

JUNGLE

— SPORT PARK —

PRAVIDLA A INSTRUKCE PRO POHYBOVOU HALU

Naši pohybovou halu máme velmi rádi a chceme, aby dobře sloužila každému milovníkovi pohybu, který si v ní rozhodne zacvičit. Přestože prostředí je to velice přívětivé, může být i nebezpečné a citlivé na poškození, pokud se využívá nesprávným způsobem. Prosíme tedy každého, aby ctil a respektoval níže uvedené instrukce, a aby se po hale pohyboval se zvýšenou opatrností.

Všechny děti musí vždy mít doprovod rodiče, nebo jiné zodpovědné osoby. Tato osoba musí mít také zakoupený patřičný vstup do pohybové haly.

V pohybové hale dbejte zvýšené opatrnosti, ať předejdete úrazu nejen svému, ale i ostatních.

Ve cvičebních prostorách se pohybujeme pouze v čisté obuvi nebo naboso.

V lezečkách se nechodí a neběhá. V lezečkách vstup pouze na dopadiště pod stěnou.

Pití ani jídlo do tělocvičny nepatří a prosíme nechávejte si ho před tělocvičnou.

Veškeré nářadí, cvičební pomůcky a překážky používáme tak, abychom je nepoškozovali.

Je zákaz ohýbat či jakkoliv lámat žíněny.

Cvičná modrá kladinka musí být vždy celou plochou na zemi, je přísný zákaz z ní dělat „mosty“ či náběhové plošiny opřené o zvýšenou plochu apod. Hrozí její přelomení.

Při přesunu pevných překážek dáváme pozor, abychom je neodírali nebo s nimi nepoškozovali ostatní vybavení haly a podlahu. Větší bedny ideálně přenášíme ve dvou a nad zemí.

Pomůcky, které používáme při tréninku, vždy vrátíme na místo, kde jsme je vzali.

Komunikujeme mezi sebou, abychom předcházeli zbytečným zraněním z nepozornosti.

Na trampolíně vždy skáče pouze jedna osoba. Trampolínka je určena pouze pro nejmenší děti (do 20 kg) a to za stálého a zvýšeného dozoru rodičů!

Manipulace s gymnastickou hrazdou:

Pokud chcete zvýšit či snížit výšku hrazdy je potřeba pevně držet tyč, na obou bocích opatrně zvednout, uvolnit a vytáhnout pojistný kolík z díry v boční konstrukci a poté hrazdu umístit do požadované výšky (kolíky musí být vždy na obou stranách ve stejné výšce!), opět oběma kolíky připevnit.

Zákaz vstupu do skladu pomůcek.

Zákaz pití a jídla v pohybové hale.

Zákaz zvířat.

Moc děkujeme za dodržování a přejeme, ať si užijete příjemný den v pohybu.