

TALLINNA PRANTSUSE LÜTSEUMI SPORDIHOONE KASUTAMISE KORD

I. ÜLDOSA

Spordihoone kasutaja:

- 1) hoiab nii hoones kui ka selle ümbruses puhtust ja korda;
- 2) kasutab ruume ainult õppetöökaks või treeninguks ettenähtud ajal ja otstarbe kohaselt, näiteks mängib palli ainult võimlas, riietub ja peseb ainult selleks määratud ruumides;
- 3) suhtub teistesse sportijatesse lugupidavalt ega sega neid;
- 4) siseneb ruumidesse ja väljub ruumidest selleks ettenähtud uste kaudu ning kasutab varuväljapääse üksnes hädaolukorras;
- 5) jätab välisjalanõud fuajees asuvasse riulisse ning viibib siseruumides ainult sportlikes puhastes vahetusjalatsites, sokkides või paljajalu;
- 6) kannab treeningul spordiriideid;
- 7) kasutab spordiinventari ja treeningvahendeid heaperemehelikult, ei vii neid saalist välja, asetab kasutatud asjad oma kohale tagasi ning teavitab õpetajat või treenerit kadunud või rikutud asjadest;
- 8) on säästlik, eelkõige ei lase kraanist või dušist asjatult vett joosta, sulgeb tilkuva kraani ning viimase lahkujana kustutab riietusruumis tuled;
- 9) hoolitseb ja vastutab oma isiklike asjade, sealhulgas kaasatoodud spordiinventari eest;
- 10) viib leitud esemed valvuri, õpetaja või treeneri kätte;
- 11) hüvitab koolile või teistele inimestele tekitatud kahju;
- 12) ei too hoonesse klaastaarat või teisi kergesti purunevaid ja vigastusohtlikke esemeid;
- 13) ei tarvita kaasavõetud toitu (k.a närimiskummi) ega jooke, välja arvatud vesi ja spordijoogid, mis on spetsiaalses pudelis;
- 14) ei suitseta ega tarvita alkohoolseid jooke või teisi mõnuaineid;
- 15) täidab üldisi ohutusnõudeid.

II. ERIOSA

Võimla

1. Keelatud on ronida köitel ja varbseinal ilma õpetaja või treeneri loata; sikutada või tirida saali kardinaid või nendesse joosta; ronida kokkulükatud tribüüni ülemisele reale ning rõdule; rippuda korvirõngastel või muudel konstruktsioonidel.
2. Riistaruumist võetud inventari kasutamise ja tagastamise korraldab treener või õpetaja.
3. Külalistel on võimlas viibimine lubatud ainult tribüünil. Saalis võib külaline viibida üksnes erandjuhul ja puhastes sisejalanõudes.

Jõusaal

1. Jõusaalis on iseseisev treenimine lubatud alates 15. eluaastast. Treenija registreerib end võimla valvuri juures.
2. Korraga võib jõusaalis treenida kuni 12 isikut.
3. Trenažööre kasutatakse vaheldumisi teiste treenijatega.
4. Maksimaalsete raskuste tõstmisel kasutatakse julgustust, et soorituse ebaõnnestumisel mitte kahjustada enda tervist või saali sisustust.
5. Kasutatud vahendid pannakse tagasi oma kohale (näiteks ei jäeta kettaid kangile).
6. Treeningu järel puhastab kasutaja trenažöörid ja abivahendid desinfitseeriva vahendi ja paberkäterätiga.

Saun

1. Sauna kasutatakse ainult ettenähtud ajal. Sauna omavoliline kasutamine on keelatud. Tundide ajal on saun suletud.
2. Duširuumides, saunas ja riietusruumis on keelatud raseerimine, habeme ajamine, juuste värvimine ning kehaprotseduurid määrivate ainete, nagu õli, mee või kehasooladega.
3. Saunalaval tuleb kasutada istumisalust või rätikut.
4. Kerisele visatakse ainult kuuma vett. Külma vee ja teiste vedelike viskamine kerisele on keelatud.