

Provozní a návštěvní řád Domu jógy Příbram

I. Provozovatel

Provozovatelem Domu jógy Příbram je Sedláček s.r.o., se sídlem Zdaboř 488, 261 01 Příbram V, IČ: 25123297, tel.: 730 132 177, e-mail: recepce@dumjogypribram.cz. Společnost je zapsaná v OR u Městského soudu v Praze, odd. C, vl. 189414 (dále jen Provozovatel).

II. Všeobecné údaje

Název a sídlo studia: Dům jógy Příbram, Plzeňská 76, 261 01 Příbram I, www.dumjogypribram.cz, info@dumjogypribram.cz, tel. 730 132 177

Řádný provozní doba studia: 7:00 – 21:00 hodin, dle platného aktuálního rozvrhu hodin.

Vytápění: ÚT s regulovanou teplotou 18 – 22 °C.

Větrání: vzduchotechnika s rekuperací.

Osvětlení: denní, LED světla.

Místnosti: šatny – pánská, dámská a personální, WC – pánské, dámské a personální, sprcha dámská a pánská, dva sály na cvičení, chodba, recepce, sklad jógamatek, strojovna, úklidová místnost.

Podlahy: sály – dřevo, recepce, chodby, šatny – vinyl, WC a sprchy – dlažba, strojovna – beton.

Obklady: všechny WC a sprchy, úklidová místnost.

Občerstvení: součástí recepce je bar s posezením, kde je možné zakoupit nealkoholické nápoje (čaj, káva, limo) - k tomuto účelu je bar v recepci vybaven ledničkou, dvojdřezem a myčkou. Pro provoz baru je vypracován systém kritických bodů HACCP.

III. Dům jógy Příbram

Přejeme si, aby se každý, kdo k nám přijde, cítil příjemně. Přečtěte si prosím následující řádky, které Vám nastíní způsoby chování v jógovém studiu.

Příjemnou atmosféru ve studiu, není dobré narušovat hlasitou komunikací či výjevy za dveřmi sálu. Narušuje to celou lekci a Vaši pozornost odvádí od cvičení a relaxace. Nechte si čas na cestu do studia. Na lekci přicházejte včas, zhruba 15 min. před začátkem, ať máte možnost se v klidu převléknout a připravit se na lekci.

Do sálu si nenoste mobilní telefon, jóga je o zklidnění a relaxaci. Nekomunikujte s kamarádkou v průběhu lekce, dojmy z lekce si můžete sdělit v klidu při kávě v našem příjemném posezení. Mějte na paměti, že cvičení jógy je o klidu, pochopení a respektu. Pro cvičení jógy zvolte vhodné oblečení. Aby Vás neškrtilo, nebo naopak nepadalo, když budete např. hlavou dolů. Můžete si také vzít pantofle na přechod do sálu. Cvičí se naboso. Před cvičením min. 2 hodiny nejezte těžká jídla, nepijte povzbuzovací nápoje (př. nápoje obsahující kofein, l-carnitin, taurin, Synephrin apod.)

Cvičení jógy nás učí k úctě a respektu k druhým. Proto zkuste svůj čas v jógovém studiu strávit v pohodě a v klidu, i když třeba nemáte svůj den. Chovejte se tiše, respektujte vedení lekce instruktorem. Buďte ohleduplní k ostatním. Udržujte pořádek.

IV. Provozní podmínky

- studio je určeno ke cvičení jógy a z této základní aktivity odvozených cvičení – např. zdravotní cvičení

- studio je v provozu dle stanoveného časového rozvrhu, který je veřejně k dispozici a musí být dodržován. Poslední možnost vstupu do studia je v souladu s aktuálním rozvrhem cvičení.
- ve studiu je k obsluze klientů recepce, u které je potřeba nahlásit, na jaké cvičení klient jde
- vstup do sálů je povolen pouze v ponožkách nebo naboso ve vhodném cvičebním úboru v závislosti na druhu cvičení. K převlékání a odložení oblečení do šatních skříněk slouží výhradně šatny. Odkládání oblečení a jiných větších věcí (např. batohů či tašek) mimo prostor šatny není dovoleno.
- klientům jsou k dispozici oddělené šatny s uzamykatelnými skřínkami. Provozovatel nenese žádnou zodpovědnost za cennosti uložené v šatně (osobní doklady, klíče, cennosti, šperky, peníze, platební karty, notebooky a jiné). Dojde-li k odcizení či ztrátě osobních věcí, je klient povinen neprodleně informovat o této skutečnosti obsluhu studia a kontaktovat Policii ČR. Na dodatečné ohlášení krádeže či ztráty nebude brán zřetel.
- klienti se ve studiu chovají tak, aby nerušili a neobtěžovali ostatní při cvičení.
- klienti odpovídají za dodržování pořádku v celém prostoru studia, za ochranu majetku a za škody vzniklé porušením tohoto provozního řádu.
- klienti provádějí v prostorách studia cvičení pod odborným lektorským dohledem
- každý klient je plně zodpovědný za svůj zdravotní stav. Provozovatel Domu jógy nenese žádnou zodpovědnost za zdravotní stav klientů.
- klienti provádějí **cvičení na vlastní nebezpečí**, a to zejména s ohledem na svůj aktuální zdravotní stav. Pokud jsou prováděny cviky mimo fyzické možnosti klienta, je vhodné, aby klient cvičení přerušil.
- každý klient je rovněž povinen dodržovat pokyny instruktora vztahující se ke cvičení a vybavení. V opačném případě nenese Provozovatel žádnou zodpovědnost za vzniklé úrazy či zranění. Jakékoli zranění je nutné okamžitě ohlásit přítomnému lektorovi. Během provozování sportovních aktivit nesmí klient ohrozit své zdraví, ani zdraví ostatních účastníků.

V. Pravidla chování ve studiu

- po ukončení lekce je klient povinen dbát pokynů lektorky
- zdržovat se ve studiu bezdůvodně není dovoleno
- klient nesmí vstupovat do technického zázemí studia
- klienti užívají prostory studia pouze k účelům, ke kterým jsou určeny a dodržují v těchto prostorách všechny zásady bezpečnosti, hygieny a požární ochrany.
- klienti jsou povinni dbát pokynů a nařízení Provozovatele a dbát na dodržování pořádku v prostorách studia
- V prostorách jóga studia je zakázáno kouřit a požívat alkoholické nápoje či jiné omamné či psychotropní látky. Povoleny jsou pouze nealkoholické nápoje v plastových či plechových obalech. Osobám pod vlivem alkoholu nebo jiných omamných látek je vstup do prostor studia zakázán.
- Osobám mladším patnácti let je povolen vstup pouze za doprovodu dospělého.

VI. První pomoc a hygiena provozu

Pro potřeby první pomoci je v prostoru recepce lékárnička. Ta je vybavena dle platných předpisů a v souladu s poskytovanými službami.

Provozovatel studia odpovídá za to, že v pravidelných intervalech jsou prováděny úklidové a dezinfekční práce.

VII. Lekce jógy

Jógové lekce probíhají pod vedením kvalifikovaných instruktorů. Nastane-li jakákoli událost, která znemožňuje poskytnutí nabízených služeb, je Provozovatel oprávněn plánované lekce zrušit a oznámit to na webových stránkách či na Facebooku.

Každý klient je povinen seznámit se s Provozním řádem Domu jógy Příbram. Rezervací na lekci jógy, kurz a další akce klient potvrzuje, že se s Provozním řádem seznámil a zavazuje se jej plně respektovat a dodržovat.

VIII. Závěrečná ustanovení

Klienti zodpovídají za škody vzniklé porušením Provozního řádu, za ztrátu či poškození majetku Provozovatele, a to v plné výši, i když byla škoda způsobena neúmyslným jednáním. V případě porušení provozního řádu bude návštěvníkovi zamezen vstup do zařízení bez nároku na vrácení kurzovního.

IX. Tísňové telefonní linky

Zjistíte-li mimořádnou událost (požár, havárii s únikem nebezpečné látky apod.), která ohrožuje osoby, majetek nebo životní prostředí okamžitě volejte **telefonní číslo 150 HASIČI – Hasičský záchranný sbor ČR.**

Pomoc zdravotnické záchranné služby se vyžaduje při všech stavech ohrožujících život na **telefonní lince 155 ZÁCHRANKA – Zdravotnická záchranná služba.**

Pokud jste svědky nějakého protiprávního jednání, volejte **telefonní číslo 158 POLICIE – Policie České republiky nebo 156 Městská policie Příbram.**

V tísni lze také použít **telefonní číslo 112 - Jednotné evropské číslo tísňového volání.**

Tento provozní řád nabývá platnosti 17.4. 2018