



Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования  
**«Северо-Кавказский федеральный университет»**

## ПРИКАЗ

от 25.09.2025г.

№ 2098-Д

**Об утверждении Правил внутреннего пользования  
сооружениями Спортивно-оздоровительного  
комплекса ФГАОУ ВО «Северо-Кавказский  
федеральный университет»**

В связи с изменением организационно-штатной структуры ФГАОУ ВО «Северо-Кавказский федеральный университет», в целях исполнения приказа от 28.08.2025 №1791-О «О внесении изменений в структуру ФГАОУ ВО «Северо-Кавказский федеральный университет» (утв. приказом от 22.03.2022г. №591-О)»

### **ПРИКАЗЫВАЮ:**

1. Утвердить Правила внутреннего пользования сооружениями Спортивно-оздоровительного комплекса ФГАОУ ВО «Северо-Кавказский федеральный университет» (Приложение).

2. Директору по информационной политике Соколовой Л.Н. обеспечить размещение Правил внутреннего пользования сооружениями Спортивно-оздоровительного комплекса ФГАОУ ВО «Северо-Кавказский федеральный университет» с учетом изменений, утвержденных настоящим приказом на официальном сайте ФГАОУ ВО «Северо-Кавказский федеральный университет» <http://www.ncfu.ru/>.

3. Директору спортивно-оздоровительного комплекса Бавтрюкову И.А. разместить Правила внутреннего пользования сооружениями Спортивно-оздоровительного комплекса ФГАОУ ВО «Северо-Кавказский федеральный университет» с учетом изменений, утвержденных настоящим приказом в общедоступном месте на территории спортивно-оздоровительного комплекса.

4. Считать утратившим силу приказ от 23.03.2022г. №598-О «Об утверждении Положения, Правил внутреннего пользования сооружениями Спортивно-оздоровительного комплекса ФГАОУ ВО «Северо-Кавказский федеральный университет».

5. Контроль за исполнением настоящего приказа оставляю за собой.

Проректор  
по развитию инфраструктуры

Ю.И. Павленко

Приложение

Утверждены приказом

от 25 сентября 2025 г. № 2098-0

**ПРАВИЛА  
ВНУТРЕННЕГО ПОЛЬЗОВАНИЯ  
сооружениями спортивно-оздоровительного комплекса  
ФГАОУ ВО «Северо-Кавказский федеральный университет»**

г. Ставрополь, 2025

# І. ПЛАВАТЕЛЬНЫЙ БАССЕЙН

## 1. Общие требования

Пользователи услугами плавательного бассейна обязаны:

1.1. Выполнять все требования дежурного тренера и спасателя, связанные с обеспечением безопасности и соблюдением правил посещения бассейна.

1.2. Соблюдать расписание занятий и общее время пребывания в бассейне:

- время входа в раздевалку и приём душа в 00 каждого часа;
- время организованного входа в раздевалку детских групп (взрослых групп) занимающихся в секциях СКФУ в 55 мин каждого часа;
- время, предназначенное для переодевания и принятия душа, входит в общее время сеанса посещения;
- время нахождения в чаше бассейна согласно расписанию;
- время приёма душа после сеанса и нахождение в раздевалке - 10 минут;
- лица, опоздавшие на сеанс, ждут следующего сеанса или допускаются к занятиям во временных рамках идущего сеанса (обговаривается с администратором).

1.3. Соблюдать следующие санитарно-гигиенические требования при посещении бассейна:

- каждый посетитель СОК обязан переобуться в сменную обувь (резиновые тапочки для плавания, спортивная обувь для залов) на первом этаже при входе в СОК;
- сдавать верхнюю одежду (уличную обувь в пакете) в гардероб и входить в зону бассейна только в чистой сменной обуви, пригодной для посещения бассейна;
- посетитель должен иметь при себе купальный костюм, шапочку для плавания, полотенце, тапочки, предметы гигиены (мыло и мочалку);
- для мытья тела рекомендуется использование твердого или жидкого мыла;
- при отсутствии одного из предметов посетитель к занятиям не допускается;
- в раздевалки допускаются только лица пришедшие на сеанс, сопровождающие и ожидающие в раздевалку не допускаются.

1.4. В целях обеспечения вместимости индивидуального шкафчика для переодевания, гигиенические предметы и плавательные принадлежности проносить в раздевалку только в полиэтиленовых пакетах или малогабаритных сумках.

1.5. Пользоваться гигиеническими предметами, упакованными только в небьющую тару (пластик, полиэтилен и т.п.). Использование гигиенических предметов в стеклянной таре запрещено.

1.6. Предоставлять возможность персоналу бассейна проверять соблюдение требований о наличии соответствующих предметов гигиены.

1.7. Тщательно принять душ в течение 3-5 минут (без купального костюма, с использованием мочалки и мыла).

1.8. После окончания пользования душем, обязательно, закрыть краны горячей и холодной воды.

1.9. После принятия душа, перед входом в бассейн, предоставить медицинскому персоналу возможность проверить состояние кожного и волосяного покрова.

1.10. Вход в воду и выход после сеанса осуществлять по команде дежурного тренера или спасателя. После подачи сигнала об окончании занятий посетителю необходимо двигаться к ближайшей лестнице на выход.

1.11. По окончании сеанса необходимо принять душ, вытереться, выжать плавательные принадлежности и только после этого идти в раздевалку.

1.12. В случае преждевременного ухода с занятия поставить в известность дежурного тренера.

1.13. Заниматься можно только на дорожках, отведённых инструктором. Дорожки, занятые групповыми занятиями обозначаются табличкой «Дорожка занята». Ознакомится с загруженностью дорожек можно на информационном стенде у регистратуры СОК.

1.14. После окончания сеанса покинуть бассейн (зону душа и раздевалки) в течении 10 минут.

1.15. При первом посещении бассейна пройти вводный инструктаж по правилам безопасности на воде и расписаться в соответствующем журнале.

1.16. На основании постановления главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. №4 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 3.3686-21» Санитарно-Эпидемиологические требования по профилактике инфекционных болезней», при первом посещении бассейна необходимо предоставить: справку от врача о состоянии здоровья, с заключением об отсутствии противопоказаний для занятий плаванием, с результатами анализов на энтеробиоз и гименолепидоз. Справки должны предоставляться медицинской сестре для последующей регистрации у администратора.

1.17. Перед входом в воду, необходимо снимать все украшения.

1.18. Перемещаться по территории бассейна в соответствии с действующим принципом поточности: гардероб, администратор, раздевалка, душевая, ванна бассейна.

1.19. В случае отсутствия спасателя, вход в плавательный бассейн (ванну бассейна) отдельных занимающихся или групп, строго запрещен.

1.20. К занятиям по плаванию на глубокой воде (глубже 1,5 метра) допускаются лица, способные проплыть не менее 25 метров любым способом плавания.

1.21. Лица, не умеющие плавать, должны пройти курс начального обучения и надеть специальное оборудование.

1.22. Администрация вправе ограничить доступ посетителей в бассейн, в случае превышения предельного количества посетителей, находящихся в ванне бассейна (не более 48 человек ГОСТ Р 58458-2020).

1.23. "Термины и определения" - в настоящих Правилах основные термины и определения применяются в следующем значении:

- Администрация - уполномоченный работник СКФУ;

- Руководство - должностное лицо, осуществляющее руководство сооружениями спортивно-оздоровительным комплексом (далее-СОК).

- Пользователь - лицо, посещающее объекты, входящие в состав СОК.

## **2. Правила поведения в бассейне во время плавания**

2.1. При плавании нескольких человек на дорожке посетители должны держаться правой стороны, т.е. плавание в бассейне осуществляется всегда против часовой стрелки.

2.2. При плавании необходимо обгонять слева впереди плывущих.

2.3. Посетители могут отдыхать только в углах дорожки, не мешая совершать поворот плывущим.

2.4. Для освобождения полости рта и носа от попавшей воды следует пользоваться сливным желобом.

2.5. Запрещается прыгать с бортиков.

2.6. Запрещается толкаться во время плавания.

2.7. Запрещается висеть на дорожках бассейна.

2.8. Запрещается плавать поперёк бассейна, кроме перехода с дорожки на дорожку и к лестнице.

2.9. В бассейне запрещается создавать излишний шум и подавать ложные сигналы о помощи.

2.10. При плавании в бассейне запрещается создавать препятствия другим посетителям.

2.11. Запрещается плавать с жевательной резинкой во рту.

2.12. Запрещается плавать без шапочки для плавания.

2.13. Прыжки со стартовых тумб возможны только с разрешения дежурного тренера или спасателя.

2.14. Пользователь несет персональную ответственность за свою жизнь и здоровье.

2.15. Пользователь несет ответственность:

за исполнение настоящих Правил пользования;

за соблюдение правил техники безопасности;

за свое состояние здоровья и самочувствия до и в процессе занятия;

за повреждение, утрату или порчу оборудования и имущества, находящегося в месте проведения занятий.

## **3. Правилами бассейна запрещается**

При установлении запретов и рекомендаций поведения в бассейне руководство всегда исходит исключительно из необходимости обеспечения

безопасности посетителей в бассейне, который является местом повышенной опасности. Посетителям бассейна запрещается:

3.1. Посещать бассейн при наличии медицинских противопоказаний по состоянию здоровья, при наличии кожных, инфекционных заболеваний, кровотечений, в плохом самочувствии.

3.2. Посещать бассейн в состоянии алкогольного, наркотического или токсического опьянения.

3.3. Приносить огнестрельное и холодное оружие, колото-режущие предметы, предметы из стекла, взрывчатые, легковоспламеняющиеся, отравляющие и токсичные вещества, а также газовые баллончики.

3.4. Курить, принимать пищу и распивать спиртные напитки в бассейне.

3.5. Пользоваться ластами и масками (без разрешения работников бассейна).

3.6. Приносить в бассейн плавательные круги, доски и другие предметы (без разрешения работников бассейна).

3.7. Бросать посторонние предметы в бассейн.

3.8. Шуметь, создавать конфликтные ситуации, нецензурно выражаться, допускать хулиганские действия в адрес других лиц, оскорблять посетителей и работников бассейна.

3.9. Втирать в кожу косметические средства (крема, мази, скрабы и т.п.) во избежание аллергических реакций.

3.10. Производить косметологические процедуры в бассейне и в душевой (маникюр, педикюр, пиллинг и т.д.).

3.11. Портить инвентарь и использовать инвентарь без разрешения инструктора или не по назначению.

3.12. Ходить босиком в бассейне.

3.13. Производить фото и видеосъемку без разрешения руководства бассейна.

3.14. Проходить в бассейн в уличной обуви и в бахилах.

3.15. Входить в служебные и технические помещения.

3.16. Прикасаться, включать, выключать и регулировать любое инженерно-техническое оборудование.

3.17. Загрязнять помещения и сооружения бассейна.

3.18. Пользоваться служебными телефонами бассейна.

3.19. Перемещаться в бассейне бегом.

3.20. Родители, занимающихся у тренеров детей и ожидающие, в плавательный бассейн, на трибуны (балкон) бассейна не допускаются. Исключение составляют открытые уроки и соревнования, проходящие с разрешения тренера по предварительному согласованию с руководством.

3.21. Передавать документ на право посещения плавательного бассейна другим лицам.

#### **4. Учреждение не несет ответственность в случаях**

4.1. Ухудшения здоровья посетителей, в результате острых и обострившихся хронических заболеваний, травм, имеющих у посетителя до начала занятий.

4.2. Нарушения правил пользования спортивным оборудованием.

4.3. Противоправных действий 3-х лиц.

4.4. Администрация не несет ответственности за сохранность документов и ценностей, оставленных в раздевалке плавательного бассейна.

### **5. Согласно правилам посещения бассейна, не рекомендуется**

5.1. Заниматься в бассейне натощак или ранее чем через 1,5 -2 часа после еды (особенно детям!).

5.2. Использовать в душе гели для мытья (в связи с особыми химическими свойствами - в результате применения гелей на теле человека образуется плёнка, требующая тщательного и длительного смывания; при некачественной помывке тела с использованием геля ухудшается качество воды в бассейне).

5.3. Приносить во внутреннюю раздевалку бассейна большие сумки.

Данные правила направлены на обеспечение безопасности посетителей, от их соблюдения зависит качество воды в плавательном бассейне, комфорт и здоровье занимающихся.

**ЛИЦА, НАРУШИВШИЕ ПРАВИЛА, ЛИШАЮТСЯ ПРАВА ПОСЕЩЕНИЯ БАСЕЙНА!**

## **II. ТРЕНАЖЕРНЫЙ И ФИТНЕС ЗАЛЫ**

### **1. Общие требования**

1.1. Настоящие Правила посещения тренажерного и фитнес залов разработаны с целью создания безопасных и комфортных условий для занятий в тренажерном и фитнес залах.

1.2. При посещении тренажерного и фитнес залов необходимо ознакомиться с Правилами, пройти инструктаж по технике безопасности, вводный инструктаж с инструктором тренажерного зала по правилам использования, и технике выполнения упражнений на тренажерах.

1.3. Учреждение настоятельно рекомендует посетителям пройти медицинский осмотр перед началом посещения тренажерного зала.

1.4. Дети до 14 лет не допускаются в тренажерный зал без сопровождения родителей или лиц, ими уполномоченных. Исключением является услуга «занятия с инструктором для детей до 14 лет».

1.5. К самостоятельным занятиям в тренажерном зале допускаются дети, достигшие 14 лет при наличии письменного разрешения от родителей.

1.6. Для посещения занятий в тренажерном и фитнес залах необходимо иметь спортивную форму (спортивные брюки или шорты, футболку), чистую сменную спортивную обувь (кроссовки или кеды), личное полотенце.

1.7. Необходимо снять с себя предметы, представляющие опасность при занятиях в тренажерном и фитнес залах (часы, висюльки, серьги, иные украшения.), убрать из карманов колющие и другие посторонние предметы.

1.8. Во избежание травматизма не разрешается использовать беговую дорожку босиком, в сланцах и иной не приспособленной для занятий обуви. В начале тренировки на беговой дорожке необходимо становиться на подставки по краям

движущей ленты, установить минимальную скорость и начинать тренировку после того, как лента пришла в движение. Нельзя сходить с тренажера до полной остановки ленты.

1.9. При занятиях в залах, волосы должны быть собраны.

1.10. Необходимо следить, чтобы длинные и свободные детали одежды, не попали на движущиеся части тренажеров.

1.11. Передвигаться по залу необходимо медленно, не заходя в рабочую зону других посетителей.

1.12. При выполнении упражнений со штангой необходимо использовать замки безопасности. Выполнение базовых упражнений (жим лёжа, приседания со штангой), а также упражнения с отягощениями необходимо производить при страховке со стороны партнёра, либо инструктора тренажерного зала.

1.13. С отягощениями, штангами, гантелями следует обращаться предельно аккуратно. Все упражнения должны выполняться плавно без рывков. Запрещается брать блины, гантели, грифы штанги влажными или потными руками.

1.14. При выполнении базовых упражнений (становая тяга, приседания и т.д.) необходимо пользоваться атлетическим поясом.

1.15. Упражнения со свободными весами необходимо выполнять на расстоянии не менее 1,5-2 метров от стекла и зеркал.

1.16. Не допускается перегрузка тренажерных устройств сверх нормы дополнительным навешиванием грузов.

1.17. Питьевую воду необходимо использовать только в пластиковой упаковке.

1.18. Не разрешается использовать во время занятий резко пахнущие парфюмерные и косметические препараты.

1.19. Не разрешается класть посторонние предметы на полотно батута для Джампинга во время занятий.

1.20. Необходимо следить за своим состоянием и делать перерывы, если почувствовали утомление.

1.21. При занятиях в фитнес и тренажерном залах запрещено иметь во рту посторонние предметы.

1.22. При занятиях на батутах для Джампинга и Степ платформах необходимо неукоснительно следовать инструкциям тренера или инструктора-методиста.

### **1.23. Посетитель обязан:**

- выполнять все указания инструктора тренажерного зала;
- убирать за собой инвентарь (снимать блины со штанг, гантели ставить на гантельную стойку и т.д.);
- соблюдать правила личной гигиены.

1.24. Администрация вправе отказать посетителю в обслуживании или удалить с территории тренажерного и фитнес залов в любое время, без возврата денег в случае нарушения им общественного порядка или создания угрозы жизни, здоровью и отдыху других посетителей.

1.25. Администрация оставляет за собой право заменять заявленного в расписании инструктора.

## **2. Режим работы тренажерного и фитнес залов**

2.1. Режим работы тренажерного и фитнес залов для платного посещения устанавливается расписанием, утвержденным администрацией.

2.2. Администрация вправе ограничить доступ посетителей в тренажерный и фитнес залы в случае превышения предельного количества посетителей, находящихся в залах (не более 25 человек в каждом зале).

## **3. Правила посещения тренажерного и фитнес залов.**

3.1. Пропуском в тренажерный и фитнес залы является абонемент или кассовый чек на оплату разового посещения занятий.

3.2. Клиент обязан оплатить абонемент или разовое посещение занятий в соответствии с действующим прейскурантом.

3.3. Абонемент выдается администратором после оплаты и предъявляется при каждом посещении тренажерного зала. На время тренировки абонемент отдается администратору спортивно-оздоровительного комплекса, посетителю выдается ключ от шкафчика раздевалки тренажерного зала.

3.4. Абонемент является персональным (именным).

3.5. В случае приобретения услуг по льготам, необходимо предъявить документ, подтверждающий наличие права на приобретение услуги по льготному тарифу.

3.6. Клиент имеет право однократно переоформить квартальный, полугодовой и годовой абонемент на другое лицо. Абонемент переоформляется в присутствии человека, на которого будет совершено переоформление.

3.7. Стоимость неиспользованных занятий не возмещается, за исключением пропущенных занятий по причине болезни, подтвержденных соответствующим документом.

3.8. После истечения срока действия, абонемент не может быть использован, а неиспользованные посещения не компенсируются.

3.9. При утере абонемента посетитель имеет право выписать дубликат, но не более одного раза. При повторной утере оплачивается стоимость нового абонемента согласно прейскуранту.

## **4. Правила пользования раздевалками**

4.1. Индивидуальный шкафчик в раздевалке предоставляется посетителю во временное пользование на период его нахождения в тренажерном и фитнес залах, и предназначен для размещения одежды (кроме верхней), сменной (не уличной) обуви и других личных вещей посетителя.

4.2. Ключ от шкафчика выдается на рецепции в обмен на абонементную карту и подлежит обязательному возврату после окончания занятий и пользования раздевалкой.

4.3. В случае утери ключа от шкафчика необходимо возместить стоимость утраченного ключа, в соответствии с прейскурантом.

4.4. В случае оплаты разового посещения необходимо оставить на время сеанса любой документ, подтверждающий личность, либо залог в размере 350 рублей.

4.5. В раздевалке не разрешается:

- оставлять свои вещи вне шкафчика;
- оставлять ключ от шкафчика в замке, во время посещения занятий;
- оставлять свои вещи в шкафчиках после окончания занятий.

4.6. По окончании рабочего времени, согласно режиму работы спортивно-оздоровительного комплекса, все шкафчики в раздевалках открываются.

4.7. Забытые в раздевалках и оставленные в шкафчиках вещи изымаются и передаются на ответственное хранение в течение 30 дней администрации спортивно-оздоровительного комплекса.

4.8. При посещении туалетов раздевалок необходимо соблюдать общие санитарные и гигиенические требования.

## **5. Правила пользования душевыми**

5.1. Душевые раздевалок предназначены только для лёгкого эстетического мытья после занятий.

5.2. Максимальное время пребывания в душе не должно превышать 5-7 мин.

5.3. В часы наибольшей загруженности душевых соблюдайте очередность их посещения, будьте взаимовежливы.

5.4. Запрещается приносить в душевые шампуни и моющие средства в стеклянной таре.

**5.5. В душевых не разрешается:**

- мытье и окрашивание волос;
- пользоваться бритвенными принадлежностями;
- проводить процедуры по уходу за кожей (скраб, масла, маски и т.п.);
- мытье обуви и стирка вещей.

## **6. Прочие условия**

6.1. Посетитель лично несет ответственность за неправильное пользование спортивным оборудованием и инвентарем, что может повлечь за собой получение травм и увечий, а также причинения вреда имуществу Учреждения.

**6.2. Учреждение не несет ответственность в случаях:**

- ухудшения здоровья посетителей, в результате острых и обострившихся хронических заболеваний, травм, имеющихся у посетителя до начала занятий;
- нарушения правил пользования спортивным оборудованием;
- противоправных действий 3-х лиц.

6.3. Администрация за сохранность документов и ценностей, оставленных в раздевалке тренажерного зала, ответственности не несет.

**6.4. Запрещается:**

- передвигать тренажеры, пользоваться спортивным оборудованием и инвентарем, находящимся в других залах;
- громко и агрессивно разговаривать, использовать ненормативную лексику;
- посещать тренажерный и фитнес залы в состоянии алкогольного и наркотического опьянения;
- курить, принимать пищу в помещениях тренажерного и фитнес залов;
- использовать моющие средства в стеклянной таре, во избежание порезов;
- заниматься с обнаженным торсом;
- вносить в тренажерный и фитнес залы жевательную резинку, продукты питания, а также другие предметы, не относящиеся к занятиям;
- прикасаться к движущимся частям блочных устройств;
- ставить бутылки с водой на тренажеры, подключенные к электросети;
- самостоятельно регулировать громкость и подбор музыкального сопровождения.

6.5. Лица, нарушившие настоящие Правила пользования тренажерным и фитнес залами удаляются из тренажерного и фитнес залов. Учреждение оставляет за собой право не допустить их для дальнейшего посещения.