

04-6533000 מרכזיה:
04-6533849 גזבר:
04-6533611 הנה"ח:
04-6533611 פקס:



04-6533600 מזכירים:
04-6533433 רכו משק:
04-6533572 רכו קהילה:
04-6533626 פקס:

24.4.2022

תקנון חדר כושר

- ✚ הוראות תקנון זה מיועדות להבטיח את הפעילות התקינה של חדר הכושר.
- ✚ שמירה על הוראות התקנון היא לטובתך חדר הכושר הוא שלך ובשבילך.
- ✚ מפאת נוחות הכתיבה התקנון כתוב בלשון זכר, אולם הוא מיועד הן לנשים והן לגברים.
- ✓ חדר הכושר הוא לשימוש חברי הקיבוץ ותושבי הקיבוץ וילדיהם הקטינים (מעל גיל 12).
- ✓ לא יתאפשר אימון/ שימוש בחדר כושר למתאמן בודד.
- ✓ חל איסור שימוש לאורחים/אנשים שאינם מתגוררים בית אלפא.
- ✓ הכניסה לחדר הכושר באמצעות מנוי בתוקף. המנוי הינו אישי ואינו ניתן להעברה.
- ✓ יש להישמע להוראות אחראי חדר הכושר.
- ✓ המנויים מתבקשים לשמור על כללי התנהגות נאותה, ולשמור על הניקיון.
- ✓ אחראי חדר הכושר, לפי שיקול דעתו, רשאי להוציא מחדר הכושר מתאמן שהתנהגותו אינה הולמת ולשלול את זכותו להיכנס עד לבירור האירוע.
- ✓ הכניסה בבגדי ונעלי ספורט חובה!!
- ✓ יש להקפיד על נעלי ספורט נקיות- הפעילות ללא נעלי ספורט אסורה.
- ✓ השימוש במגבת אישית הינה חובה. יש לפרוס את המגבת על המכשיר לפני השימוש. אין להשאיר מגבת על המכשירים בסיום התרגיל.
- ✓ אין להכניס לשטח ולכניסת חדר הכושר דברי מאכל ו/או שתיה (למעט מים במיכלים אישיים).
- ✓ יש לשמור על הצידוד הקיים. להחזיר צידוד למקומו ולהשאיר מכשירים נקיים לאחר השימוש.
- ✓ אין להכניס אורחים/ילדים מתחת לגיל 12 לחדר הכושר.
- ✓ הכנסת בעלי חיים לחדר הכושר אסורה.
- ✓ הפעילות בחדר הכושר תבוצע על פי הוראות בלבד! כל פעילות שתבוצע אחרת - אסורה- ותוצאותיה יהיו על אחריות המתאמן/ת.

- ✓ הצהרת בריאות – כל מנוי/ה חייב/ת למלא ולחתום על אישור רפואי (מצורף) ולהביאו לאחראי חדר הכושר בעת ההרשמה וכתנאי לכניסה ושימוש במכשירים בחדר הכושר.
- ✓ חפצים אישיים באחריות המנוי! הקיבוץ או אחראי חדר הכושר אינם אחראים על אובדן ו/או גניבה בשטח חדר הכושר או מחוץ. מומלץ לא להשאיר חפצי ערך.
- ✓ מומלץ למתאמנים חדשים להירשם להדרכה קבוצתית אצל אחראי חדר הכושר לקבלת הסבר על אופן השימוש במכשירים.
- ✓ מנוי/ה שלא יחדש/תחדש את המנוי שלו/ה במועד – תופסק פעילותו/ה לאלתר.
- ✓ בשעות העומס, זמן השימוש במכשירים האירוביים מוגבל ל-30 דקות.
- ✓ לאחראי חדר הכושר זכות להפסיק פעילותו/ה של מנוי בחדר הכושר אם ת/הוזה סיכון לעצמו/ה, לאחרים, לרכוש חדר הכושר ו/או שלא ינהג/תנהג בהתאם לכללי ההתנהגות ו/או לא יישמע/תשמע להוראותיו.
- ✓ שעות הפעילות של חדר הכושר הינן השעות המופיעות על לוחות המודעות ובפירסומים השונים- "מקומי" ואתר הקיבוץ.
- ✓ חל איסור על שימוש בציוד אימון שלא שייך לחדר הכושר מסיבות בטיחות.
- ✓ חל איסור להתאמן עם גבס / שבר/נקע.
- ✓ לא יורשה להתאמן קטין מתחת לגיל 12 וגם אינו יכול להיכנס לחדר הכושר.
- ✓ לכל 5 מתאמנים קטינים בגילאים 12-18, יהא נוכח מבוגר אחד.
- ✓ מתאמנים קטינים ימסרו הצהרת בריאות(*) תקינה חתומה על ידי אחד ההורים לאחראי חדר הכושר טרם תחילת השימוש בחדר הכושר.
- ✓ מתאמנים בוגרים יחתמו על הצהרת בריאות וימסרו לאחראי חדר כושר לתיוק. טרם תחילת השימוש בחדר הכושר ובעת ההרשמה.
- ✓ הצהרת הבריאות תחודש אחת ל- 12 חודשים.
- ✓ מחירי המנוי יתעדכנו מעת לעת ויפורסמו לציבור לפני תחילת שנה קלנדרית ויהיו תקפים לשנה קלנדרית (ינואר ועד דצמבר).
- ✓ המנוי הוא שנתי- הודעה על ביטול המנוי תשלח במייל לאחראי חדר הכושר 30 יום מראש. אין החזרים רטרואקטבי בעקבות חוסר שימוש של המנוי.
- ✓ אין כניסות חד פעמיות- לא בתשלום וגם לא אחר.

חדר הכושר הוקם לפעילות ספורטיבית ספונטנית מונגשת, זמינה ובמחיר שווה לכל נפש. לטובת קהילת בית אלפא.

פעילות ספורטיבית מודרכת בתשלום נוסף, מייקרת את הפעילות הספורטיבית, ויכולה להיות פחות נגישה כלכלית על כן הקדימות היא למנויים הרגילים- הבאים להתאמן באופן חופשי.

אך עדיין נאפשר בתאום מראש -

אימון קבוצתי ע"י מדריך פנימי, אך ורק תושב או חבר בעל מנוי וגם המתעמלים בקבוצה הם אך ורק חברים /תושבים/ ילדים- בנים של חברים ותושבים ומחזיקים במנוי בתוקף (מעל גיל 12).

תשלום נוסף על שעת שימוש למדריך יגבה מהמדריך לשעת שימוש בהדרכת קבוצה 50 ₪. אימון אישי - 25 ₪. למען הסר ספק אימון אישי 1:1 מדריך:מתאמן. כל יחס אחר הוא קבוצה.

אימון קבוצתי- הקדימות לשימוש במכשירים למתאמנים המגיעים באופן ספונטני. לתאום שעות אימון קבוצות יש לפנות לאחראי חדר הכושר. ללא אישור קיום ביטוח של המדריך אין קיום אימונים מודרכים אישיים וקבוצתיים.

המקום מצולם 24/7 לטובת פיקוח ושמירה על חוקי המקום כמו גם על הצידוד.

בניסות המנויים מנוטרות ע"י מערכת ממוחשבת.

שברת שילמת! גרימת נזק לצידוד ו/או למכשירים ע"י שימוש לא נכון – התיקון ע"ח המשתמש.

אימון נעים ואהנה