

## **REGULAMIN OSTEOSTRONG**

### **I. Postanowienia ogólne**

1. Niniejszy regulamin (dalej: Regulamin) określa zasady korzystania z Centrum OSTEOSTRONG zlokalizowanego w Warszawie (00-837) przy ul. Pańskiej 98 (dalej: Centrum OSTEOSTRONG) należącego do Spes Unica Medica Sp. z o.o. Sp. k. z siedzibą w Warszawie (01-748) przy ul. Kaliny Jędrusik 9, NIP: 5252750281, REGON: 380211509, KRS: 0000731632 (dalej: Spes Unica Medica).
2. Na terenie Centrum OSTEOSTRONG mogą przebywać wyłącznie osoby uprawnione do korzystania z usług Centrum OSTEOSTRONG (dalej: Członkowie OSTEOSTRONG).
3. Personel Centrum OSTEOSTRONG uprawniony jest do kontroli tożsamości osoby korzystającej z Centrum OSTEOSTRONG w celu weryfikacji uprawnień do korzystania z usług OSTEOSTRONG.
4. Centrum OSTEOSTRONG wyposażone jest w urządzenia do ćwiczeń siłowych i oporowych (dalej: Ćwiczeń OSTEOSTRONG).

### **II. Zasady funkcjonowania Centrum OSTEOSTRONG**

1. Centrum OSTEOSTRONG otwarte jest w godzinach od 10.00 do 18.00 w dniach od poniedziałku do piątku.
2. Centrum OSTEOSTRONG nie jest otwarte w dni ustawowo wolne od pracy.
3. Centrum OSTEOSTRONG zastrzega sobie możliwość zmiany dni i godzin otwarcia.

### **III. Wejścia i karnety**

1. Do korzystania z usług Centrum OSTEOSTRONG uprawnione są wyłącznie osoby, które wykupiły jednorazowe wejście do Centrum OSTEOSTRONG lub karnet na korzystanie z usług OSTEOSTRONG (dalej: Karnet), zgodnie z cennikiem i zasadami określonymi w cenniku oraz wypełniły Formularz Oceny Zdrowia (dalej: Formularza Oceny Zdrowia). Cennik jednorazowych wejść i Karnetów oraz Formularz Oceny Zdrowia dostępne są w Centrum OSTEOSTRONG.
2. Karnet upoważnia do skorzystania z czterech wejść do Centrum OSTEOSTRONG w okresie jednego miesiąca licząc od dnia jego wykupienia. Karnet nie wykorzystany w całości lub części nie może być przedłużony na kolejny miesiąc oraz nie uprawnia do zwrotu dokonanej opłaty.
3. Członek OSTEOSTRONG nie może dokonać cesji wykupionego karnetu na inną osobę.
4. Członek OSTEOSTRONG, który po wykupieniu Karnetu na jeden miesiąc wykupi Karnet na kolejny miesiąc najpóźniej w ostatnim dniu ważności dotychczasowego Karnetu korzysta z promocyjnej ceny na ten kolejny Karnet, zgodnie z obowiązującym cennikiem i zasadami określonymi w cenniku.

#### IV. Zasady korzystania z Centrum OSTEOSTRONG

1. Z usług Centrum OSTEOSTRONG może korzystać każda osoba bez względu na wiek.
2. Osoby, które nie ukończyły 18 lat, ale ukończyły 13 lat, mogą korzystać z usług Centrum OSTEOSTRONG wyłącznie:
  - a. w obecności przedstawiciela ustawowego lub innego pełnoletniego opiekuna upoważnionego do tego na piśmie przez przedstawiciela ustawowego lub
  - b. samodzielnie - po wyrażeniu na to pisemnej zgody przez przedstawiciela ustawowego.
3. W przypadku wątpliwości, co do autentyczności upoważnienia lub zgody, o których mowa w ustępie poprzedzającym, personel Centrum OSTEOSTRONG może zażądać złożenia upoważnienia lub zgody w Centrum OSTEOSTRONG, w obecności pracownika Centrum OSTEOSTRONG.
4. Osoby, które nie ukończyły 13 lat mogą korzystać z usług Centrum OSTEOSTRONG wyłącznie w obecności przedstawiciela ustawowego lub innego pełnoletniego opiekuna upoważnionego do tego na piśmie przez przedstawiciela ustawowego. Ust. 3 stosuje się odpowiednio.
5. Bezwzględny przeciwwskazaniem do korzystania z Ćwiczeń OSTEOSTRONG są:
  - a. dystrofia mięśniowa;
  - b. nieleczone nadciśnienie tętnicze;
  - c. ciąża;
  - d. aktywna przepuklina.
6. Osoby, u których występują:
  1. przedwczesna menopauza;
  2. niski poziom testosteronu;
  3. celiakia/nieswoiste zapalenie jelit;
  4. reumatoidalne zapalenie stawów;
  5. choroba zwyrodnieniowa;
  6. skolioza;
  7. cukrzyca;
  8. stwardnienie rozsiane;
  9. choroba Parkinsona;
  10. fibromialgia;
  11. zawroty głowy, dezorientacja, omdlenia;
  12. rak;
  13. choroby serca;
  14. udar mózgu;
  15. choroba krwi;
  16. niedoczynność/nadczynność tarczycy;
  17. drgawki/padaczka

powinny przed przystąpieniem do Ćwiczeń OSTEOSTRONG zasięgnąć opinii lekarza w zakresie dopuszczalności wykonywania ćwiczeń siłowych i oporowych zaliczanych do ćwiczeń OSTEOSTRONG.

7. W celu zminimalizowania ryzyka skorzystania z Ćwiczeń OSTEOSTRONG osoby, która ze względu na stan zdrowia nie powinna z nich korzystać, przed pierwszym podjęciem ćwiczeń przeprowadzana jest w podmiocie leczniczym Family Clinic należącym do Spes Unica Medica Sp.z o.o. Sp. k. bezpłatna konsultacja fizjoterapeutyczna i ocena stanu zdrowia w kierunku ewentualnego wykluczenia przeciwwskazań do korzystania z Ćwiczeń OSTEOSTRONG. Niniejszy zapis nie wpływa na treść Części V ust. 10 zdanie trzecie.
8. Członek OSTEOSTRONG zobowiązany jest do korzystania z pomieszczeń, urządzeń i sprzętu udostępnionego w Centrum OSTEOSTRONG w sposób zgodny z ich przeznaczeniem.
9. Na terenie Centrum OSTEOSTRONG obowiązuje bezwzględny zakaz:
  - a. wnoszenia, spożywania, używania i pozostawiania pod wpływem napojów alkoholowych, narkotyków oraz innych środków odurzających;
  - b. palenia tytoniu oraz korzystania z elektronicznych papierosów;
  - c. krzyczenia i używania słów powszechnie uważanych za wulgarne i obraźliwe;
  - d. handlu i akwizycji oraz naklejania i pozostawiania reklam oraz ulotek;
  - e. fotografowania i filmowania w celach komercyjnych bez zgody Centrum OSTEOSTRONG;
  - f. wprowadzania zwierząt;
  - g. wnoszenia niebezpiecznych narzędzi, broni, materiałów pirotechnicznych, łatwopalnych oraz wybuchowych.
10. Członkowie OSTEOSTRONG, przebywający na terenie Centrum OSTEOSTRONG, zobowiązani są do:
  - a. przestrzegania powszechnie przyjętych zasad współżycia społecznego, zasad dobrego zachowania i szacunku w stosunku do pozostałych ćwiczących osób;
  - b. powstrzymania się od zachowania mogącego narazić udostępnione mienie na uszkodzenie lub zniszczenie;
  - c. zachowania czystości oraz powszechnie przyjętych norm higieny;
  - d. podporządkowania się poleceniom personelu Centrum OSTEOSTRONG;
  - e. zachowania należytej ostrożności w posługiwaniu się wyposażeniem Centrum OSTEOSTRONG.
11. Członek OSTEOSTRONG jest zobowiązany do przechowywania swoich rzeczy osobistych w dedykowanych do tego zamykanych na klucz szafkach znajdujących się w Centrum OSTEOSTRONG. Za rzeczy osobiste pozostawione poza szafkami lub w szafkach bez zamknięcia na klucz Centrum OSTEOSTRONG nie ponosi odpowiedzialności.

## V. Ćwiczenia w Centrum OSTEOSTRONG

1. Członek OSTEOSTRONG może ćwiczyć w Centrum OSTEOSTRONG w dniach i godzinach jego otwarcia, bez konieczności dokonywania wcześniejszej rezerwacji, w zależności od dostępności urządzeń OSTEOSTRONG.
2. Ćwiczenia OSTEOSTRONG nie stanowią treningów personalnych. Personel Centrum OSTEOSTRONG czuwa wyłącznie nad porządkiem Centrum OSTEOSTRONG i bezpieczeństwem Członków OSTEOSTRONG.

3. Członek OSTEOSTRONG, aby mieć gwarancję dostępności urządzeń OSTEOSTRONG, może z wyprzedzeniem, zarezerwować termin swojej obecności w Centrum OSTEOSTRONG. Rezerwacji można dokonywać osobiście w recepcji Centrum OSTEOSTRONG oraz telefonicznie. Centrum OSTEOSTRONG nie odpowiada za brak terminów odpowiednich dla Członka OSTEOSTRONG.
4. W przypadku trzykrotnego:
  - a. zarezerwowania przez Członka OSTEOSTRONG terminu swojej obecności w Centrum OSTEOSTRONG nie skutkującego obecnością Członka OSTEOSTRONG w Centrum OSTEOSTRONG lub
  - b. odwołania przez Członka OSTEOSTRONG zarezerwowanego terminu z wyprzedzeniem mniejszym niż 24 godziny,Centrum OSTEOSTRONG zastrzega sobie możliwość wstrzymania dla Członka OSTEOSTRONG możliwości rezerwacji terminów na okres do 3 miesięcy.
5. Odwołania rezerwacji można dokonać osobiście w recepcji Centrum OSTEOSTRONG lub telefonicznie.
6. W przypadku nie przybycia Członka OSTEOSTRONG do Centrum OSTEOSTRONG na zarezerwowaną godzinę, rezerwacja zostaje anulowana.
7. W trakcie przebywania w Centrum OSTEOSTRONG Członek OSTEOSTRONG zobowiązany jest stosować się do zaleceń i wskazówek personelu Centrum OSTEOSTRONG.
8. Członek OSTEOSTRONG jest zobowiązany do poinformowania personelu OSTEOSTRONG o wystąpieniu wszelkich okoliczności stanowiących przeciwwskazania do korzystania z usług OSTEOSTRONG lub wymagających zachowania szczególnej ostrożności przy ich podejmowaniu, o których mowa w części IV pkt 5-6 Regulaminu.
9. Spes Unica Medica nie ponosi odpowiedzialności za skutki wykonywania ćwiczeń na sprzęcie znajdującym się w centrum OSTEOSTRONG w sposób niezgodny z jego przeznaczeniem lub wskazówkami personelu Centrum OSTEOSTRONG lub bez uprzedniego zapoznania się z zasadami używania tego sprzętu i wskazówkami personelu OSTEOSTRONG.
10. W razie jakichkolwiek wątpliwości, dotyczących swojej sprawności fizycznej lub zdolności do wykonywania Ćwiczeń OSTEOSTRONG, przed przystąpieniem do wykonywania ćwiczeń, Członek OSTEOSTRONG ma obowiązek zasięgnąć opinii lekarskiej. Każdy Członek OSTEOSTRONG korzysta z usług Centrum OSTEOSTRONG wyłącznie na własną odpowiedzialność i na własne ryzyko.
11. Wykupienie jednorazowego wejścia lub zakup Karnetu są równoznaczne z akceptacją niniejszego Regulaminu.
12. Regulamin wchodzi w życie w dniu 4 maja 2021 r. Spes Unica Medica zastrzega sobie możliwość zmiany Regulaminu.