

Rae valla Spordikeskuse KODUKORD

1. Külastusaeg

- 1.1. Rae valla Spordikeskuse spordihoonete lahtiolekuajad on fikseeritud spordikeskuse kodulehel www.raespordikeskus.ee ja spordihoonete välisustel. Suveperioodil, riiklikel pühadel, eriürituste toimumisel ja koolivaheaegadel võivad lahtiolekuajad tavapärasest erineda. Erisustest informeeritakse külastajaid spordikeskuse kodulehel ja spordihoonete välisustel.
- 1.2. Piletite müük lõpeb 1 tund enne spordikeskuse sulgemist.
- 1.3. Külastusaega ajapiiranguga pääsmete puhul hakatakse arvestama kassas ostu registreerimise hetkest.
- 1.4. Saalide kasutus algab broneeritud aja alguse hetkest ja lõpeb broneeritud aja lõpu hetkeks. Treeninguks ettevalmistusaeg ja hilisem vahendite tagasi-paigutamine kuulub broneeringuaja sisse. Saali kasutaja peab arvestama vajaliku ajavaruga ja planeerima treeningu selliselt, et saal oleks vabastatud järgmisele kasutajale õigeks ajaks.
- 1.5. Riietusruumidesse pääseb 15 minutit enne treeningu algusaega.
- 1.6. Ujula, jõusaali ja solaariumi küllastuste puhul tuleb arvestada treeningu-järgseks riietumiseks kuluva ajavaruga selliselt, et Spordihoonest lahkumine on hiliseimalt sulgemisajal.

2. Teenuste eest tasumine

- 2.1. Ühekordse külastuse eest tuleb tasuda kaardimaksega või sularahas kohapeal, enne treeningusse minekut, vastavalt kehtivale hinnakirjale. Kuukaardi puhul aktiveeritakse ostu sooritamisel kuuajaline isikustatud, ID-kaardi vm isikut tõendava dokumendi põhine ligipääs vastavalt ostetud teenuse liigile.
- 2.2. Ligipääs ostetud teenuseliigi kasutamisele toimub kas käepaela või kapi-võtmega, mis tuleb treeningu lõppedes tagastada spordihoone administraatorile. Käepaela või kapi-võtme kaotamisel tuleb tasuda Spordikeskusele hüvitisena 10€.
- 2.3. Külastajal on õigus viibida spordihoone nendes ruumides ja/või rajatistel, milliste eest on tasutud vastavalt Spordikeskusega tehtud kirjalikule kokkuleppele või mille kohta on tehtud kirjalik broneering.

3. Spordikeskuse head tavad

- 3.1. Spordikeskuse hooned ja rajatised on ette nähtud teatud kindlate spordialade harrastamiseks. Igal treenimisalal tohib tegeleda üksnes ala(de)ga, milleks antud saal või rajatis on ette nähtud, järgides seejuures vastavaid reegleid ja käitumis-

tavasid.

3.2. Spordihoone ruumides tuleb hoida puhtust ja korda.

3.3. Spordikeskuse külastaja vastutab ise oma tervisliku seisundi eest.

Tervislikust

seisundist (s.h haigused, kurnatus, väsimus, valed võtted, jne) ning treenija hooletusest tulenevate vigastuste ja traumade eest Spordikeskus ei vastuta.

3.4. Laste oskuste ja tervisliku seisundi eest vastutavad nende täisealised saatjad.

3.5. Treeningud/tunnid toimuvad üldjuhul ilma kõrvaliste isikute juuresviibimiseta.

Erandiks on juhud, kus vaatleja(te)l on selleks treeneri/õpetaja nõusolek ning vaatleja(te) kohalolu ei sega treeningu läbiviimist.

3.6. Külastajad on kohustatud kasutama Spordikeskuse seadmeid ja inventari vastavalt nende sihtotstarbele. Treeningu käigus kasutatav inventar tuleb pärast treeningu lõppemist asetada samale kohale, kust see võeti. **Pärast harjutuse sooritamist tuleb puutepinnad ja kasutatud treeningvahendid desinfitseerida.**

3.7. Külastajad suhtuvad kaaskülastajatesse arvestavalt ja hoolivalt.

3.8. Külastajad kasutavad Spordikeskuse hooneid ja rajatisi sihtotstarbeliselt, seadmeid ja inventari heaperemehelikult. Külastaja, kes kahjustab Spordikeskuse hooneid, rajatisi, inventari, seadmeid vm vara, hüvitab Spordikeskusele kahju täies ulatuses. Alaealise poolt tekitatud kahju hüvitab tema vanem või eestkostja.

3.9. Väärtuslikud esemed saab treeningu ajaks jätta hoiule Spordikeskuse hoiukappi.

Spordikeskusesse ja selle territooriumile jäetud isiklike asjade eest Spordikeskus ei

vastuta.

3.10. Treeningrätiku kasutamine on soovituslik, jõusaalis ja rühmatreeningutes kohustuslik.

3.11. Spordikeskus üldjuhul Külastajatele kuuluvaid treeningvahendeid ja inventari ei hoiusta, v.a juhul, kui see on Spordikeskusega eelnevalt kooskõlastatud.

3.12. Õpilastel on keelatud viibida spordisaalides ilma treeneri/õpetaja järelvalveta.

Põhikooli-, gümnaasiumiõpilaste ja treeningrühmade puhul peab iga 15. õpilase kohta olema üks täisealine saatja. Põhikooli-, gümnaasiumiõpilaste ja treeningrühma saatja vastutab rühma tegevuse ja käitumise eest ning tagab rühmaliikmete õigeaegse väljumise nii saalist kui riietusruumist.

3.13. Õpilastel on lubatud viibida Spordikeskuse fuajees ja kohvikus mitte enam kui 30 minutit enne treeningu algusaega ja 30 minutit pärast treeningu lõppemist.

3.14. Noored vanuses 14-16 a võivad iseseisvalt külastada jõusaali vanema või hooldaja kirjalikul nõusolekul. Noored vanuses 12.-14.a tohivad jõusaalis treenida üksnes koos täiskasvanud saatjaga. Alla 12.-aastastele on jõusaalitreeningud mittekohased.

3.15. Ringtreeningusaalis lubatakse iseseisvalt treenida vanema või hooldaja kirjalikul nõusolekul 14-16-aastastel noortel. Lapsed, vanuses 7-13 eluaastat, tohivad ringtreeningusaalis treenida üksnes koos täiskasvanud saatjaga. Alla 7-aastastele on ringsaalitreeningud mittekohased.

- 3.16. Alates 7ndast eluaastast on riietumine nõutav oma soole vastavas riietusruumis.
- 3.17. Spordikeskuse riietus- ja duširuumides ei ole lubatud raseerimine, habemeajamine, juuste värvimine. Saunades õlide, soolade, mee jm kehahooldusvahendite kasutamine on keelatud. Saunalaval tuleb istumise all kasutada rätikut. Leili visatakse mõõdukalt, ainult sooja veega, kuivadele kividele, arvestades seejuures kaassaunaliste soovidega. Vihtlemine ei ole lubatud.
- 3.18. Söömine ja magusate jookide joomine spordisaalides on keelatud.
- 3.19. Spordikeskuses ja territooriumil on suitsetamine, alkohoolsete jookide ja narkootiliste ainete tarbimine ning narko- ja/või alkoholijoobes viibimine rangelt keelatud.
- 3.20. Küllastajate turvalisuse tagamiseks on spordikeskuses videovalve.
- 3.21. Küsimuste ja probleemide korral, s.h märgates kaasküllastajate kõrvalekaldeid headest tavadest kinnipidamisel või täheldades käitumist, mis võib viidata terviseprobleemidele, tuleb pöörduda administraatori, treeneri või ujulavalve-instruktori poole.

4. Ujula kasutamise head tavad

- 4.1. Ujula riietusruumidesse on välisjalanõudega sisenemine keelatud.
- 4.2. Ujulaküllastuse aega hakatakse lugema alates küllastuse registreerimisest Spordihoone vastuvõtuletis.
- 4.3. Enne igat basseini minekut, s.h saunast tulles, peab ennast pesema ilma ujumisriieteta. Pesemine on soovitatav ka pärast basseini kasutamist.
- 4.4. Kõigil ujula küllastajatel, s.h väikelastel, on kohustuslik kanda ujumisriideid. Lühikestes pükstes ja aluspesus on ujula kasutamine keelatud. Väikelastel on nõutav ujumismähkme kasutamine.
- 4.5. Plätude kandmine on ujulas soovitatav nii hügieenist lähtuvalt kui ka libedal põrandal kukkumiste ennetamiseks.
- 4.6. Pikemate juuste puhul peab kandma ujumismütsi või selle puudumisel tuleb juuksed punuda patsi või sättida krunnsoengusse.
- 4.7. Ujulapiirkonnas on keelatud jooksmine, hüppamine, kaasküllastajate häirimine vms tegevus, mis ohustab küllastaja enda ja kaasküllastajate turvalisust ja heaolu.
- 4.8. Kuni 10-aastased küllastajad saavad ujulat kasutada üksnes täiskasvanud saatjaga.
- 4.9. Ujumine toimub pikisuunaliselt, rajatähiste vahel, parempoolset liiklust järgides. Rajad, millel toimuvad rühmatunnid, on eraldi märgistatud ning nendel radadel tohivad ujuda ainult vastavasse treeningusse registreerunud küllastajad.
- 4.10. Treeningrühma suurus suures basseinis on maksimaalselt 10 täiskasvanud ujumat 1 raja kohta või 12 last 1 raja kohta. Lastebasseinis tohib korraga ujuda kuni 10 last.
- 4.11. Ujulas ei ole lubatud ujuda põikisuunaliselt. Ujumisrada võib vahetada ainult rajapiirete alt läbi ujudes. Rajapiiretel istumine ja seismine on keelatud.
- 4.12. Vettehüpped on lubatud ainult stardipukkidelt või nende kõrvalt. Vigurhüpped on keelatud.
- 4.13. Kõik ujumise jooksul kasutatavad vahendid tuleb treeningujärgselt asetada samasse kohta, kust need võeti.
- 4.14. Saunas on soovitatav viibida ilma ujumisriieteta, sest ujumisriietelt võivad

eralduda ained, mis ei ole tervisele kasulikud.

4.15. Enne riietusruumi minekut tuleb ennast duširuumis kuivatada.

4.16. Treeningu lõppemisel peab kapiukse jätma lukustamata ning käepael tuleb tagastada administraatorile.

5. Üldine

5.1. Spordikeskuse personalil on õigus nõuda kodukorda rikkunud küllastajate lahkumist Spordikeskusest ja selle territooriumilt.

5.2. Kodukorra juhiste mittetäitmise korral on Spordikeskusel õigus hüvitamiseta peatada ajutiselt või lõplikult ligipääs Spordikeskuse teenustele.

5.3. Spordikeskusel on õigus oma kliente valida.