

### **Rīgas Zolitūdes ģimnāzijas peldbaseinu izmantošanas noteikumi.**

1. Peldbaseinu ir tiesīgi apmeklēt ģimnāzijas skolēni, skolēni no citām skolām, kas apmeklē peldētapmācības nodarbības, sporta skolu audzēkņi, jebkura fiziska vai juridiska personā, kurai ir noslēgts nomas līgums, saskaņā ar nodarbību grafiku un jebkura fiziska persona, kura iepriekš iegādājusies apmeklētāju abonementu.
2. Pirms peldbaseina apmeklējuma būtu jāpārlicinās par veselības stāvokli un jākonsultējas ar ģimenes ārstu.
3. Uzsākot apmeklēt peldbaseinu ir jāuzrāda ārsta izziņu, kas derīga vienu gadu, nododot to baseina medmāsai.
4. Par treniņgrupu nodarbību laikā atbild treneris, pedagogs vai cita atbildīgā persona. Individuālā apmeklējuma laikā par savu veselības stāvokli atbild katrs peldbaseina apmeklētājs pats, par bērnu veselību atbild pavadošā persona – vecāki, vecvecāki, pieaugušie.
5. Aizliegts izmantot peldbaseinu, ja ir lipīga ādas slimība, redzamas ādas, matu vai nagu slimības pazīmes, ja nav ārsta izziņas, kas apliecina, ka attiecīgā slimība nav lipīga.
6. Peldēšanas apmācība Sporta kompleksa mazajā peldbaseinā ir atļauta bērniem sākot no 6 (sešu) gadu vecuma trenera klātbūtnē. Lielā peldbaseina patstāvīga apmeklēšana ir atļauta no 12 ( divpadsmit ) gadu vecuma.
7. Peldbaseina apmeklējuma ilgums – 45 minūtes.
8. Ieejot baseinā ir jāuzrāda abonements. Apmeklētājiem stingri jāievēro norādītais nodarbību laiks un abonementu derīguma termiņš. Peldbaseina apmeklētāji uz nodarbību tiek ielaisti ne agrāk kā 10 minūtes pirms nodarbību sākuma, apmeklējuma laikam beidzoties, peldbaseina apmeklētājiem ir jāpamet Sporta kompleksa telpas 30 minūšu laikā, pretējā gadījumā administrācijai ir tiesības pieprasīt samaksu par pārtērēto laiku pilnā apmeklējuma vērtībā. Neizmantojie abonementi ( apmeklējumi) netiek pārceļti vai pagarināti.
9. Visiem apmeklētājiem virsdrēbes un ielas apavus ir jāatstāj garderobē.
10. Vērtslietas var atstāt glabāšanai skapītī. Par pazaudētiem apģērbiem, dokumentiem, mobiliem telefoniem, vērtslietām, numuriņu vai skapīša atslēdzinām un citām mantām baseina darbinieki atbildību nenes.
11. Baseina telpās ir atļauts ienest tīros maiņas apavus un ienest peldbaseina apmeklējumam nepieciešamās lietas (peldcepurei, peldkostīmam un mazgāšanās piederumiem) .
12. Pirms baseina apmeklējuma obligāti jānomazgājas dušā bez peldkostīma ar ziepēm vai citiem mazgāšanās līdzekļiem.
13. Baseina telpās nedrīkst dzīt apmatojumu, krāsot matus, griezt matus vai nagus, veikt pēdu apkopi.
14. Ja baseina celiņā ir vairāki cilvēki, tad ieteicams peldēt pa labo celiņa pusi.
15. Peldbaseinā aizliegts skriet gar baseina malu, trokšņot, lekt no malām ( izņēmums ir peldēšanas uzsākšana, kad drīkst lēkt ūdenī no starta malas vai paaugstinājuma, iepriekš jāpārlicinoties, ka tas netraucēs citiem peldētājiem) , nirt ( tikai ar trenera atļauju ) .
16. Peldbaseinā aizliegts aizmigt un regulēt peldbaseina aprīkojuma slēdžus un sviras, līst pāri vai sēdēt uz celiņu apzīmējošām trosēm.
17. Hidromasāžu nedrīkst izmantot grūtnieces, sirds un asinsvadu slimnieki, cilvēkiem ar paplašinātām vēnām un ļoti cienījama vecuma personām hidromasāžas lietošanu nepieciešams saskaņot ar ārstu.
18. Baseina apmeklētāji ir personīgi atbildīgi par Drošības noteikumu peldbaseinā ievērošanu. Par gūtajām traumām peldbaseina darbinieki atbildību nenes.
19. Par iekšējās kārtības un drošības noteikumu neievērošanu sporta kompleksa vadītājs ir tiesīgs anulēt abonementu, neveicot kompensāciju par samaksāto pakalpojumu.

20. Sliktas pašsajūtas gadījumā vai pēc nelaimes gadījuma baseina apmeklētājs var vērsties pie skolotāja, trenera, grupas atbildīgās personas vai dežurējošā personāla, pēc nepieciešamības tiek sniegta pirmā medicīniskā palīdzība vai izsaukta neatliekamā medicīniskā palīdzība.
21. Ugunsgrēka gadījumā jāievēro skolotāja, trenera vai atbildīgās personas norādījumi un jāevakuējas no telpām, vadoties pēc katrā stāvā izvietotajiem evakuācijas ceļiem.
22. Neatliekamo dienestu tālruni - 113 (ātrā palīdzība) vai 112 (glābšanas dienests).
23. Nodarbību laikā neskaidrības gadījumos vai, ja rodas neparedzētas situācijas, griezties pie atbildīgās personas - skolotāja, trenera, komerclaika atbildīgās personas vai Sporta kompleksa vadītāja.