

# Zajawka



## REGULAMIN SZCZEGÓŁOWY

**Każda aktywność fizyczna niesie ze sobą ryzyko powstania kontuzji. Jednak przy rozsądnym korzystaniu z atrakcji Centrum Sportu i Zabawy „Zajawka” ryzyko odniesienia takiej kontuzji jest bliskie zeru.**

1. Z dostępnych atrakcji można korzystać wyłącznie w skarpetkach antypoślizgowych. Zaleca się ubranie sportowe.
2. Przed wejściem na arenę należy zgłosić się na obowiązkową rozgrzewkę przeprowadzaną przez Personel Zajawki.
3. Na pojedynczej trampolinie może znajdować się tylko jedna osoba. Dotyczy to trampolin rekreacyjnych oraz sportowych.
4. Osoba korzystająca z trampolin powinna wybijać się w środku pola (oznaczonego kwadratem) zawsze z obu nóg i lądować na obie stopy.
5. Podczas skakania na trampolinie użytkownik powinien znajdować się w rozkroku, a jego nogi powinny być ugięte. Wyprostowanie kolan może skutkować kontuzją. Administrator nie ponosi odpowiedzialności za kontuzje i uszczerbki na zdrowiu powstałe w wyniku nie przestrzegania Regulaminu. Bezwładne lądowanie może skutkować kontuzją. Administrator zwraca się z prośbą do użytkowników o staranne wykonywanie ćwiczeń na trampolinach.
6. Na trampoliny nie wolno wносить rzeczy, które mogą spowodować zniszczenia lub urazy takie jak: biżuteria, klucze, telefony, ubrania zawierające metalowe elementy, inne ostre przedmioty.
7. Zabrania się wchodzenia na trampoliny z jakimikolwiek substancjami w ustach (w szczególności z gumą do żucia).
8. Zabrania się wnoszenia i spożywania żywności w strefie trampolin. Spożywanie żywności dozwolone jest w miejscach do tego wyznaczonych.
9. Do skakania służą wyłącznie elementy do tego przeznaczone, a więc maty trampolinowe. Zabrania się skakania po elementach konstrukcyjnych.
10. Zabrania się skakania do basenu z gąbkami, podczas gdy znajduje się tam inny użytkownik.
11. Zabrania się wieszania na siatce asekuracyjnej.
12. Zabrania się wspinania na elementy konstrukcyjne oraz trampoliny skośne.
13. Zabrania się wieszania na obręczach do koszykówki.
14. W jednym miejscu, w jednym czasie ewolucję może wykonywać wyłącznie jedna osoba.
15. Każda z atrakcji Centrum Sportu i Zabawy „Zajawka” Zielona Góra może być użytkowana przez jedną osobą w jednym czasie.

16. Zabrania się biegania pomiędzy trampolinami oraz po matach trampolinowych. Bieganie pomiędzy trampolinami może doprowadzić do potknięcia, co może doprowadzić do kontuzji.
17. **Nie należy skakać do basenu z gąbkami głową w dół.** Po wykonanym skoku trzeba natychmiast opuścić basen.
18. Wykonywanie skoków do basenu z gąbkami musi być wykonywane w sposób umiętny. Wybicie musi być odpowiednio mocne, aby nie upaść na obicia miękkie.
19. Wszelkie akrobacje należy wykonywać wyłącznie przy personelu „Zajawki” po odpowiednim przygotowaniu.
20. Wykonywanie trudnych akrobacji bez odpowiedniego przygotowania może skutkować kontuzją lub trwałym uszczerbkiem na zdrowiu.
21. Użytkownicy są świadomi swojego stanu zdrowia oraz kondycji fizycznej oraz mają świadomość niebezpieczeństw wynikających z wykonywania trudnych akrobacji na trampolinach.
22. W przypadku nieudanego skoku należy starać się wylądować na plecach lub ułożyć ciało w kłębek, chroniąc głowę rękami.
  - a) W przypadku niekontrolowanego upadku na trampolinę, ręce przyciskamy do tułowia, nie wystawiamy ich do asekuracji, grozi to kontuzją (np. złamaniem).
23. przypadku Materace asekuracyjne (obicia miękkie zabezpieczające elementy konstrukcyjne trampolin) służą m.in do zredukowania ryzyka odniesienia kontuzji. Nie dają one jednak 100% ochrony przed zderzeniami. Należy unikać upadania własnym ciałem na maty umieszczone przy trampolinach.
24. Zabrania się wykonywania skomplikowanych akrobacji bez nadzoru Trenera.
25. Centrum posiada na swoim wyposażeniu urządzenia interaktywne typu „Valo Jump” oraz „Eliminator”/”Wymiatacz”, korzystanie z nich jest możliwe po zapoznaniu się z osobnymi regulaminami. Zabrania się dotykania, skakania, naciskania itp. na ekrany „Valo Jump” . Zabrania się samodzielnej obsługi „Eliminatora” / „Wymiatacza”, urządzenie jest uruchamiane tylko i wyłącznie przez personel „Zajawki”. Centrum posiada również wieżę do skoków, do której obowiązuje dodatkowy regulamin.
26. Tor przeszkód składa się z wielu elementów konstrukcyjnych, które wymagają odpowiedniej kondycji fizycznej:
  - Przeszkody
  - grzybki
  - ściana równoległaStrefa basenu z gąbkami składa się z elementów konstrukcyjnych, które wymagają odpowiedniej kondycji fizycznej:
  - wieża
  - kładkaNależy zachować szczególną ostrożność podczas wykonywania ćwiczeń na poszczególnych elementach.
27. Osoby, które naruszają zasady regulaminu, dobre obyczaje oraz stwarzają zagrożenie dla innych użytkowników i nie stosują się do zaleceń pracowników Centrum będą musiały opuścić teren trampolin bez prawa do zwrotu uiszczonych opłat.
28. W basenie z gąbkami na wysokości jednego toru może przebywać wyłącznie jedna osoba.
29. Nie wolno szukać w basenie zagubionych przedmiotów, należy ten fakt zgłosić pracownikowi Centrum.
30. Nie wolno wyrzucać gąbek z basenu na teren trampolin.
31. Osobom noszącym okulary lub soczewki zaleca się zastosowanie środków ochrony indywidualnej oraz szczególnej ostrożności.
32. Należy zachować szczególną ostrożność przy opuszczaniu strefy trampolin.
33. Centrum nie ponosi odpowiedzialności za jakiegokolwiek szkody, takie jak urazy, uszkodzenia ciała czy inne kontuzje powstałe w związku nieprzestrzegania regulaminu.