

**ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ ТРЕНИРОВОК
В ШКОЛЕ БОЛЬШОГО ТЕННИСА TENNISTEAM.RU**

г. Москва

«15» мая 2015 года

Настоящие правила являются частью договора оферты возмездного оказания услуг по организации и проведению индивидуальных и/или парных, и/или групповых занятий по большому теннису. Соблюдение настоящих правил обязательно для всех лиц, посещающих тренировки по большому теннису в школе большого тенниса Tennisteam.ru

Ваше участие в тренировке, организованной школой большого тенниса Tennisteam.ru, подтверждает Ваше согласие с изложенными ниже правилами и готовность их соблюдать.

1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ

- 1.1. К индивидуальным и групповым занятиям большим теннисом допускаются лица, не имеющие медицинских противопоказаний для занятий большим теннисом, одетые в спортивную форму и обутые в чистую спортивную обувь с нескользкой подошвой.
- 1.2. Категорически запрещено посещать занятия в нетрезвом виде.
- 1.3. Категорически запрещено распитие спиртных напитков и курение на территории кортов, где проводит занятия школа тенниса TennisTeam.

2. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД НАЧАЛОМ ТРЕНИРОВОК

- 2.1. Перед началом тренировки требуется переодеться в спортивную форму, снять с себя часы, цепочки, браслеты, острые заколки, подвески и другие посторонние предметы.
- 2.2. Запрещается приступать к занятиям непосредственно после приема пищи.

3. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ ТРЕНИРОВОК

- 3.1. Во время тренировок занимающийся обязан:
 - неукоснительно выполнять все указания тренера, проводящего занятия;
 - при поточном выполнении упражнений (один за другим) соблюдать достаточные интервалы, чтобы не было столкновений, начинать выполнение упражнения и заканчивать выполнение упражнения строго по команде тренера;
 - избегать столкновений с другими занимающимися в группе и ударов по рукам и ногам;
 - держаться на безопасном расстоянии от других людей, занимающихся в группе, выдерживать достаточный интервал в группе при выполнении ударов или совместной игре, строго соблюдать очерёдность в группе при выполнении заданий;
 - сгруппироваться при падениях во избежание получения травмы;
 - использовать спортивный инвентарь только с разрешения и под руководством тренера;
 - при появлении боли в конечностях и других частях тела немедленно прекратить движение и сообщить об этом тренеру.
- 3.2. Занимающимся запрещается:
 - висеть на сетке или ограждениях на спортивных площадках;
 - ударять покрытие спортивных площадок;
 - кричать, нецензурно выражаться, громко разговаривать и отвлекать других во время выполнения упражнений;
 - использовать спортивное оборудование и инвентарь не по прямому назначению.

4. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

- 4.1. При возникновении во время занятий болей в суставах, мышцах, возникновении кровотечений, травмы, а также при плохом самочувствии прекратить движение и немедленно сообщить об этом тренеру.
- 4.2. При возникновении чрезвычайной ситуации (появление посторонних запахов, задымлении, возгорании и т.п.) немедленно сообщить об этом тренеру и действовать в соответствии с его указаниями.

5. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПО ОКОНЧАНИЮ ЗАНЯТИЙ

- 5.1. После окончания тренировок занимающиеся обязаны собрать и сдать тренеру выданный тренером инвентарь.
- 5.2. Строго после окончания занятия следует покинуть спортивную площадку, чтобы не задерживать начало следующей тренировки на это площадки.
- 5.3. После окончания тренировок в холодное время года занимающимся не рекомендуется выходить на улицу без верхней одежды во избежание простудных заболеваний.
С уважением,

С уважением,
Администрация школы тенниса TennisTeam.ru