

### **Rīgas Zolitūdes ģimnāzijas sporta zāļu izmantošanas noteikumi**

1. Atļauts ienākt tikai sporta, maiņas apavos. Nodarboties ar aktivitātēm atļauts tikai ar iekštelpās piemērotiem sporta apaviem.
2. Apmeklētājs virsdrēbes un ielas apavus atstāj ģērbtuvē, sporta zālē nodarbībā drīkst piedalīties tīros maiņas sporta apavos.
3. Sporta zālē jāievēro tās specifikācija. Zālēs, kuras ir aprīkotas ar spoguļiem, stikla durvīm un neaizsargātām griestu lampām, aizliegts spēlēt bumbu un citas spēles, kuras var apdraudēt veselības stāvokli vai var radīt materiālos zaudējumus.
4. Stingri aizliegts karāties uz basketbola vairogiem un groziem, futbola vārtiem, logu aizsargtīklos un sadalošajās sienās, volejbola tīklos u.c.
5. Jāievēro katra sporta veida noteikumi.
6. Sliktas pašsajūtas gadījumā vai pēc nelaiemes gadījuma apmeklētājs var vērsties pie skolotāja, trenera, grupas atbildīgās personas vai dežurējošā personāla, pēc nepieciešamības tiek sniegta pirmā medicīniskā palīdzība vai izsaukta neatliekamā medicīniskā palīdzība.
7. Pēc nodarbības atbildīgā persona izslēdz gaismu un ventilāciju sporta zālē un ģērbtuvēs, aizver logus, aizslēdz sporta zāli un nodod atslēgu Ģimnāzijas dežurantam.