

ПРАВИЛА КЛУБА

студии фитнеса и восстановления «СОМАЯ ФИТ»

Редакция от 24.09.2026

Правила обязательны для всех клиентов студии и являются неотъемлемой частью публичной оферты. Студия расположена по адресу: Ленинградская область, г. Новоселье, ул. Невская, д. 4. В летний период часть занятий проводится на открытом воздухе, место указывается в расписании.

1 ЗАПИСЬ НА ЗАНЯТИЯ

- 1.1. На занятия можно прийти только по предварительной записи — в мобильном приложении, онлайн-расписании на сайте sodayafit.ru или по согласованию с тренером.
- 1.2. Расписание на следующую неделю публикуется заранее в приложении.
- 1.3. Записывайтесь только на те занятия, которые точно планируете посетить: в группе не больше 6 мест.
- 1.4. Групповое занятие проводится, если на него записаны не менее 3 человек. Если записавшихся меньше, студия вправе отменить или перенести занятие и сообщит об этом в приложении, SMS или мессенджере не позднее чем за 2 часа. Такое занятие не списывается с абонемента.
- 1.5. Если свободных мест нет, напишите тренеру — возможно, место освободится.
- 1.6. Правила отмены записи и списания занятий описаны в документе «Правила оплаты, отмены и возврата».

2 ПЕРВОЕ ЗАНЯТИЕ

- 2.1. Перед первым занятием нужно заполнить анкету клиента и подписать согласие на обработку сведений о здоровье — это делается в студии и занимает несколько минут.
- 2.2. До начала первого занятия тренер проводит инструктаж по технике безопасности. Прохождение инструктажа подтверждается подписью.
- 2.3. Без инструктажа студия вправе не допустить к занятию.

3 ЗДОРОВЬЕ И БЕЗОПАСНОСТЬ

- 3.1. Сообщайте тренеру о травмах, хронических заболеваниях, беременности, ограничениях от врача и любых изменениях самочувствия — до начала занятия.
- 3.2. Нагрузка подбирается индивидуально. Выполняйте упражнения по заданию тренера и не увеличивайте нагрузку самостоятельно.
- 3.3. При боли, головокружении, тошноте, нехватке воздуха или резкой слабости сразу прекратите упражнение и скажите тренеру.
- 3.4. Тренер вправе снизить нагрузку, заменить упражнение или не допустить к занятию при явных признаках недомогания, повышенной температуре, состоянии опьянения или противопоказаниях.
- 3.5. Студия вправе попросить медицинское заключение об отсутствии противопоказаний к физическим нагрузкам.
- 3.6. В студии есть аптечка, при необходимости тренер вызывает скорую помощь.

3.7. Занятия студии носят физкультурно-оздоровительный характер и не являются медицинской услугой.

4 НА ЗАНЯТИЕ

4.1. Приходите за 5–10 минут до начала, чтобы спокойно переодеться и не пропустить разминку. При опоздании более чем на 10 минут тренер вправе не допустить к занятию ради вашей безопасности.

4.2. Возьмите с собой удобную спортивную одежду, воду, а для занятий на улице — полотенце или коврик и головной убор в жару.

4.3. Снимите часы, кольца, длинные цепочки, уберите длинные волосы.

4.4. Не рекомендуется плотно есть позднее чем за 1,5 часа до тренировки.

5 В СТУДИИ

5.1. Относитесь уважительно к другим участницам и тренеру.

5.2. Пользуйтесь инвентарём по назначению и после показа тренером, возвращайте его на место.

5.3. Во время упражнений не пользуйтесь телефоном, не приносите в зону тренировок стеклянную посуду.

5.4. Личные вещи оставляйте в отведённом месте. Студия не отвечает за вещи, оставленные без присмотра вне этого места.

5.5. Не оставляйте детей без присмотра в помещении студии.

5.6. Фото- и видеосъёмка других участниц возможна только с их согласия. Студия публикует фото и видео клиенток только при наличии их отдельного письменного согласия.

6 ЗАНЯТИЯ НА УЛИЦЕ

6.1. Место занятия выбирает тренер. Обувь должна подходить для покрытия площадки.

6.2. При грозе, ливне, сильном ветре, гололёде или экстремальной жаре тренер вправе отменить, перенести или сократить занятие. Отменённое студией занятие не списывается.

7 АБОНЕМЕНТЫ

7.1. Абонемент персональный и не передаётся другим людям.

7.2. Сроки действия абонементов, заморозка, оплата и возврат описаны в документе «Правила оплаты, отмены и возврата».

8 НАРУШЕНИЕ ПРАВИЛ

8.1. Клиентку, нарушающую Правила, тренер вправе не допустить к занятию или отстранить от него.

8.2. Если занятие пропущено из-за недопуска по причинам, указанным в пунктах 2.3, 3.4 и 4.1, оно списывается, если запись не была отменена в установленный срок.

Вопросы и предложения: +7 965 031-25-55, somayafit@yandex.ru.