

Název provozovny: **Fit Ateliér**

Adresa: Voskovcova 1034/20, Praha 5, 154 00

Předmět činnosti: Pohybové a relaxační studio

Provozovatel: FA bussines, s. r. o.

IČO:

Odpovědná osoba: Tereza Vodičková

Provozní doba: Pondělí – Pátek: 8:00 – 21:00 (dle aktuálního rozvrhu)
Sobota a neděle: pouze pronájmy nebo nepravidelné semináře

Telefon: 704 611 854

E-mail: tereza@fitatelier.cz

Platnost provozního řádu: 1. 6. 2024

Součástí tohoto provozního řádu je provozní a sanitační řád:

- třech sálů pro pohyb (dále jen tělocvičny)
- dvou místností pro masáže
- infrasauny
- povinnosti pracovníků a návštěvníků

V provozovně jsou nabízeny tyto služby:

- recepce
- lekce cvičení
- lekce tance
- přednášky
- infrasauna
- masáže: relaxační masáž, sportovní masáž, lymfatická masáž, kraniosakrální biodynamika, aroma masáž, reflexní terapie, viscerální terapie, anticelulitická masáž
- výživové poradenství

Lékárnička první pomoci:

Ophthalmoseptonex
Desinfekce
Nůžky
Trojicípi šátek
Resuscitační rouška
Obindlo škrťící
Obinadlo pružné
Obinadlo hydrofilní sterilní
Gáza hydrofilní sterilní
Ochranné rukavie
Obvazová vata
Náplast v roli
Náplast s polštářky
Obvazové čtverečky
Fenistil
Ibuprofen
Sprej na popáleniny

Dispoziční uspořádání, technický popis, vybavení prostoru:

Provozovna se nachází v přízemí bytového panelového domu na výše uvedené adrese, s vlastním vchodem z Trnkova náměstí.

U vchodu do provozovny je umístěna recepce a lobby pro zákazníky. Recepce je vybavena dřezem, kávovarem, rychlovarnou konvicí a lednicí.

Z recepce vede přístup přímo do dvou sálů určených k pohybovým lekcím a dále do chodby, kde jsou situovány: toaleta, dámská a pánská šatna, kancelář, dvě masérny, místnost s infrasaunou, komora pro úklidové prostředky a zázemí pro lektory se skladem pro ukládání cvičícího náčiní, toaletou, pračkou a sušičkou. Z chodby je dále přístupný třetí sál.

Sál č. 1 je vybaven zrcadly, baletními tyčemi a zařízením pro reprodukovanou hudbu.

Sál č. 2 je vybaven zrcadly a zařízením pro reprodukovanou hudbu.

Sál č. 3 je vybaven po celé ploše tatami a zařízením pro reprodukovanou hudbu

Sociální zařízení přístupné z chodby je vybavené předsíní a dvěma toaletami a umyvadlem.

Dámská šatna je vybavena uzamykatelnými skříňkami, zrcadlem a umyvadlem. Z šatny je přístup do místnosti s umyvadlem a dvěma sprchami.

V pánské šatně se nachází uzamykatelné skříňky, sprchový kout a toaleta.

Místnost pro kancelář je zatím nepoužívaná a bez vybavení.

Masérna č. 1, vybavena polohovacím masážním stolem, umyvadlem, židlí a věšákem.

Masérna č. 2, vybavena předsíní se sezením a věšákem, polohovacím vytápěným masážním stolem a umyvadlem.

Navazuje místnost s infrasaunou, vybavena stolem pro odkládní nápojů, věšákem a infrasaunou značky: Pro Well V2

Technické specifikace:

Model ProWell V2

Materiál Hemlock (kanadská jedle)

Délka 120 cm

Šířka (hloubka) 105 cm

Výška 190 cm

Napětí 230 V, 50 Hz

Zářiče RedGlass s IR-A fullspektrální, karbon

Všechny prostory jsou větrány přímo okny nebo vzduchovou technikou, osvětlení je přirozené okny nebo umělé, zářivkami či bodovými světly. Povrch podlah – laminátová podlaha, koberec nebo dlažba a tatami. Celý objekt je napojen na městský vodovod a kanalizaci. Teplá užitková voda je zajištěna dálkovým teplovodem, provozovna je vytápěna jednak dálkovým teplovodem, dále přímotopy pro zajištění adekvátního teploty v masérnách.

Provozní řád:

Společná ustanovení

1.1. Povinnosti provozovatele:

- Za dodržování hygienických protiepidemických předpisů opatření odpovídá provozovatel.
- Provozovatel soustavně kontroluje, aby uvedené předpisy dodržovali všichni pracovníci, zvýšená pozornost je věnována ochraně před přenosnými nemocemi.
- Provozovatel kontroluje zda všichni pracovníci mají znalosti k vykonávání činnosti a znalosti nutné k ochraně veřejného zdraví.
- Provozovatel udržuje veškeré zařízení a vybavení v bezvadném stavu, aby nedošlo k ohrožení zdraví osob a úrovně poskytování služeb.
- Jakoukoli zjištěnou závadu bez prodlení odstraní, pokud se jedná o závažné závady ohrožující zdraví, provoz bude uzavřen do doby jejich odstranění.
- Zajišťuje a kontroluje provádění dezinfekce a deratizace v provozovně, dle potřeby.
- Zajišťuje a doplňuje lékárníčku první pomoci.

1.2. Povinnosti pracovníků:

- Mít znalosti nutné k vykonávání činnosti.
- Mít znalosti k ochraně veřejného zdraví.
- Pracovník je povinen podrobit se lékařským prohlídkám a vyšetřením, je-li postižen průjmovým hnisavým nebo horečnatým onemocněním nebo jiným infekčním onemocněním, anebo je-li podezřelý z nákazy (byl-li pracovník během inkubační doby ve styku s infekčním onemocněním nebo pobýval v ohnisku nákazy) a s jakoukoli přenosnou nemocí nechodí do práce!
- Podrobit se vyšetřením a prohlídkám v případě, vyskytne-li se průjmové onemocnění na pracovišti, v domácnosti, či v místě pobytu pracovníka.
- Zaměstnanci s hnisavými onemocněními jako hnisavé rány, angína, záněty, apod., nesmí nastoupit na směnu.
- Každý pracovník je povinen uplatňovat při pracovní činnosti znalosti nutné k ochraně veřejného zdraví a dodržovat zásady osobní a provozní hygieny, zejména pak: znát a dodržovat hygienické požadavky pro výkon činností epidemiologicky závažných.
- Vstupovat na pracoviště pouze v čistém oděvu, po předchozí důkladné očištění rukou, dbát na řádné mytí rukou po použití WC a při přechodu z jednoho druhu činnosti k jiné, dbát na další zásady osobní hygieny, čistoty pracovního prostředí a inventáře.
- Pracovník pravidelně kontroluje stav pracoviště, vybavení a zapůjčený inventář (například jógamatky, balony, gymnastické doplňky, atp..).
- Po celou provozní dobu je nutno nosit funkční a čistý pracovní oděv a vhodnou obuv (týká se především masérů).
- Pracovník je povinen se zdržet jakéhokoli nehygienického chování na pracovišti.
- K zajištění kvalitního poskytování služeb je personál povinen soustavně zvyšovat svou odbornou úroveň.
- Na provozovně se nesmí jíst v prostorách sálů a maséren a platí přísný zákaz kouření!

Hygienický režim jednotlivých pracovišť

2.1. Všeobecná pravidla pro tělocvičny:

- Provoz tělocvičen je stanoven 7:00 – 22:00 maximálně, dle potřeb klientů.
- Tělocvičny jsou vhodné pro kondiční cvičení, cvičení s dětmi, aerobic, jógu, taneční tréninky pro dospělé i děti, bojové umění a jiné aktivity.
- V zrcadlových sálech je zákaz míčových her.
- Do tělocvičen mají uživatelé umožněn přístup pouze v doprovodu lektora.
- Za pronajaté tělocvičny nesou zodpovědnost osoby, se kterými byla sepsána smlouva/závazná objednávka o pronájmu.
- Uživatelé se chovají tak, aby neohrozili své zdraví ani zdraví ostatních uživatelů.
- Veškeré zařízení tělocvičny je dovoleno používat pouze k účelům, k jakým je určeno.
- V tělocvičnách není dovoleno konzumovat jídlo.

2.2. Provozní zásady užívání prostor tělocvičny:

- Vstup do tělocvičny je povolen pouze ve vhodném sportovním či tanečním oblečení a čisté obuvi.
- Osvětlení tělocvičny zapíná lektor podle potřeby a vypíná po ukončení lekce.
- Otevírání oken tělocvičny k větrání provádí lektor podle potřeby, před odchodem z tělocvičny je opět uzavře.
- Všichni uživatelé jsou povinni udržovat v tělocvičně pořádek a čistotu.
- Jakékoliv škody na zařízení tělocvičny a cvičebních pomůckách jsou uživatelé povinni hlásit na recepci.
- V případě poškození či ztráty inventáře nebo zařízení tělocvičny je uživatel povinen způsobenou škodu uhradit.
- Není dovoleno odnášet inventář či zařízení z tělocvičny.

2.3. Bezpečnostní a hygienické zásady užívání prostor tělocvičny:

- Všichni uživatelé tělocvičny se chovají ukázněně a dbají bezpečnostních pravidel při cvičení a tančení tak, aby neohrozili své zdraví ani zdraví jiných osob.
- Do tělocvičny chodí uživatelé zdraví.
- Do tělocvičny je zákaz vstupu pod vlivem alkoholu a jiných omamných látek, v případě problémů bude neprodleně přivolána policie.
- V tělocvičně je zákaz kouření a konzumace alkoholu a omamných látek.
- Do tělocvičny je zákaz vstupu se psy a jinými zvířaty.
- V tělocvičně je zákaz parkování jízdních kol či dětských kočárků.
- Uživatelům tělocvičny je k dispozici sociální zařízení – wc, sprchy, umyvadla a šatny.
- V případě úrazu nebo jiného ohrožení zdraví je možno využít telefonu na recepci.
- Lékárnička je umístěna v prostoru recepcce a její použití je vždy nutno zapsat do deníku k tomu určenému.
- Uživatel je povinen si po sobě vydezinfikovat použité pomůcky a podložku.
- Dezinfekce a ubrousky jsou k dispozici v sále.

3.1. Všeobecná pravidla pro maséry:

- Před vstupem na pracoviště odkládá pracovník svůj občanský oděv a obléká si oděv i obuv pracovní.
- Před zahájením činnosti si důkladně umyje ruce.
- Pro každého zákazníka je použita nová podložka nebo ručník.
- Masér je přítomen u stolu, event. pomáhá zákazníkovi při sestupování ze stolu tak, aby nemohlo dojít k úrazu.
- Po každém zákazníkovi se masérský stůl uklízí.
- Mezi jednotlivými zákazníky si masér pečlivě myje ruce.
- Pracovní oděv si masér udržuje v čistotě.

3.2. Pokyny pro návštěvníky masáže:

- Do masérny nemají přístup nemocní lidé, obzvláště lidé s infekčními chorobami, bacilonosiči s respiračními problémy či kožními chorobami. V takovém případě si vyhranzujeme právo klienta odmítnout.
- Platí zákaz vstupu osobám podnapilým nebo pod vlivem jiných návykových látek, zahmyzeným a špinavým.
- Zákazník je povinnen sdělit masérovi svůj zdravotní stav, aby event. mohla být masáž příslušně přizpůsobena.

4.1. Všeobecné podmínky používání Infrasauny:

- Kabina infrasauny slouží návštěvníkům ke krátkodobému prohřátí těla infračerveným (IR) elektromagnetickým zářením.
- Při zabezpečení provozu a údržby infrasauny je nutno dodržovat všechny bezpečnostní předpisy a normy. Obsluha s nimi musí být prokazatelně seznámena.
- Je nutné znát a dodržovat Provozní řád infrasauny a příslušné hygienické normy, předpisy a vyhlášky.
- Řádně dohlížet na provoz dle Provozního řádu.
- Bezodkladně oznamovat závady a poruchy, které mohou ohrozit bezpečnost a zdraví.
- Řídit se pokyny provozovatele a všechny poruchy, neobvyklé události a změny provozu zaznamenávat.

4.2. Zásady ochrany zdraví a bezpečnosti návštěvníků a personálu

- Není povolena svévolná manipulace (zapínání, vypínání, regulace), která není v souladu s provozním předpisem, provozně – montážními předpisy výrobce atd. Manipulace je povolena jen na základě příslušného ustanovení provozního předpisu, resp. příkazu pověřené osoby.
- Všichni návštěvníci jsou seznámeni před vstupem do infrasauny s Návštěvním řádem.
- Návštěvní řád je viditelně vyvěšen u infrasauny (návštěvní řád infrasauny je přílohou č. 1 Provozního řádu).
- Do prohřívárny infrasauny se vstupuje s čistým ručníkem, který si zákazník přinese nebo ho dostane zapůjčený na recepci. A v čisté obuvi – pantoflích, které si je též možno zapůjčit.
- Před vstupem do infrasauny je zákazník povinen se osprchovat a umýt se mýdlem a především se osušit.
- Zákazník je povinen úzkostlivě dbát na udržení hygieny prostředí tím, že při sezení na pryčnách prohřívárny používá k sezení ručník nebo jinou vhodnou podložku.
- Při návštěvě infrasauny je nutné, aby návštěvník měl minimálně dva ručníky – jeden pro podložení při sezení a druhý na pečlivé utření po osprchování.
- Pobyt dětí do 10 let v infrasauně se povoluje jedině za přímého dozoru dospělé osoby.
- Do infrasauny nemají přístup děti do 1 roku.
- Pobyt v sauně je určen především zdravým osobám. Každý návštěvník ji podniká na vlastní odpovědnost.
- Do sauny nemají přístup osoby, které trpí zjevnými příznaky akutního onemocnění. Například horečkou, celkovou schváceností, kašlem, rýmou, zarudlými spojivkami, průjmem, bolestí hlavy, malátností, atp. Především přenosnými záněty horních cest dýchacích. Dále nemocní chorobami budícími odpor. Například nemocní, s otevřenými zanícenými nebo krvavými ranami. Vstup není dále dovolen osobám jež jsou bacilonosiči střečních chorob, jakož i členům rodin, jejichž příslušník trpí některou infekční chorobou. Do sauny nemůže být povolen přístup osobám opilým a podnapilým a pod vlivem omamných látek.
- Ve všech prostorách se nesmí kouřit!
- Nemocní, trpící jinými než uvedenými chorobami, jímž provzní řád nezabraňuje vstup do infrasauny, podnikají vstup do infrasauny na vlastní odpovědnost.
- Při jakémkoliv poranění nebo nevolnosti vzniklé v průběhu pobytu v infrasauně, přivolejte obsluhu.

4.3. Pokyny k údržbě infrasauny:

- Nutné pravidelné čištění infrasauny, otírání povrchu, kterého se lidé během saunování běžně dotýkají (lavice, podlaha, boční stěny, ovládací panely).
- Sauna se otírá teplou vodou a čistým bavlněným, pouze mírně vlhkým hadříkem. Příliš mokrý hadr může způsobit tmavnutí dřeva.
- Na hlavní panel se nesmí lít voda a nesmí se čistit mokrým hadrem. Pro čištění použijte speciální k tomu určený hadřík.
- Je třeba se vyhnout silným čistícím prostředkům, které by mohly zabarvit či poškodit dřevo, nebo dokonce zanechat stopy chemikálií, které se budou v prostoru sauny odpařovat.
- použijte k tomu určený hadřík, který je pouze na toto čištění.
- K údržbě sauny je nutné používat prostředky k tomu určené, např. Saunareiniger.
- Nikdy nepolévejte ani neoplachujte vnitřek ani vnějšek infrasauny.
- Nikdy se nesmí použít barvy, mořidla ani jiné chemické nátěry.
- Nutná pravidelná kontrola dotažení šroubů lavičky.

Sanitační řád

Cílem prováděné sanitace je odstranit choroboplodné zárodky z prostředí provozovny a zamezit jejich rozšíření v provozech a zabránit tak možnému poškození zdraví návštěvníků i personálu.

Čištění:

Vhodným detergentním prostředkem se odstraňují viditelné nečistoty a snižuje se počet mikroorganismů. Nezbytné je účinné mechanické působení (kartáči, mopy). Používá se například: Savo, Domestos, Pronto, Cif, Sanytol, atp..

Dezinfekce:

Zničí spolehlivě většinu mikroorganismů. Vždy musí předcházet čištění a účinné oplachování, protože zbytky nečistot a produktů čištění mohou inaktivovat dezinfekční prostředek. Je nutné dodržovat dobu expozice, koncentraci pracovního roztoku a teplotu roztoku. Následně je nutné oplachování povrchů. Fáze sušení probíhá bez utírání s výjimkou jendorázových utěrek.

Režim prádla:

Každý návštěvník, vyžádá-li si, dostává čistý ručník nebo dva na recepci. Prádlo je po použití ihned odnášeno personálem do skladu špinavého prádla. Zde je k dispozici pračka se sušičkou.

Čisté prádlo je ukládáno nad pračku se sušičkou do vyčleněného prostoru.

Prádlo náhodně kontaminované biologickým materiálem, je okamžitě odneseno do prostor úklidové komory, kde je ihned dekontaminováno ponořením do pracovního roztoku. Následně je běžně vypráno na prací cyklus 90°C nebo 60°C + dezinfekčním pracím roztokem Sanytol.

Odpady:

Komunální odpad je řešen smluvně v rámci objektu.

Režim úklidu:

1. průběžný úklid:

- Všechny uvedené provozy, jejich zařízení i vybavení musí být průběžně udržováno v čistotě.
- V masárnách a infrasauně se úklid provádí po každém návštěvníkovi. Pravidelná kontrola šaten a wc.

2. Denní úklid:

- Probíhá vždy po skončení dne či směny, jsou umývány všechny omyvatelné plochy (podlahy, pracovní plochy, leštění zrcadel, toalety).
- Denně je shormážděno špinavé prádlo ve skladu špinavého prádla a při vhodném dosaženém množství vypráno a jsou doplněny zásoby čistého prádla.
- Jsou vyprazdňovány všechny odpadní nádoby s následnou desinfekcí a obsahují igelitové pytle.
- Je doplňován toaletní papír, mýdlo a jednorázové ručníky u všech umyvadel.
- Na recepci jsou umyty pracovní plochy, především dřez a odkapávač, je umyto veškeré nádobí.

3. Týdenní úklid:

Je prováděn v rozsahu denního úklidu, navíc je prováděno:

- sanitace veškerého nábytku, včetně šatních skříněk.
- je prováděna desinfekce klik a madel a omyvatelné části zdí okolo umyvadel, dále všech baterií
- zalévají se květiny

4. Měsíční úklid

Je prováděn v rozsahu denního a týdenního, ovšem, navíc:

- Jsou čištěny ventilační mřížky.
- Odtahuje se nábytek, především v lobby.
- Kompletní mytí lednice.
- Desinfekce odpadů

5. Sanitární úklid:

Je důkladný úklid všech prostor 1x za čtvrt roku v rozsahu cca. měsíčního úklidu, navíc:

- Je kontrolováno zařízení, vybavení, prováděny drobné opravy a údržba veškerého zařízení.
- Je prováděn úklid okolí objektu.
- Je provedena celková revize systémů VZT s následným čištěním nebo výměnou filtrů.

Závěrečná ustanovení

1. Všichni uživatelé tělocvičny, maséren a infrasauny jsou povinni seznámit se s provozním řádem a dbát na jeho dodržování.
2. Provozovatel má právo kontrolovat dodržování pravidel provozu, která jsou v tomto řádu uvedeny a vyvozovat z nich příslušná opatření.
3. Nedodržování provozního řádu má za následek vykázaní uživatele.
4. Ve všech prostorách Fit Ateliéru je zakázáno kouření.
5. Tento provozní řád nebo jeho přílohy musí být vyvěšeny viditelně při vstupech do jednotlivých místností.
6. Přílohou tohoto dokumentu jsou podpisy všech pracovníků, kteří byli seznámeni s Provozním řádem.
7. Provozní řád je v platnosti od 1. 6. 2024

Pokyny pro návštěvníky infrasauny:

- Kabina infrasauny slouží návštěvníkům ke krátkodobému prohřátí těla tepelným IR zářením. Pro příjemné chvíle v infrasauně je ideální teplota mezi 35 a 40 °C. Po užití infrasauny se doporučuje dát si vlažnou sprchu a odpočívat.
- Před i po návštěvě infrasauny pijte dostatečné množství tekutin.
- Před vstupem do kabiny se umyjte mýdlem a pečlivě osuště. V obou šatnách jsou k dispozici sprchy a uzamykatelné skříňky pro osobní věci.
- Je nutné použití dvou ručníků. Jednoho pro pečlivé osušení po sprchování a druhý pro sezení.
- Zákazník je povinen úzkostlivě dbát na udržení hygieny prostředí tím, že při sezení na pryčnách prohřívárny používá k sezení ručník nebo jinou vhodnou podložku.
- Kapacita kabiny je max. 2 osoby.
- Nemanipulujte s vybavením infrasauny.
- Zákaz vstupu dětí do jednoho roku. Děti do deseti let mohou do infrasauny pouze v doprovodu dospělé osoby.
- Nedotýkejte se kovovými předměty zářičů, předejdete tak popáleninám a el. šokům.
- Nikdy nezakrývejte zářiče ručníky ani jinými hořlavými materiály – nebezpečí požáru!
- Po namáhavém cvičení vyčkejte alespoň 30 minut, než použijete saunu. Je nezbytné umožnit svému tělu provést ochlazení, jinak hrozí riziko přehřátí.
- Do infrasauny nevstupujte pokud trpíte příznaky jakékoliv nemoci, obzvláště pak infekční!
- Pobyt v sauně je určen především zdravým osobám. Každý návštěvník ji podniká na vlastní odpovědnost.
- Do sauny nemají přístup osoby, které trpí zjevnými příznaky akutního onemocnění. Například horečkou, celkovou schváceností, kašlem, rýmou, zarudlými spojivkami, průjmem, bolestí hlavy, malátností, atp. Především přenosnými záněty horních cest dýchacích. Dále nemocní chorobami budícími odpor. Například nemocní, s otevřenými záněty nebo krvavými ranami. Vstup není dále dovolen osobám jež jsou bacilonosiči střežných chorob, jakož i členům rodin, jejichž příslušník trpí některou infekční chorobou. Do sauny nemůže být povolen přístup osobám opilým a podnapilým a pod vlivem omamných látek.
- Kdy se vyvarovat používání sauny: Berete-li léky na předpis například diuretika, antihistaminy, betablokátory a barbituráty. Trpíte – li některými srdečními chorobami včetně hypertenze nebo hypotenze, chronickým srdečním selháním nebo problémy s koronární cirkulací. Tato kontraindikace se týká také osob užívajících léky na úpravu tlaku a osob s kardiostimulátorem!
- Během těhotenství není používání infrasauny doporučováno!
- Problémy s klouby: Infračervené záření je doporučováno v případě mnoha zdravotních problémů vč. bolestí kloubů. POZOR! V případech chronických otoků kloubů však nemusí terapie působit příznivě. Pokud dojde k akutnímu zranění, klouby by rovněž neměly být zahřívány, a to během prvních 48 hodin od kloubního zranění anebo až do odeznění zarudnutí či otoku.
- Další choroby: Zvyšování vnitřní teploty vlivem infračervené terapie může být nevhodné pro jedince s roztroušenou sklerózou, systémovým lupus erythematodes, diabetickou neuropatií, Parkinsonovou chorobou, nádory centrálního nervového systému, Addisonovou, chorobou nebo jinou nemocí související s adrenalinovou nedostatečností. Vyvarovat se saunování by měli také lidé trpící hemofilí nebo krvácivými stavy, neboť teplo rozšiřuje cévy. Infračervenou terapii nelze doporučit ani v případě horečky či citlivosti na světlo. Kovové šrouby, kloubní náhrady a další implantáty obvykle dlouhovlnné infračervené záření odrážejí, takže by nemělo docházet k jejich zahřívání. V případě silikonových implantátů, které infrazáření absorbují, k zahřívání docházet může, nicméně silikon se taví až při 200°C, tudíž by na něj infračervené záření nemělo mít vliv. Mějte prosím na paměti, že používání infrasauny s jakýmkoli implantátem je nutné konzultovat s lékařem!
- Ve všech prostorách Fit Ateliéru je přísný zákaz kouření.
- Při pocitu nevolnosti kontaktujte recepci.

SEZNAM LÉKÁRNIČKA PRVNÍ POMOCI:

Pokyny pro návštěvníky sálu:

- Sál je poskytován k stanoveným účelům, stejně tak zapůjčené náčiní.
- Do sálů je možný přístup za přítomnosti lektora.
- K zapůjčeným věcem je třeba chovat se s úctou a respektem, stejně tak i k dalším návštěvníkům a pracovníkům Fit Ateliéru. Naše prostory jsou Baby friendly a Heat free.
- Všichni uživatelé tělocvičny se chovají ukázněně a dbají bezpečnostních pravidel při cvičení a tančení tak, aby neohrozili své zdraví ani zdraví jiných osob.
- Do tělocvičen nemají přístup akutně nemocní uživatelé!
- Do tělocvičny je zákaz vstupu pod vlivem alkoholu a jiných omamných látek, v případě problémů bude neprodleně přivolána policie.
- V zrcadlových sálech jsou zakázány míčové hry, s ohledem na bezpečnost.
- V sálech není povolena konzumace potravin.
- Vstup do tělocvičny prosíme jen v čisté obuvi.
- V tělocvičně je zákaz kouření a konzumace alkoholu a omamných látek.
- Do tělocvičny není možný vstup se psy ani jinými zvířaty.
- V tělocvičně prosím neparkujte jízdní kola či kočárky.
- Lékárnička je umístěna v prostoru recepce.
- Jakékoliv škody na zařízení tělocvičny a cvičebních pomůckách jsou uživatelé povinni hlásit na recepci.
- V případě poškození či ztráty inventáře nebo zařízení tělocvičny je uživatel povinen způsobenou škodu uhradit.
- Uživatel je povinen si po sobě vydezinfikovat použité pomůcky a podložku.
- Dezinfekce a ubrousky jsou k dispozici v sále.

Pokyny pro návštěvníky masérny:

- Na masáž prosím chodte jen plně zdraví a úzkostlivě dodržujte hygienické zásady.
- Na recepci je možnost zapůjčení ručníku, sprchy jsou k dispozici v šatnách.
- Do masérny nemají přístup osoby, které trpí zjevnými příznaky akutního onemocnění. Dále nemocní chorobami budícími odpor. Nevstupujte prosím ani v případě, že někdo z rodiny trpí některou infekční chorobou a vy můžete být bacilonosičem.
- Platí přísný zákaz vstupu osobám podnapilým nebo pod vlivem jiných návykových látek, zahmyzeným a špinavým.
- Zákazník je povinnen sdělit masérovi svůj zdravotní stav, aby event. mohla být masáž příslušně přizpůsobena.
- V případě nevolnosti, informujte neprodleně maséra.