

## **REGULAMIN KORZYSTANIA Z SIŁOWNI SZKOLNEJ W ZESPOLE SZKÓŁ PONADPODSTAWOWYCH W PODDĘBICACH**

1. Przebywanie i ćwiczenie w siłowni może odbywać się wyłącznie za zgodą i w obecności nauczyciela, trenera lub instruktora prowadzącego zajęcia.
2. Przed przystąpieniem do zajęć należy sprawdzić stan techniczny urządzeń.
3. Ćwiczyć można wyłącznie w stroju sportowym i zmienionym obuwiu sportowym.
4. Podczas wykonywania ćwiczeń należy zachować szczególną ostrożność. Zabrania się wykonywania ćwiczeń na przyrządach uszkodzonych lub niesprawnych.
5. W razie urazu należy natychmiast powiadomić nauczyciela prowadzącego zajęcia.
6. Wszystkie usterki sprzętu sportowego należy bezzwłocznie zgłosić nauczycielowi prowadzącemu zajęcia.
7. Korzystanie ze sprzętu powinno odbywać się zgodnie z zaleceniem prowadzącego zajęcia, w sposób bezpieczny tj. z zapewnieniem dbałości o bezpieczeństwo ludzi i poszanowaniem sprzętu.
8. Zabrania się wykonywania ćwiczeń na przyrządach uszkodzonych lub niesprawnych.
9. Za stan urządzeń i sprzętu oraz ich przydatność do ćwiczeń, a także bezpieczeństwo ćwiczących w czasie zajęć odpowiedzialny jest nauczyciel prowadzący zajęcia.
10. Po zakończeniu ćwiczeń należy uporządkować sprzęt sportowy i pomieszczenie siłowni.