

# REGULAMIN KORZYSTANIA

## Z TRAMPOLIN SPORTOWYCH

### REGULAMIN KORZYSTANIA Z TRAMPOLIN SPORTOWYCH

#### I. POSTANOWIENIA OGÓLNE

1. Niniejszy Regulamin stanowi uzupełnienie Regulaminu Ogólnego Korzystania z Parku Trampolin FlyPark w Rzeszowie, a każdego Użytkownika obowiązują reguły określone w każdym z Regulaminów. Trampoliny sportowe są integralną częścią Parku. Korzystając z nich należy przestrzegać niniejszego Regulaminu oraz szczegółowych zasad umieszczonych poniżej.
2. **Wszystkie osoby wchodzące do Parku, zamierzające korzystać z jego atrakcji lub zamierzające przebywać na terenie Parku mają obowiązek zapoznać się z Regulaminem Ogólnym i załącznikami do niego: Regulaminem Basen z gąbkami, Regulaminem Trampoliny sportowe i przestrzegać ich postanowień.**
3. Przed przystąpieniem do korzystania z trampolin sportowych znajdujących się w Parku, Użytkownik zobowiązany jest do przeprowadzenia ćwiczeń rozgrzewających i rozciągających - zgodnie ze wskazówkami pracowników FlyPark.
1. Podczas korzystania z trampolin znajdujących się na terenie Parku, Użytkownik jest obowiązany bezwzględnie stosować się do poleceń, zaleceń, uwag, nakazów i ostrzeżeń

wydawanych przez pracowników FlyPark.

## **II. ZASADY BEZPIECZEŃSTWA**

1. Użytkowanie trampolin sportowych odbywa się wyłącznie pod nadzorem instruktora i za jego zgodą, po zgłoszeniu tego obsłudze Parku.
2. Użytkownik ma obowiązek poinformowania instruktora o przebytych kontuzjach, które mogą być przeciwwskazaniem do korzystania z trampolin sportowych. Wszelkie wady postawy oraz choroby kręgosłupa mogą być uznane za przeciwwskazanie do użytkowania trampolin sportowych.
3. Instruktor oraz obsługa Parku ma prawo odmówić wstępu na trampolinę sportową, jeśli zauważą przeciwwskazania do ćwiczeń na tym urządzeniu.
4. Poprawna technika korzystania z trampoliny sportowej polega na wybiciu się ze środka pola trampoliny z obu nóg i wylądowaniu na obu stopach. Kolana powinny pozostać ugięte i w lekkim rozkroku, ręce wyciągnięte przed siebie dla zachowania odpowiedniego balansu ciała.
5. Podczas nieudanego podskoku, którego skutkiem może być niekontrolowane lądowanie na pole trampolinowe, Użytkownik powinien starać się wylądować na plecach lub ułożyć ciało "w kłębek" chroniąc jednocześnie głowę rękami, co pozwoli zminimalizować ryzyko urazów barków, ramion, łokci, przedramion i rąk.
6. Zabrania się wskakiwania na pole trampolinowe zajęte przez innego Użytkownika.
7. Zabrania się wskakiwania na elementy konstrukcyjne trampolin.
8. Zabrania się skakania po matach zabezpieczających elementy konstrukcyjne trampoliny. Przechodzenie z zachowaniem należytej ostrożności po matach zabezpieczających do wybranej trampoliny pozostaje dozwolone.
9. Zabrania się siedzenia na matach zabezpieczających elementy konstrukcyjne trampoliny.
10. Zabrania się wskakiwania w siatki zabezpieczające trampoliny oraz wspinania się na nie.

11. Zabrania się wykonywania jakichkolwiek ewolucji nad elementami zabezpieczającymi konstrukcję trampoliny.
12. Zabrania się wszelkich przepychanek i walk oraz przeszkadzania w jakikolwiek sposób innym Użytkownikom Parku.
13. Zaleca się zachowanie szczególnej ostrożności Użytkownikom zamierzającym wykonywać bardziej złożone ewolucje celem zminimalizowania ryzyka wyrządzenia jakiegokolwiek krzywdy sobie lub innym Użytkownikom Parku.
14. Zaleca się szczególne, indywidualne środki ochronne osobom noszącym okulary lub soczewki kontaktowe.
15. Zaleca się szczególną ostrożność przy opuszczaniu strefy trampolin, aby nie doszło do kolizji z innymi Użytkownikami obiektu.
16. Sygnał gwizdka lub stosowny komunikat pracownika FlyPark jest sygnałem do natychmiastowego zaprzestania kontynuowania aktywności przez Użytkownika
17. Zabrania się wskakiwania i siadania na ściankę przy trampolinach sportowych.