запасные выходы, согласно плану эвакуации по команде сотрудников Учреждения;
- обо всех экстренных случаях незамедлительно ставить в известность сотрудников Учреждения.

Занимающиеся обязаны:

- незамедлительно информировать ответственного лица в случае обнаружения неисправности оборудования или возможной опасности для посетителей;
- при получении травмы или ухудшении самочувствия срочно поставить в известность ответственного лица;
- при возникновении экстренной ситуации четко выполнять команды ответственного лица;
- обо всех экстренных случаях незамедлительно сообщать ответственному лицу.