



JŪRMALAS PILSĒTAS DOME

JŪRMALAS SPORTA SKOLA

Nometņu ielā 2B, Jūrmalā, LV-2016, Reģ.Nr.2971902208, 90009249367
tālr. 67736378, tālr./ fax 67736379, e-pasts sportaskola@edu.jurmala.lv

Apstiprināti ar
Jūrmalas Sporta skolas direktora S. Bērziņa
2017.gada 20. oktobra
Rīkojumu Nr. 1-06/67

IEKŠĒJIE NOTEIKUMI

Jūrmalā

20.10.2017.

2-05/2

Iekšējās kārtības noteikumi peldbaseinā un trenāžieru zālē

Izdoti saskaņā ar Valsts pārvaldes iekārtas
likuma 72.panta pirmās daļas 1.punktu

1. Vispārīgie noteikumi

Jūrmalas Sporta skolas (turpmāk tekstā – Skola) Iekšējie kārtības noteikumi (turpmāk tekstā – Noteikumi) nosaka:

- 1.1. Peldbaseinā un trenāžieru zālē strādā sertificēti Sporta treneri un instruktori.
- 1.2. Mācību - treniņu un interešu izglītības peldēšanas nodarbības notiek 1 trenera un 1 peldēšanas instruktora klātbūtnē, gan lielajā, gan mazajā peldbaseinā. Treneris nodrošina peldēt apmācības procesu, rūpējās par izglītojamo drošību un izglītības iestādes iekšējās kārtības noteikumu ievērošanu. Instruktors uzrauga un nodrošina drošību uz ūdens, kārtību peldbaseinā un nodarbību laikā, kā arī drošības noteikumu ievērošanu.
- 1.3. Apmeklētājs ir atbildīgs par savu veselības stāvokli, fizisko sagatavotību, peldēt prasmi un iemaņām pirms peldbaseina apmeklējuma un peldbaseina apmeklējuma laikā.
- 1.4. Apmeklētājs pirms peldbaseina apmeklējuma rūpīgi iepazīstas ar Noteikumiem un uzturēšanās laikā tos ievēro.
- 1.5. Noteikumi ir jāievēro visiem apmeklētājiem neatkarīgi no vecuma un dzimuma.
- 1.6. Ja apmeklētājs ignorē Noteikumus, peldbaseina darbinieku norādījumus, nodara kaitējumu savai veselībai, apdraud savu un/vai citu apmeklētāju dzīvību, cieš materiālus zaudējumus un/vai nodara materiālus zaudējumus trešajai personai šo Noteikumu neievērošanas dēļ Skola atbildību neņems.
- 1.7. Apmeklētājs, kurš neievēro šos Noteikumus, izvietotās brīdinājuma zīmes, uzrakstus, peldbaseina darbinieku aizrādījumus, tiek izraidīts no peldbaseina, neatmaksājot samaksāto ieejas maksu.
- 1.8. Noteikumi ir izvietoti pie informācijas stenda un pie administratora.
- 1.9. Noteikumi stājas spēkā 2017.gada 20.oktobrī.

2. Peldbaseina darba laiks

2.1. Peldbaseina darba laiks apmeklētājiem ir noteikts:

2.1.1. Darba dienās:

2.1.1.1. No plkst. 8:00 līdz 21:00

2.1.1.2. Brīvās peldēšanas laiki no plkst.8:00 līdz 12:30 un no plkst.20:00 līdz 20:40

- Direktora S. Beļins
19717...@edu.lv
- 2.1.2. Sestdienās:
 - 2.1.2.1. No plkst. 9:00 līdz 19:00
 - 2.1.2.2. Brīvās peldēšanas laiki no plkst. 14:30 – 18:40
 - 2.1.3. Svētdienās:
 - 2.1.3.1. No plkst. 10:00 – 17:00
 - 2.1.3.2. Brīvās peldēšanas laiki no plkst. 10:00 līdz 16:40
 - 2.2. Izņēmuma gadījumos (kā, piemēram, sacensības, pasākumi, svētku dienas, kā arī dažādu saimnieciska/organizatoriska rakstura gadījumos) ar Skolas paziņojumu, darba laiks var tikt mainīts.
 - 2.3. Par peldbaseina darba laika izmaiņām apmeklētājiem tiek paziņots vismaz 1 (vienu) nedēļu iepriekš. Izmaiņas peldbaseina darba laikā tiek izvietotas Noteikumu 1.7. apakšpunktā atrunātajās vietās.
 - 2.4. Ja apmeklētājs nav iepazinies ar peldbaseina darba laika izmaiņām (Noteikumu 2.2. un 2.3. apakšpunktos), Skola atbildību nenes un maksa par iegādātajiem pakalpojumiem netiek kompensēta.

3. Ieiešanas kārtība peldbaseinā

- 3.1. Pakalpojumu iegāde apliecina, ka apmeklētājs ir iepazinies ar Noteikumiem un apņemas tos ievērot.
- 3.2. Vienā Mācību – treniņu peldēt apmācības grupā vienlaicīgi drīkst atrasties ne vairāk, kā noteikts Ministru kabineta 29.08.2017. noteikumu Nr.508 „Kārtība, kādā valsts finansē profesionālās ievirzes sporta izglītības programmas” 1.pielikuma 2.27. peldēšana punktā.
- 3.3. Vienā Interesu izglītības peldēt apmācības grupā vienlaicīgi lielajā baseinā drīkst atrasties ne vairāk, kā 15 izglītojamie uz viena peldceļa, mazajā baseinā pirmskolas vecuma grupās interešu izglītībā ne vairāk, kā 12 izglītojamie.
- 3.4. Pirms un pēc nodarbībām baseinā vai sporta zālē, dušas un ģērbtuves drīkst izmantot, ne ilgāk par 15 minūtēm.
- 3.5. Apmeklētājam ir jāuzrāda (ja, tas tiek norādīts konkrētajā abonementā vai abonementa iegādes brīdī) personas apliecinoša dokumenta oriģināls (pase; personas apliecība), un/vai cita veida dokuments, ar kuru personu var identificēt un kura dod iespēju iegādāties pakalpojumu ar Maksas pakalpojumos norādīto pakalpojuma atlaidi (skolēna/studenta apliecība, pensionāra/ invaliditātes apliecība).
- 3.6. Iegādāto abonementu uzrādīt administratoram pirms katras nodarbības.
- 3.7. Bērns līdz 12 (divpadsmit) gadu vecumam (ieskaitot) peldbaseinu drīkst apmeklēt tikai pieaugušo personu vai Sporta treneru klātbūtnē un atrodas šo personu uzraudzībā.
- 3.8. Pieaugušajai personai jābūt sasniegušai 18 (astoņpadsmit) gadu vecumu.
- 3.9. Pieaugušais uzņemas pilnu atbildību par bērna veselības stāvokli peldbaseina apmeklējuma laikā, bērna uzvedību peldbaseinā un/vai citās Skolas telpās, kā arī Noteikumu 3.3 punkta ievērošanu.
- 3.10. Sporta vai treniņu zāli drīkst apmeklēt tikai sporta tērpos un apavos.
- 3.11. Ar redzamām ādas, matu vai nagu slimību pazīmēm aizliegts apkalpot, ja nav ārsta izziņas, kas paliecina, ka attiecīgā slimība nav lipīga.
- 3.12. Peldētapmācības nodarbību un peldceļu īres ilgums ir 40 minūtes.
- 3.13. Peldbaseina noslogotības dēļ administrators ir tiesīgs pārtraukt apmeklētāju ielaišanu peldbaseinā.

4. Peldbaseina apmeklējuma kārtība

- 4.1. Virsdrēbes un ielas apavi (apavus ieliekot maisiņā) ir jānodod garderobē, pretī saņemot numuriņu.
- 4.2. Baseina apmeklētājam ir jābūt līdzī personīgam mazgāšanās sūklim, ziepēm, peldcepurei, dvieļim, peldkostīmam vai peldbiksēm.
- 4.3. Peldbaseinā drīkst uzturēties tikai peldčībās, maiņas apavos vai basām kājām, peldbiksēs, peldkostīmos.

- 4.4. Pludmales šortos peldbaseinā uzturēties aizliegts.
- 4.5. Bez peldcepures ūdenī atrasties aizliegts.
- 4.6. Visu veidu brillēm ir jābūt nostiprinātām.
- 4.7. Meitenes un sievietes un drīkst izmantot tikai sieviešu ģērbtuves un dušas telpas, zēni un vīrieši tikai vīriešu ģērbtuves un dušas telpas.
- 4.8. Pirms ieiešanas peldbaseinā OBLIGĀTI jānomazgājas dušā ar ziepēm, bez peldkostīma, noslaucīties ar dvieli, uzvilkt peldkostīmu un peldcepurī.
- 4.9. Baseinā drīkst ieiet tikai ar instruktora vai trenera atļauju.
- 4.10. Peldbaseina apmeklējuma laikā apmeklētājs veselības problēmu un/vai citu jautājumu gadījumā var vērsties pie Sporta trenera, instruktora vai medicīnas māsas.
- 4.11. Personu apliecinošus dokumentus, mobilos telefonus un citas vērtslietas apmeklētājs var nodot pie administratora mantu glabātuvē.
- 4.12. Pirms ieiešanas peldbaseinā apmeklētājam obligāti jāpārbauda, vai pareizi ir aizvērts skapis.
- 4.13. Jūrmalas Sporta skola nenes atbildību par skapjos, garderobē un/vai ģērbtuvēs bez uzraudzības atstātajām personīgajām mantām.
- 4.14. Apmeklētājs sedz zaudējumus, kas viņa rīcības rezultātā radušies peldbaseinā Noteikumu neievērošanas gadījumā.

5. Aizliegts apmeklēt peldbaseinu

- 5.1. Izglītojamajiem un apmeklētājiem ar akūtiem saslimšanas simptomiem (paaugstināta temperatūra, drudzis), konjunktivītu, aukstuma pumpām, ādas slimībām, vaļējām brūcēm/pārsējiem), kuri var apdraudēt citu apmeklētāju veselību.
- 5.2. Apmeklētājiem alkohola, narkotisko un/vai citu apreibinošo vielu iespaidā.
- 5.3. Apmeklētājiem, kuru rīcība ir pretrunā ar sabiedrībā pieņemtām uzvedības normām.
- 5.4. Apmeklētājiem ar dzīvniekiem.
- 5.5. Nepārtrauktu kontroli par 5.1. punktā noteikto veic dežurējošais medpersonāls, izglītojamajiem - treneris, kurš nosūta pie medpersonāla, un ziņo vecākiem.

6. Peldbaseinā aizliegts

- 6.1. Skriet peldbaseina telpās.
- 6.2. Lēkt peldbaseinā no malām.
- 6.3. Lēkt no starta paaugstinājumiem bez iepriekšējas sagatavotības.
- 6.4. Nirt peldbaseinā.
- 6.5. Individuāli apmeklēt peldbaseinu specializētajā hidrotērpā, mono pleznās, kā arī izmantot nirsšanas inventāru.
- 6.6. Atrasties peldbaseinā ar košļājamo gumiju.
- 6.7. Ienest peldbaseina telpās, kā arī dušas telpās un ģērbtuvēs stikla priekšmetus.
- 6.8. Dušas un tualetes telpās veikt jebkādas kosmētiskās un SPA procedūras.
- 6.9. Atrasties peldbaseina telpās alkohola, narkotisko un/vai citu apreibinošo vielu reibumā.
- 6.10. Atstāt bērnus peldbaseina telpās līdz 12 (divpadsmit) gadu vecumam (ieskaitot) bez pieaugušo personu vai Sporta treneru uzraudzības.
- 6.11. Spļaut uz grīdas vai ūdenī.
- 6.12. Kārtot dabiskās vajadzības ārpus tualetes telpām.
- 6.13. Par noteikumu neievērošanu, apmeklētājs var tikt izraidīts no peldbaseina.

7. Rīcība nelaimes gadījumā

- 7.1. Instruktors veic glābšanas darbību un sniedz pirmo palīdzību nelaimes gadījumā cietušajam.
- 7.2. Treneris nodrošina drošību pārējiem izglītojamiem, izsauc dežurējošo medpersonālu un/vai ātro palīdzību.
- 7.3. Atbildīgie darbinieki pirmās palīdzības sniegšanu nodrošina atbilstoši Jūrmalas Sporta skolas 2015. gada 1. oktobra instrukcijai Nr.5 „Pirmā palīdzība negadījuma vietā”

8. Trenažieru zāles apmeklējuma kārtība

- 8.1. Trenažieru zālē drošības apsvērumu dēļ nav ieteicams nodarboties vienam.
- 8.2. Nelaiemes gadījumu novēršanas nolūkos ilglaicīga bērnu, kuri ir jaunāki par 14 (četrpadsmit) gadiem, atrašanās trenažieru zālē ir aizliegta. Bērni, kuri ir vecāki par 14 (četrpadsmit) gadiem, var trenēties zālē tikai vecāku, trenera vai instruktora klātbūtnē.
- 8.3. Treneris vai instruktors ir tiesīgs pārtraukt treniņu, ko vada vecāki, ja tiek pārkāptas drošības normas un tiek nodarīts kaitējums bērna veselībai.
- 8.4. Uzsākot nodarbības smagatlētikas zālē jāiziet instruktāža pie trenera vai instruktora un jāiepazīstas ar drošības tehniku, kurā ietilpst paš aizsardzība un partnera vai partneru aizsardzība.
- 8.5. Jūsu drošības nolūkos spēka vingrinājumus ar maksimālā smaguma svāriem iesākam izpildīt instruktora vai partnera klātbūtnē.
- 8.6. Jāpārliedzinās vai darbības zona ir brīva no cilvēkiem.
- 8.7. Ceļot svara stieni uz krūtīm vai izpildot raušanas vingrinājumus, ja tas izslīd no rokām vai nevar to noturēt un tas krīt, tad to jāgrūž no sevis un pašam jāatkāpjas atpakaļ, t.i. uz pretējo pusi.
- 8.8. Nav atļauts atstāt stieņus, hanteles un citus brīvos svaru, atstatot tos pret sienām, spoguļiem un tamlīdzīgām konstrukcijām.
- 8.9. Kategoriski aizliegts mest uz grīdas svaru stieni, svaru ripas un hanteles, pārbīdīt trenažierus.
- 8.10. Pirms vingrinājumu izpildes trenažieros tie rūpīgi jāpārbauda, vai troses un trīši nav bojāti, kādā stāvoklī ir trošu piestiprināšanas vietas, vai metinājumu un savienojumu vietās nav plaisu.
- 8.11. Pēc vingrinājumu izpildes nepieciešams novākt aiz sevis izmantoto sporta inventāru speciāli tam paredzētās vietās, kā arī novākt savas personiskās mantas.
- 8.12. Gadījumā, ja ir salūzis sporta inventārs vai trenažieris, apmeklētājam jāziņo par to administratoram vai instruktoram. Patstāvīga bojājumu novēršana ir aizliegta.
- 8.13. Partneru aizsardzība notiek visur kur tiek celti maksimāli vai tuvu maksimāliem smagumi. Jābūt gataviem palīdzēt partnerim.
- 8.14. Partneru aizsardzība obligāta pietupienos, kad partnerim jāstāv aiz mugurē un vajadzības gadījumā jāpalīdz piecelties, turot atlētu no aizmugures starp padusēm. Vai arī aizsardzībā stāv divi partneri – katrs savā stieņa galā.
- 8.15. Spiešanā guļus aizsardzība notiek partnerim, stāvot aiz mugurē un vajadzības gadījumā jāpalīdz izpildīt vingrinājumu vai arī atbrīvoties no svaru stieņa. Var būt aizsardzībā divi partneri, katrs savā stieņa galā.
- 8.16. Nodarbību laikā trenažieru zālē neskaidrajos jautājumos griezties pie atbildīgā instruktora.

Direktors:



S.Bērziņš