



МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное автономное  
образовательное учреждение высшего образования  
«Балтийский федеральный университет имени Иммануила Канта»  
(БФУ им. И. Канта)

**ПРИКАЗ**

от 21.11.2024 № 1373

КАЛИНИНГРАД

**Об утверждении регламента посещения и правил поведения в физкультурно-оздоровительных залах в студенческих общежитиях БФУ им. И. Канта**

В целях определения порядка посещения, правил поведения, обязанностей и мер ответственности обучающихся и сотрудников БФУ им. И. Канта, посещающих физкультурно-оздоровительные залы в студенческих общежитиях БФУ им. И. Канта приказываю:

1. Утвердить регламент посещения и правил поведения в физкультурно-оздоровительных залах в студенческих общежитиях БФУ им. И. Канта (Приложение 1).
2. PR-офису (Шкуркина Ю.А.) разместить приказ на сайте БФУ им. И. Канта.
3. Контроль за исполнением приказа возложить на и.о. заместителя ректора по управлению имущественным комплексом О.В. Кутина.

И.о. ректора

М.В. Демин

## **РЕГЛАМЕНТ**

### **посещения и правил поведения в физкультурно-оздоровительных залах в студенческих общежитиях БФУ им. И. Канта**

#### **1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

1.1. Регламент посещения и правил поведения в физкультурно-оздоровительных залах в студенческих общежитиях БФУ им. И. Канта (далее – Регламент) определяет порядок посещения, правила поведения, обязанности и меры ответственности, устанавливает ряд запретов и недопустимых действий, которые могут причинить вред имуществу и (или) другим лицам, для всех обучающихся и сотрудников БФУ им. И. Канта, посещающих физкультурно-оздоровительные залы в студенческих общежитиях БФУ им. И. Канта (далее – Посетители).

1.2. Регламент направлен на обеспечение безопасного пребывания Посетителей в физкультурно-оздоровительных залах в студенческих общежитиях БФУ им. И. Канта (далее – Залы).

1.3. Посетители обязаны соблюдать Регламент.

1.4. БФУ им. И. Канта оставляет за собой право вносить изменения в Регламент с последующим уведомлением Посетителей на официальном сайте БФУ им. И. Канта <https://kantiana.ru/> и в официальной группе комплекса студенческих общежитий в социальной сети Вконтакте [https://vk.com/kso\\_bfu](https://vk.com/kso_bfu)

#### **2. ПОРЯДОК ПОСЕЩЕНИЯ ЗАЛОВ**

2.1. С целью доступа и возможности посещения Залов Посетители обязаны письменно ознакомиться с Регламентом у специалиста комплекса студенческих общежитий БФУ им. И. Канта (далее – специалист) по адресу г. Калининград, ул. А. Невского, д.14, к.1, каб. 101-105.

2.2. Посетитель подтверждает согласие соблюдать Регламент своей подписью в бланке ознакомления с Регламентом.

2.3. Посещение Залов обучающихся до 18 лет без письменного согласия родителей или законных представителей не допускается.

2.4. Для Посетителей доступ в Залы является бесплатным.

2.5. Проход в Залы осуществляется через вахту общежития (при необходимости взятия ключа от индивидуального шкафа) и/или через систему контроля управления доступом (далее – СКУД).

2.6. Залы в студенческих общежитиях №2, №4 и №5 могут посещать только Посетители, непосредственно временно проживающие в данных общежитиях. Залы в студенческом общежитии №3 также могут посещать Посетители, не проживающие в данном общежитии, но только при согласовании с директором КСО.

#### **3. ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ В ЗАЛАХ**

3.1. Посетители обязаны:

3.1.1. заниматься в чистой спортивной одежде и чистой спортивной обуви, которая жестко фиксирует пятку стопы и обеспечивает минимальную нагрузку на голеностопный сустав;

3.1.2. соблюдать правила общей гигиены, воздерживаться от посещения Залов при наличии простудных или инфекционных заболеваний, открытых ран;

3.1.3. перед использованием оборудования, инвентаря или тренажера (далее - Тренажер) убедиться в его исправности, целостности и устойчивости, если присутствуют болтовые соединения или тросы – проверить их крепление;

3.1.4. во избежание травм перед выполнением упражнения убедиться в отсутствии каких-либо помех (предметов, других Посетителей и пр.);

3.1.5. перемещаться по Залу таким образом, чтобы не мешать выполнению физических упражнений другим Посетителям Зала;

3.1.6. перед работой на Тренажере качественно провести разминку (время разминки должно составлять 15–20 минут);

3.1.7. быть предельно внимательными и сосредоточенными на выполнении физического упражнения;

3.1.8. не касаться Тренажера влажными/мокрыми руками во избежание срыва Тренажера;

3.1.9. перед выполнением сложных упражнений (по координации и с задействованием околопредельных нагрузок) использовать помощь другого Посетителя;

3.1.10. не оставлять без присмотра гантели, диски, гири и другие используемые переносные снаряды, оборудование и инвентарь. По окончании комплекса упражнений необходимо вернуть используемый переносной инвентарь на специально отведенное для него место;

3.1.11. строго соблюдать технику выполнения упражнений на Тренажере и использовать его строго по назначению;

3.1.12. при возникновении неисправности в работе Тренажера или его поломке, прекратить занятие на Тренажере и поставить в известность сотрудника КСО или сотрудника частного охранного предприятия на вахте;

3.1.13. при работе со стойками и штангой четко убедиться при съеме снаряда, что он не цепляется за штыри, а после выполнения упражнения (приседания, наклоны, жим стоя и т.п.) поставить на место, убедиться, что гриф штанги попал на штыри (проверить визуально);

3.1.14. при работе на силовом Тренажере правильно подобрать нагрузку и убедиться в том, что рычаг фиксации отошел от каретки и только после этого можно выполнять упражнение, при окончательном выполнении упражнения зафиксировать каретку в исходном положении с помощью рычага фиксации и, только убедившись в этом, после покинуть Тренажер. Если нет навыка работы с вышеупомянутым Тренажером, занятия рекомендуется не проводить;

3.1.15. по окончании выполнения упражнения и тренировки все использованные снаряды и свободные отягощения поставить на место, предназначенное для данного снаряда или отягощения;

3.1.16. при работе на Тренажере, у которого имеются мягкие элементы (сидения, лежаки, валики) для соблюдения личной и общественной гигиены иметь при себе полотенце и использовать его на указанном Тренажере;

3.1.17. при выполнении упражнений со штангой, гантелями, гирями использовать полный «захват» всеми пальцами рук;

3.1.18. четко соблюдать технику страховки (жимы, приседания и т. д.), не мешать выполнению упражнения, контролировать траекторию снаряда или занимающегося Посетителя и при необходимости выполнить страховые действия, быть бдительным и предельно осторожным;

3.1.19. во время занятий в Залах не использовать предметы, не принадлежащих и не предназначенных для залов, которые могут стать причиной травмы;

3.1.20. при получении травмы поставить в известность сотрудника КСО или сотрудника частного охранного предприятия на вахте;

3.1.21. не допускать оскорбления в адрес других Посетителей, сотрудников КСО и обслуживающего персонала, не инициировать конфликты, драки и не принимать в них участие.

### 3.2. Посетителям запрещается:

3.2.1. посещать Залы без ознакомления с настоящим Регламентом под роспись и без дальнейшего получения доступа через СКУД; несовершеннолетним также – без письменного согласия родителей или законных представителей;

3.2.2. посещать Залы в верхней одежде, без спортивной формы и спортивной обуви, предназначенной для занятий в Залах, в т.ч. посещать в тапках, сланцах, кроксах и т.п.;

3.2.3. посещать Залы в грязной одежде и грязной обуви;

3.2.4. во время посещения Залов громко разговаривать, произносить громкие звуки и отвлекать других Посетителей;

3.2.5. входить в Залы и находиться в них с жевательными резинками во рту, с продуктами питания (кроме напитков), приносить и оставлять стеклянную тару;

3.2.6. носить предметы украшения, которые могут привести к травме при выполнении физического упражнения;

3.2.7. заниматься в Зале с обнаженным торсом;

3.2.8. развешивать и оставлять на Тренажере свою одежду;

3.2.9. заниматься на неисправном Тренажере;

3.2.10. использовать оборудование Залов не в соответствии с его назначением и инструкцией по применению;

3.2.11. проводить физические упражнения на Тренажере при отсутствии навыка работы с ним;

3.2.12. курить и парить в Залах;

3.2.13. приносить и распивать в помещениях Залов алкогольные напитки;

3.2.14. находиться в Залах в состоянии алкогольного, наркотического или токсического опьянения;

3.2.15. проносить в Залы любое оружие и его муляжи, в том числе колющие, режущие и бьющиеся предметы, огнеопасные, взрывчатые, ядовитые, наркотические и радиоактивные вещества. В случае возникновения подозрений, сотрудники КСО имеют право ограничить доступ в Залы и вызывать сотрудников полиции;

3.2.16. вставлять в электрические розетки посторонние предметы;

3.2.17. приносить в Залы и включать собственное музыкальное оборудование (портативные колонки, аудиосистемы и пр.);

3.2.18. препятствовать сотрудникам КСО и работникам обслуживающих организаций в допуске к инженерным коммуникациям, электрическим сетям и противопожарной системе Залов;

3.2.19. размещать несанкционированную рекламу, а также осуществлять иную несогласованную деятельность, в том числе проводить платные занятия (тренировки) другим Посетителям;

- 3.2.20. заниматься самостоятельным ремонтом Тренажера в Залах;
- 3.2.21. проводить в Залы физических лиц, не имеющих разрешение и доступ к занятиям в Залах.

#### **4. ОТВЕТСТВЕННОСТЬ И БЕЗОПАСНОСТЬ**

4.1. При нарушении настоящего Регламента составляется акт о нарушении Регламента, с которым под роспись знакомится Посетитель, нарушивший Регламент. Также в случае грубого нарушения в отношении Посетителя может быть предусмотрено дисциплинарное взыскание, согласно Правил внутреннего распорядка обучающихся БФУ им. И. Канта.

4.2. Посетителям, нарушившим настоящий Регламент (на основании акта), а также получившим дисциплинарное взыскание, доступ в Залы запрещается и блокируется в СКУД на период 30 (тридцать) календарных дней с даты составления акта или с даты издания приказа о дисциплинарном взыскании.

4.3. Посетителям, имеющим задолженность (от трех месяцев) по оплате за временное проживание в студенческом общежитии БФУ им. И. Канта, запрещается и блокируется в СКУД доступ в Залы до периода погашения задолженности.

4.4. Посетители несут ответственность за уничтожение, утерю, повреждение Тренажера и иных материальных ценностей, находящихся в Залах.

4.5. За последствия, возникающие в результате нарушения Посетителем Регламента, в том числе травмы и несчастные случаи, сотрудники БФУ им. И. Канта ответственности не несут.

4.6. За ценные вещи, оставленные в Залах, сотрудники БФУ им. И. Канта ответственности не несут.

4.7. Ответственность за утрату либо порчу имущества Посетителя во время посещения Залов несет исключительно сам Посетитель.

4.8. В Залах в целях безопасности посетителей в обязательном порядке осуществляется видео- и аудиозапись.

4.9. В случае возникновения экстренной ситуации Посетители обязаны строго выполнять требования сотрудников БФУ им. И. Канта и сотрудников частного охранного предприятия.

4.10. Сотрудники БФУ им. И. Канта не несут ответственности за состояние здоровья Посетителей, так как Залы не являются медицинским и/или спортивным учреждением и не предоставляют услуг по медицинскому и/или спортивному обеспечению. Риск ухудшения и/или утраты здоровья при посещении Залов лежит исключительно на личной ответственности Посетителей.

4.11. Ответственными лицами, контролирующими соблюдение Регламента Посетителями, а также контролирующими работоспособность и исправность Тренажеров, являются заведующие общежитиями тех объектов, в которых непосредственно расположены Залы.

4.11. Залы предназначены только для физкультурно-оздоровительных упражнений Посетителей.