

PROVOZNÍ ŘÁD

POSILOVNA PALACHOVY KOLEJE

Provozní řád posilovny obsahuje všeobecná ustanovení a stanovuje podmínky využívání a pravidla provozu prostor posilovny Palachovy koleje.

Provozovatel: Univerzita Hradec Králové

Osoby pověřené k provozu posilovny: Dominik Pekař – mob.: 721 248 279

Tomáš Bartovský - mob.: 733 244 033

Kontaktní údaje: recepce VŠK UHK – tel.: 493 336 000, mob.: 605 207 815

e-mail: gym@uhk.cz

1. Všeobecná ustanovení

- 1.1 Posilovna Palachovy koleje (dále jen posilovna) se nachází na adrese Palachova 1129, 500 12 Hradec Králové – zadní vchod F. Palachovy koleje jsou vysokoškolské koleje patřící pod Univerzitu Hradec Králové (dále UHK).
- 1.2 Každý návštěvník posilovny je povinen seznámit se s **provozním řádem** a dodržovat veškerá jeho pravidla, ustanovení a podmínky. Návštěvník je povinen respektovat obecné zásady slušného chování (nerušte ostatní návštěvníky, nemluvte na právě cvičícího, hovořte přiměřenou hlasitostí a slušně), zachovávat čistotu a pořádek, zamezit plýtvání vodou a elektrickou energií a dodržovat hygienické zásady.
- 1.3 Posilovna je určena k volnočasovému využití studenty ubytovanými na VŠK a pracovníky UHK a slouží pro fyzický rozvoj, kultivaci těla a aktivní relaxaci. Jakékoliv jiné využití či zneužití je nepřijatelné a budou z něho vyvozeny následky.
- 1.4 Využívání prostoru a jeho vybavení je umožněno **předplatitelům posilovny**. Předplatné je možné zakoupit na recepci kolejí, platné je pro daný semestr, ve kterém bylo zakoupeno.
- 1.5 V prostoru se nachází oddělené šatny pro ženy a muže, které slouží k převlékání a odložení oblečení do uzamykatelných skříněk. Odkládání oblečení a jiných věcí (batohů, tašek, mobilních

telefonů atd.) mimo prostor šatních skříněk je na vlastní riziko. Provozovatel nenes odpovědnost za ztrátu cenných předmětů nebo hotovosti. Návštěvník použije ke sprchování vlastní ručník. Před vstupem do posilovny je návštěvník povinen se přezout do čisté sportovní obuvi (venkovní obuv si uloží do šatní skříňky).

- 1.6 V celém prostoru platí přísný **zákaz kouření, konzumace potravin, požívání alkoholických nápojů**, užívání drog a omamných látek, používání ohně a nošení látek obecně ohrožujících zdraví nebo majetek. Zakázán je vstup osobám pod vlivem drog, omamných a psychotropních látek a alkoholu. **Osoby postižené přenosnou chorobou či jinou nemocí mají vstup zakázán**, pokud jejich lékař neurčil, že je bezpečné prostory navštívit.
- 1.7 Návštěvník rovněž nesmí zasahovat do elektroinstalace, vodoinstalace, poškozovat, zneužívat nebo jiným způsobem znemožňovat použití hasicích přístrojů, odstraňovat pokyny, návody, dokumenty sloužící požární ochraně. Poškozovat nebo svévolně měnit vybavení a zařízení posilovny je taktéž zakázáno.
- 1.8 Veškeré **vzniklé škody, havárie a závady** jsou návštěvníci povinni hlásit neprodleně osobám zodpovědným za provoz sportoviště nebo na recepci kolejí nebo zasláním e-mailu na gym@uhk.cz.
- 1.9 Lékárnička pro případ první pomoci je umístěna v hlavní místnosti prostor posilovny. V případě poranění či úrazu bude proveden neprodleně záznam do „Knihy drobných poranění“ a podepsán svědkem, který byl v danou chvíli přítomen.
- 1.10** V případě vypuknutí požáru se návštěvník řídí aktuální požární poplachovou směrnicí, požárním evakuačním plánem (je povinen přijmout okamžitá opatření k likvidaci ohniska a **neprodleně přivolat pomoc**).
- 1.11 Návštěvník je povinen sledovat vládní nařízení týkající se COVID-19 a chovat se podle nich.

2. Zařízení a jeho použití

- 2.1 Při užívání jakéhokoliv vybavení je návštěvník povinen dodržovat návody k užívání (návody jsou vyvěšeny na stěnách) a používat jen stroje a náčiní, se kterými umí zacházet a zná správnou techniku. Přičemž ho používá na vlastní nebezpečí a před použitím se přesvědčí, že vybavení nevykazuje žádné známky závady. Každý člen svým vstupem do prostor posilovny a cvičením

na jednotlivých strojích a zařízeních dává souhlas, že byl seznámen s návody na obsluhu strojů a zařízení a je mu známo, jak se stroji a zařízeními zacházet při provádění jednotlivých cviků. Návody jsou umístěny v prostorách posilovny. Provozovatel neodpovídá za případné úrazy vzniklé v prostorách posilovny při nepatřičném, neodborném a neopatrném zacházení se zařízeními posilovny nebo za úraz způsobený nepřiměřenou zátěží (při posilování svého maxima si zajistí pomoc), neodhadnutím vlastních možností a neopatrném chování.

- 2.2 Náčiní ukládejte na své původní/vyznačené místo, veškeré váhy vždy vrátíte na původní místo a nenecháváte je na osách. Činky odkládejte opatrně na podlahu tak, aby nedošlo k jejímu poškození.
- 2.3 Je zakázáno vynášet vybavení z dané místnosti, každá místnost je označena a má svůj seznam vybavení – místnost se stroji, funkční místnost, kardio zóna. Osa je přiřazena ke stroji, u kterého se nachází, a je zakázáno s ní manipulovat i v rámci místnosti.
- 2.4 Při poškození vybavení zapříčiněným jakýmkoliv porušením provozního řádu je provozovatel oprávněn vynutit si plnou částku vybavení nebo opravy. Jakékoliv odcizení vybavení bude dohledáno a návštěvník ponese následky, zároveň je povinen uhradit odcizené vybavení plnou částkou.
- 2.5 Při opuštění posilovny je návštěvník povinen zhasnout světla, zavřít okna a zkontrolovat, jestli veškeré vybavení, které používal, je uklizeno na svém místě. Taktéž je povinen zanechat prostory čisté a uklizené, dveře od sprchového koutu ponechat otevřené (zajištění větrání prostor a odchodu páry po sprchování). Vstupní dveře do posilovny a vstupní dveře od bloku F budou vždy uzavřeny pro zamezení vstupu nepovolaným osobám.

3. Organizace, vstup a řízení provozu

- 3.1 Posilovna je v provozu následovně:

Pondělí – Pátek	6.30-8.30	(Po-Stř-Pá studenti; Út-Čt zaměstnanci)	
	9.00-11.00		
	13.00-15.00		
	15.00-17.00		
	17.00-19.00		
	19.00-21.00		
Sobota	9.00-11.00	17.00-19.00	(pouze zaměstnanci)

Neděle	9.00-11.00
	13.00-15.00
	15.00-17.00
	17.00-19.00
	19.00-21.00

Maximální doba pobytu v rámci 1 cvičící jednotky je 2 hodiny

Poslední možnost vstupu je v 19:00, každý návštěvník je povinen opustit posilovnu do 21:00.

V době letních prázdnin – měsíce červenec a srpen - bude případně stanovena individuální provozní doba.

- 3.2 Vstup je umožněn návštěvníkům, kteří si provedou včas rezervaci v rezervačním systému:
- a) rezervace studentů: www.uhk.cz/gym-koleje-student
 - b) rezervace zaměstnanců: <http://www.uhk.cz/gym-koleje-zamestnanec>
- 3.3 Návštěvníkovi bude umožněn vstup do posilovny na základě platné ISIC karty, karty studenta nebo průkazu zaměstnance. Pro zajištění povolení ke vstupu **je nutné provést rezervaci vždy den předem do 20 hod.** Návštěvník je povinen se při vstupu do posilovny „zalogovat“ (tzn. přiložit svou kartu ke čtecí zóně elektronického vstupního zařízení). Každý návštěvník posilovny se při koupi předplatného/ před prvním vstupem do posilovny seznámí s provozním řádem a podepíše, že souhlasí s jeho zněním. Provozní řád a podpisový arch je k dispozici na recepci VŠK UHK.
- 3.4 Počet návštěvníků je omezen na 10 osob v jednom časovém intervalu, minimální doporučený počet osob jsou 2 osoby.
- 3.5 Provozovatel si vyhrazuje právo pro změnu provozní doby. Změny týkající se omezení provozu budou zveřejněny na webových stránkách UHK, v sekci Vysokoškolské koleje, v krajním případě budou návštěvníci s provedenou rezervací vyrozuměni e-mailem nebo telefonicky.
- 3.6 Jakékoliv porušení provozního řádu, obecně platných pravidel neprodleně oznamte osobám pověřeným k provozu posilovny nebo zašlete na email: gym@uhk.cz, přičemž z každého takového porušení budou vyvozeny důsledky. Návštěvníkovi propadne předplatné bez nároku na náhradu a provozovatel může rozhodnout o nemožnosti zakoupení nového předplatného.

Provozní řád je trvale vyvěšen v prostorách posilovny, taktéž je uveřejněn na webových stránkách UHK v sekci Vysokoškolské koleje.