

## **Provozní řád**

### **I. Provozovatel**

Jan Kulháněk  
U Koupaliště 1530  
564 01 Žamberk

IČ: 62041312  
Tel : +420 608 356 665

### **II. Správce fitness centra**

Jan Kulháněk  
U Koupaliště 1530  
564 01 Žamberk

### **III. Všeobecné údaje**

Tento provozní řád slouží k zajištění pořádku, bezpečnosti a ochrany uživatelů a návštěvníků sportovního centra. Všichni zákazníci centra jsou povinni seznámit se s provozním řádem, řídit se jím a dodržovat. Vstupem do objektu centra za účelem využití nabízených služeb zákazník potvrzuje, že akceptuje provozní řád.

#### Název a sídlo fitness centra

##### **4zones Fitness**

U koupaliště 1530  
564 01 Žamberk

**Tel. 733 735 753**

[www.autocamping.cz](http://www.autocamping.cz)

#### Provozní doba

FITNESS CENTRUM, SQUASH

PO, ČT	8,00 – 11,00	14,00 – 21,30
ÚT, ST, PA		14,00 – 21,30
SO	9,00 – 11,00	14,00 – 21,30
NE		14,00 – 21,30

- objednat si cvičení a squash můžete i na hodiny mimo naší pracovní dobu na tel. čísle 733 735 753 nebo 608 356 665

#### MASÁŽE

- dle telefonické objednávky na recepci sportovního centra, tel.č. 737 735 753

- poskytované masáže :

Dana Benešová – Dornova metoda, Breussova masáž, Baňkování, Quasha

Jaroslav Středa – Sportovní masáž, Klasická masáž, Relaxační masáž, Manuální lymfodrenáž

#### Vytápění

- vytápění sportovního centra s regulovatelnou teplotou

#### Větrání

- výklopná okna, vzduchotechnika s přehříváním i chladicí klimatizací

#### Osvětlení

- zářivkové a přírodní

#### Místnosti sportovního zařízení

- fitness centrum

- squash

- cardio zóna

- solárium, masáže

- vstupní hala, bar s obsluhou

- šatna ženy, sprchy, WC invalidé - ženy

- šatna muži, sprchy, WC

- sklad občerstvení
- šatna personál, WC
- technická místnost (úklid), kancelář

#### Posilovací stroje jsou značky

- STARTRAC
- revize, promazání, kontrola a čištění strojů je prováděno dle požadavků výrobce 1 x ročně nebo dle potřeby

#### **IV. Provozní podmínky a popis pracovní činnosti**

Sportovní centrum je určeno k rekreačnímu sportovnímu vyžití veřejnosti.

Otevřeno je denně, včetně většiny svátků. Pokud je změněna pracovní doba, je to včas oznámeno na recepci a webových stránkách zařízení.

Návštěvník musí dosáhnout minimálně věku 15 let. Je-li mladší, je mu vstup povolen pouze v doprovodu osoby starší 18 let. Tato osoba přebírá plně odpovědnost za bezpečí nezletilého návštěvníka, je povinna se mu věnovat a nenechávat ho bez dozoru.

Centrum je v provozu dle platného aktuálního časového rozvrhu, který musí být dodržován. O případných změnách a mimořádných termínech uzavření (údržba, turnaje, některé svátky) je návštěvník vždy informován na internetových stránkách a na recepci. Poslední vstup je možný půl hodiny před uzavřením centra. Prostor centra musí být vyprázdněn nejpozději po ukončení provozní doby.

Po vstupu do sportovního centra prosíme o vyzutí obuvi na místě k tomu určeném (ve vstupní hale vedle vchodových dveří). Jsou zde k dispozici igelitové pytle na obuv, do kterých si vložíte obuv a uložíte do své šatní skříňky. Obuv si prosíme obujte opět až při odchodu ze sportovního centra. K převlékání a odložení oblečení slouží výhradně šatna a v ní šatní uzamykatelné skříňky. Odkládání oblečení a jiných větších věcí (např. batohů či kabel) mimo prostor šatny je zakázáno. Provozovatel neodpovídá za škodu na vnesených věcech cvičenců do prostor sportovního centra. Nedoporučujeme nechávat si v šatních skříňkách cenné věci (peníze, doklady, klíče od auta apod.). Za případné ztráty neručíme. Na cennosti je k dispozici na recepci trezor.

Vstup do centra je možný pouze s platnou vstupenkou, kreditní kartou nebo předplacenou permanentkou.

Návštěvník je povinen při vstupu se prokázat platnou permanentkou, kreditní kartou nebo si zakoupit jednorázový vstup. Pokud si návštěvník zakoupí časovou permanentku je vystavena na danou osobu a obsluha na recepci může požadovat předložení dokladu totožnosti.

Studenti nahlásí předem na recepci, že chtějí uplatnit studentskou slevu a prokáží se platným studijním průkazem nebo ISIC kartou do 26 let. Senior musí prokázat věk nad 60 let.

Návštěvníci jsou povinni po opuštění fitness centra vrátit klíče od šatní skříňky a ostatní zapůjčené předměty. (rakety, brýle, ručníky). Za ztrátu šatního klíče se účtuje poplatek 50 Kč.

Návštěvníci centra nesmí dobrovolně umožnit vstup osobě, která se neprokázala právem na vstup do centra.

Do sportovního centra je umožněn vstup pouze v čisté, pevné obuvi, se světlou podrážkou či označením : No marking a ve sportovním oblečení vhodném ke cvičení. Není dovoleno cvičit bez oblečení.

V celém prostoru centra je přísný zákaz kouření, používání ohně, konzumování vlastních potravin. Konzumace alkoholických nápojů a nápojů ve skle je dovoleno pouze na recepci baru.

Ve sportovních částech centra( jsou povoleny pouze nealkoholické nápoje v plastových obalech a to pouze v prostorách k tomu vyhrazených.

Osobám pod vlivem alkoholu nebo jiných omamných látek je vstup do prostor centra zakázán.

Návštěvník přítomný v centru neruší ostatní při cvičení, je slušný a ohleduplný vůči všem ostatním přítomným cvičícím.

Nevstupujte do sprch s nakažlivými kožními chorobami a infekcemi.

Návštěvníci jsou povinni dodržovat pravidla a pořádek ve sportovním centru. Škody vzniklé porušením provozního řádu, všechny zjištěné havárie a závady jsou povinni ihned nahlásit na obsluhu na recepci.

Návštěvník, který způsobil škodu na zařízení a vybavení (nebo jejich části), příp. ztratí zapůjčený předmět, v souladu s § 420 a násl. Občanského zákoníku vzniklou škodu provozovateli uhradí v pořizovací ceně ihned, nejpozději však do 5 dnů od vzniku škody, popřípadě prostřednictvím pojišťovny u které má zákazník sjednanou odpovědnostní pojistku.

Návštěvníci užívají veškeré zařízení na vlastní nebezpečí a vždy se přesvědčí, zda stroj nevykazuje známky rozbití či závady, která by bránila k jejímu bezpečnému užití. Pokud je známa nějaká závada je cvičenec povinen tuto závadu ihned nahlásit obsluhu na recepci.

Nezodpovídáme za úrazy a zranění vzniklé nesprávnou manipulací s jakýmkoliv zařízením. Nezodpovídáme také za nesprávné provádění cviků s následným poraněním nebo úrazem. Nechceme, aby jste se zranily - vždy je k dispozici obsluha, pokud nevíte jak se provádí cvik na nějakém stroji, raději se zeptejte - buďte ohleduplní k vlastnímu tělu. Neustále konzultujte cvičení, cvičební program, stravu a správnost provádění cviků. Pokud budete chtít, můžeme Vám poskytnout spolupráci s osobním trenérem.

Není dovoleno cvičit ve fitness centru s osobním trenérem, který není domluven s vedením sportovního centra. Je to pro Vaši bezpečnost. Chceme Vám zaručit kvalitní osobní trenéry.

V případě výpadku elektrického proudu jsou cvičenci povinni neprodleně opustit sportovní centrum.

V prostoru místnosti squash, masáže, fitness je povinnost dodržovat provozní řád squash, masáže, fitness.

## **V. Pravidla chování ve fitness centru**

Návštěvníci fitness jsou povinni dodržovat provozní řád, půjčovni řád a pokyny personálu.

Řiďte se pokyny a radami instruktora.

Používejte čisté, sportovní oblečení, pevnou obuv a vlastní ručník, který při cvičení dávejte vždy pod sebe, pokud ručník zapomenete, je k dispozici na recepci.

Nevstupujte do sprch s nakažlivými kožními chorobami a infekcemi.

Dodržujte zásady osobní hygieny jako prevenci proti infekčním onemocněním.

Činky, osy činek a další kovové předměty neodkládejte na kožené potahy laviček a strojů. Na kožené potahy je zakázáno stoupat v obuvi.

Při cvičení s nakládacími činkami používejte uzávěry nakládacích os.

Činky odkládejte na gumovou podložku tomu určenou, aby nedošlo k poškození podlahy.

Při cvičení s vyššími váhami vždy cvičte s dopomocí, neriskujte zranění nebo ohrožení ostatních návštěvníků.

S vybavením centra zacházejte ohleduplně.

Po ukončení cvičení na cardio strojích, vždy otřete místa dotyku papírovým ručníkem nastříkaný dezinfekcí - je k dispozici v cardio zóně a na vyžádání u obsluhy.

Po ukončení cvičení uveďte nářadí a stroje zpět do původní polohy a na svá místa.

Konzumace vlastních nápojů a jídla je v prostorách centra zakázáno.

Jakékoli úpravy a přesouvání stojanů, stojů nebo ostatního vybavení fitness centra je zakázáno.

Návštěvníci nesmí vstupovat do technického zázemí sportovního centra bez svolení správce centra nebo pověřené osoby.

Návštěvník přítomný ve fitcentru neruší ostatní při cvičení, je slušný a ohleduplný vůči všem ostatním přítomným cvičícím.

Návštěvníci jsou povinni dodržovat veškeré pokyny obsluhy.

Pokud si nevíte s nějakým strojem nebo cvikem rady, požádejte o pomoc proškolený personál nebo pokud je přítomen trenér, tak přímo jeho.

Vstup do fitness centra je omezen na 120 minut.

## **VI. Pravidla chování na squash**

Pro hráče je platí zákaz vstupu na neosvětlené kurty.

Vstup na kurt je povolen pouze ve sportovní obuvi se světlou podrážkou. Podrážka u vaší obuvi nesmí zanechávat stopy na kurtu (No marking). Za znečištění kurtu se účtuje poplatek 500 Kč.

Vždy po vstupu na kurt zkontrolujte, zda jsou dobře zavěšené skleněné dveře, prosíme zavírejte dveře opatrně.

Hráči si musí počínat tak, aby neohrozili své ani spoluhráčovo zdraví a vždy myslely na bezpečnost hry.

Je zakázáno nepřiměřeně narážet do skleněných stěn kurtu. Pokud porušíte daná pravidla a způsobíte škodu, nahláste to obsluze na baru, sepište a podepište protokol o způsobení škody, uveďte své jméno, příjmení a telefonní číslo. Vzniklou škodu jste povinen uhradit v plné výši.

Na squashový kurt je zakázáno vnášet předměty, které nejsou určeny pro hru squash.

Pro bezpečnost hráčů doporučujeme při hře používat ochranné brýle, které si můžete zapůjčit na recepci. Pro osoby mladší 18 let je používání ochranných brýlí povinné.

Po ukončení hry je každý návštěvník povinen uvést squashový kurt do původního stavu (posbírat případné úlomky raket, útržky omotávek, oblečení apod.).

Hráči hrají na vlastní odpovědnost.

Po ukončení hrací doby prosíme o uvolnění squashového kurtu.

Provozovatel má právo vykázat ze squash centra zákazníka, který hlasitým či vulgárním způsobem narušuje atmosféru centra.

Ostatní návštěvníci jsou povinni respektovat soukromí hráčů na kurtě.

Kouření je zakázáno ve všech prostorách centra.

Každý návštěvník squash centra udržuje ve všech prostorách pořádek.

### Jak objednat kurt

- v provozní době **osobně** u personálu **na recepci** sportovního centra
- **telefonicky** na telefonním čísle : **733 735 753**
- **online rezervačním systémem** : [www.autocamping.cz](http://www.autocamping.cz)
- v rezervačním systému lze uskutečnit rezervaci squash v hodinách :

PO-PÁ 6,30 – 22,00 hodin

SO-NE 9,00 – 22,00 hodin

- upozorňujeme, že rezervaci od 6,30 hod. je nutné telefonicky nahlásit den předem
- **Squashový kurt** lze rezervovat na libovolný počet hracích jednotek (1 hrací jednotka = 60 minut) pokud máte dostačenou výši kreditu
- **zrušení hodiny s právem náhrady lze pouze 24 hodin před začátkem hodiny**
- sportovní centrum si vyhrazuje právo 10 minut po začátku hodiny obsadit neobsazený rezervovaný kurt platicím zákazníkem

#### Pravidla online rezervace :

- pokud si chcete rezervovat kurt na squash prostřednictvím online rezervace, přejděte na stránky rezervačního systému a proveďte registraci
- po úspěšné registraci se dostanete do rezervačního systému, prostřednictvím kterého si můžete rezervovat Vámi vybranou hodinu
- v rezervační tabulce klikněte na vybranou hodinu a rezervujte
- hodina bude rezervována a Vám přijde na zadanou emailovou adresu potvrzení o rezervaci
- každá rezervovaná hodina se Vám zobrazí po přihlášení v rezervačním systému
- v rezervačním systému máte možnost i tuto hodinu zrušit. I o zrušení Vás informuje email na zadanou adresu
- rezervace je považována za závaznou a pokud se nemůžete dostavit na vámi zmluvený čas, včas tuto hodinu zrušte (lze zrušit nejpozději 24 hodin před danou rezervací)
- pokud si včas hodinu nezrušíte bude Vám účtován poplatek ve výši 100 %
- první rezervaci uhradíte na recepci sportovního centra. Pokud budete chtít provést další rezervace, je nutné si dobít kredit na kreditní kartu

#### Zrušení rezervace :

Pokud se nemůžete dostavit na Vámi rezervovanou hodinu, musíte se včas odhlásit a to :

- na telefonním čísle recepce, tel.č. **733 735 753**

- osobně na recepci

- pomocí online systému : [www.autocamping.cz](http://www.autocamping.cz)

Jestliže se nedostavíte na Vámi rezervovanou hodinu, rezervace příště nebude již uskutečněna.

Za pozdní zrušení rezervace, neomluvení a nedostavení, si vyhrazuje provozovatel právo účtovat storno poplatek ve výši 100 % z konečné ceny rezervovaného kurtu. Provozovatel má právo zakázat, případně vykázat z prostoru squash centra osoby, které odmítají nebo v minulosti odmítli zaplatit útratu či storno poplatky.

**Hodina lze zrušit nejpozději 24 hodin předem.**

#### **VII. Odpovědnost za provoz**

Za zařízení sportovního centra, za jeho provoz a dodržování provozního řádu odpovídá správce centra.

#### **VIII. Důležitá telefonní čísla**

Tísňové telefonní linky:

Zjistíte-li mimořádnou událost (požár, havárii s únikem nebezpečné látky, apod...), která ohrožuje osoby, majetek, zvířata 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 kraje

Pokud jste svědky dopravní nehody nebo spáchání trestného činu, volejte telefonní číslo  
**158 POLICIE**  
Policie České republiky

### **156 Městská (obecní) policie**

#### **112 Jednotné evropské číslo tísňového volání**

je určeno především pro cizince a pro tísňové volání při rozsáhlých mimořádných událostech.

Při předávání zprávy na telefonní čísla tísňového volání uveďte:

Co přesně se stalo - tato informace je nutná k posouzení, jakou pomoc vyslat

Přesné místo hlášené události - tato informace je nutná ke snadnému a rychlému nalezení místa události

Informace o postižených - pohlaví, přibližný věk, počet postižených

Informace o volajícím – jméno a číslo telefonu pro zpětný dotaz

Po ukončení hovoru vyčkejte na zpětný telefonát, kterým si operační pracovník / dispečer ověří pravdivost nahlášené zprávy.

**Snažte se zachovat klid a věcně odpovídat na otázky; největší zdržení před výjezdem posádky záchranné složky mohou způsobit dohady s operačním pracovníkem/dispečerem.**

K upřesnění místa události:

V bytě, na pracovišti nebo v jiném uzavřeném prostoru sdělte: adresu a čísla domu (jsou důležitá obě čísla - červené i modré), patro a jméno majitele bytu, jak najít dům (hlavně na sídlištích)

Na veřejné komunikaci nebo na volných prostranstvích sdělte: stručný a výstižný popis místa události, např. typická budova poblíž, park, křižovatka, poslední vesnice, odbočka, kilometrovník na dálnici, správné číslo dálnice apod.

#### **IV. Manipulace s prádlem**

Civilní oděv si ukládají zaměstnanci do šatny zaměstnanců, odděleně od pracovního oděvu. Zaměstnanci dodržují zásady osobní hygieny.

Ve sportovním centru je možnost zapůjčení ručníku. Čisté ručníky jsou uloženy na recepci v uzamykatelné skříni. Čisté prádlo se chrání před znečištěním.

Ručník je poskytován pro každého zákazníka jednorázově, opakované použití prádla je nepřipustné. Použité prádlo se ukládá do vyčleněného prostoru, odděleného od pracovního prostoru a skladuje se v nepropustných, uzavíratelných obalech. Použité ručníky se ukládají do igelitového pytle, který je umístěn v úklidové komoře. Ručníky jsou předány k vyprání do prádelny Štěpánka (Žamberk) nebo Prádelna Fišer Česká Třebová.

#### **X. Úklid**

Provozovatel a jím určené osoby nesou odpovědnost za dodržování pořádku a čistoty ve sportovním centru.

Úklid všech prostor se provádí bezprostředně po znečištění jinak nejméně jedenkrát denně a to ráno v 7 hodin.

Úklid je prováděn umytím podlah saponátem. Úklid s použitím dezinfekčních prostředků se provádí nejméně jednou týdně. Náradí se desinfikuje otíráním vlhkým hadříkem s roztokem dezinfekčního prostředku v rámci týdenního úklidu.

Hygienické zařízení se uklízí denně dle potřeby, jedenkrát denně s použitím dezinfekčních prostředků.

Odpadkový koš se vyprazdňuje minimálně jedenkrát denně s následnou očistou a dezinfekcí.

Prostředky používané k úklidu : Čistící prostředky jsou dodávány firmou Merida (HK)

Prostředek na mytí podlah – Merida Multi Floor

Náplň dávkovače tekutého mýdla – Merida, Galba

Prostředek na dezinfekci strojů a dotykových ploch cardio strojů - Sanytol

Čistič oken Clin Windows

Dezinfekce a mytí – Badex

#### **XI. První pomoc**

K dispozici je lékárnička vybavená v souladu s poskytovanými službami.

Úrazy návštěvníků, údaje o použití a spotřebě léků jsou zaznamenávány do knihy úrazů, která je umístěna na recepci.

## **XII. Závěrečná ustanovení**

V zájmu Vaší bezpečnosti mohou být některé prostory budovy zabezpečeny a snímány kamerovým systémem. Všechny záznamy budou pořízeny v souladu s platnými právními předpisy a použití těchto nahrávek podléhá platným právním předpisům.

V případě porušení provozního řádu bude zamezen návštěvníkovi vstup do sportovního centra bez nároku na vložené prostředky.

Při změně podmínek provozu či změně způsobu užívání bude schválen dodatek interního předpisu.

Poplatek za užívání sportovního centra je stanoven provozovatelem.

Tento interní předpis nabývá platnosti podpisem provozovatele sportovního centra.

Každý uživatel centra je povinen dodržovat tento interní předpis.