



LATVIJAS REPUBLIKA
ROPAŽU NOVADA PAŠVALDĪBA
ROPAŽU SPORTA CENTRS

Reģ. Nr. 90000029039, Sporta iela 2, Ropaži, Ropažu novads, LV-2135
Tāl. 67186406, fakss 67186406, e-pasts evitaeglaja@inbox.lv

Ropažu novadā

25.05.2010.

Sporta centra zāles iekšējās kārtības un drošības tehnikas noteikumi.

1. **Ikvienam sporta centra apmeklētājam ir jāiepazīstas un jāievēro Ropažu sporta centra drošības tehnikas un iekšējā kārtības noteikumi visā sporta centra teritorijā:** sporta, aerobikas – deju, trenāžieru zālēs, tribīnēs, ģērbtuvēs; āra laukumos: futbola, strītbola pludmales volejbola laukumos; tenisa kortos.
2. Organizācijas un iestādes, novada izlases, interešu izglītības grupas, un visi tie, kuri Ropažu sporta centrā vada, rīko, piedalās vai skatās mācību treniņus, sporta stundas, sporta nometņu programmas, sacensības vai sporta pasākumus, izīrē vai citādi lieto sporta centra telpas un sporta laukumus, individuāli vai grupās apmeklē sporta centru turpmāk **APMEKLĒTĀJI**.
3. **APMEKLĒTĀJIEM** visos laukumos un zālēs, kā arī skatītāju vietās, **nodarbības jāpārtrauc, saskaņā ar apmeklētājiem norādīto sporta centra darba laiku; nav atļauts ģērbtuvēs uzkavēties ilgāk kā 30 minūtes pēc nodarbības un ilgāk kā līdz plkst. 22.30.**
4. **Organizēto, regulāro apmeklētāju grupu** iepazīstināšanu ar drošības tehnikas un iekšējās kārtības noteikumiem un to ievērošanu, **nodrošina grupas atbildīgais. Grupās atbildīgie ir: treneri – novada izlašu treniņu laikos; skolēnu un jauniešu interešu izglītības sporta treniņu laikos; sporta skolotāji - skolas mācību stundās; vai citu APMEKLĒTĀJU pilngadīgs pārstāvis.**
5. **Grupās atbildīgais ne mazāk kā vienu reizi gadā**, apliecina savu iepazīšanos un uzņemšanos iepazīstināt savu grupu ar iekšējās kārtības un drošības tehnikas noteikumiem, ko apliecina ar parakstu sporta centra **APMEKLĒTĀJU drošības** tehnikas un iekšējās kārtības iepazīstināšanas žurnālā. Grupu atbildīgo iepazīstināšanu ar iekšējās kārtības un drošības tehnikas noteikumiem atbildīgs un nodrošina **administrators. Grupu atbildīgie** organizē savu grupu evakuāciju no sporta centra nepieciešamības gadījumā.
6. **Interešu grupu sportā dalībnieki** savu iepazīšanos ar iekšējās kārtības un drošības tehnikas noteikumiem apliecina ar parakstu grupu žurnālos, ne mazāk kā vienu reizi gadā, par ko atbildīgs un organizē grupas treneris. Treneri ir atbildīgi par savas interešu grupas sportā audzēkņu drošību un veselību nodarbību laikā un par veselībai bīstamo faktoru novēršanu. Treneri var uzņemt grupā nepilngadīgos audzēkņus tikai ar vecāku iesniegumiem un ģimenes ārsta atļauju.
7. **Sporta pasākuma rīkotājs - organizators** (juridisku personu pārstāv atbildīgā fiziska persona) **atbildīgs par sporta pasākumu dalībnieku veselību un drošību**, iekšējās kārtības un drošības tehnikas noteikumu iepazīstināšanu un nodrošina to ievērošanu sporta centrā, ko apliecina ar parakstu sporta centra **APMEKLĒTĀJU drošības** tehnikas un iekšējās kārtības iepazīstināšanas žurnālā.
8. **Ierodoties** uz nodarbībām sporta centrā, **vispirms jāpiesakās pie administratora**, kurš veic ierakstu apmeklētāju žurnālā.
9. Ģērbtuves apmeklētājiem ierāda un atslēdz administrators, **ģērbtuves atslēgas apmeklētājiem neizsniedz.**
10. **Individuālie apmeklētāji** (trenāžieri, novuss, šautriņas, teniss - korti, sporta zāle u.c.) - savu apmeklējumu reģistrē pie administratora apmeklētāju žurnālos, kur apmeklētāji parakstās arī par drošības tehnikas un iekšējā kārtības noteikumu ievērošanu un personīgo atbildību par savu veselību un drošību pirms nodarbības.
11. Sporta inventāru treniņiem un sacensībām **izsniedz administrators, grupas atbildīgajam**, kurš nodarbībai beidzoties, visu inventāru nodod.
12. **Visu nodarbību laikā lietoto un pārvietoto inventāru un aprīkojumu** (piemēram, paklājus, tīklus, solus, hanteles, utt.) **apmeklētājiem pašiem pēc nodarbības jānovieto vietā.** Bumbas un citu sīko inventāru jānodod administratoram
13. Sporta zālēs atļauts ieiet **tikai tīros sporta apavos**, lietot tikai tīru, nebojātu, piemērotu un atbilstošu inventāru.
14. Sporta centra apmeklētājiem pret sporta inventāru un aprīkojumu, materiālajām vērtībām, sporta centra telpām jāizturas saudzīgi, nav atļauts to jebkādā veidā tīši bojāt.
15. **Sporta centra darbinieki neatbild par apmeklētāju bez uzraudzības atstātajām mantām ne ģērbtuvēs, ne sporta zālē.** Nav ieteicams ģērbtuvēs atstāt vērtīgas lietas.
16. **Mūzikas skaņu aparāturu sporta zālē** atļauts ieslēgt tikai sporta centra darbiniekiem. Apmeklētājiem nav atļauts pašiem pieslēgt un lietot jebkādas elektroierīces bez sporta centra darbinieku atļaujas, izņemot fēnus matu žāvēšanai.
17. Par uzticētajām materiālajām vērtībām: telpu un tenisa kortu atslēgas, sporta inventārs, aprīkojums, kārtība ģērbtuvēs un radīto zaudējumu novēršanu sporta centrā atbildīgs lietotājs - grupu atbildīgie treneri, skolotāji, grupas vecākie, sacensību rīkotāji vai individuālie apmeklētāji). Ja saņemot sporta inventāru vai ienākot telpās – jau tiek konstatēti jebkādi tīši bojājumi, grupas atbildīgais nekavējoši informē administratoru. Pretējā gadījumā atbildība par bojājumu novēršanu un materiālo zaudējumu atlīdzināšanu tiks pieprasīta no pēdējā zināmā lietotāja uz tīšā bojājuma konstatēšanas brīdi. Ja sacensību, treniņu, nodarbību laikā tiek netīši bojāts aprīkojums un inventārs, atbildīgajam obligāti jāinformē administrators, izskaidrojot notikušā apstākļus.
18. Lai izvairītos no traumām, **nodarbību laikā nepieciešams ievērot disciplīnu**, organizēt nodarbībā dalībnieku izvietošanu telpā.

19. **Interesu grupas audzēkņi uz sporta treniņiem ierodas ne ātrāk kā 30 minūtes pirms treniņa sākuma minūtes. Bez trenera vai skolotāja vai pilngadīgas atbildīgās personas uzraudzības nepilngadīgajiem audzēkņiem nodarboties sporta, aerobikas vai trenāžieru zālē aizliegts. Atbildīgais pilngadīgais uzņemas atbildību par nepilngadīgā drošību un veselību nodarbības laikā, ko apliecina ar parakstu apmeklētāju žurnālā.**
20. **Nepilngadīgajiem atļauts spēlēt galda spēles: novusu, galda tenisu, šahu, dambreti u.c. bez pieaugušo atbildības, ja viņi ievēro disciplīnu un kārtību.**
21. Sporta inventāru, telpu atslēgas nepilngadīgajiem neizsniedz.
22. Sporta stundu, interešu izglītības nodarbību laikā visiem nepilngadīgajiem audzēkņiem jāatrodas sporta zālē, vai attiecīgajā grupas nodarbības vietā, trenera uzraudzībā. Nav atļauts atstāt nodarbības vietu bez sava trenera (skolotāja) atļaujas.
23. **Tenisa kortu apmeklētāji saņem kortu atslēgas, kuras pēc nodarbības atdod administratoram. Aizliegts nodot kortu atslēgas citām personām.** Apmeklētāji lieto vienu vai divus tenisa laukumus, atbilstoši samaksai – par vienu vai par abiem laukumiem.
24. **Lai veiktu sporta centra laukumu rezervēšanu, nepieciešama priekšapmaksā. Lai rezervētu noteiktu dienu un laiku sporta laukumos (sporta zālē, trenāžieru zālē, tenisa kortos utt.), nepieciešams iepriekš samaksāt par vienu mēnesi.** Ja apmeklētājs jebkādu apstākļu dēļ nav uz iepriekš samaksāto rezervēto laiku ieradies, laukuma īres maksa netiek atgriezta.
25. Ja apmeklētāja rezervētajā laikā, iekrīt sporta sacensības, apmeklētāju administrators brīdina iepriekš. Neizmantoto laiku apmeklētājs izmanto vai citā dienā vai citā laikā, vai arī tiek pagarināts apmaksātais mēnesis par sacensību dēļ zaudēto laiku, par ko vienojas ar administratoru.
26. Grupu vecākajiem, sacensību rīkotājiem, kā arī individuālajiem apmeklētājiem pašiem pirms nodarbības jāpārbauda telpu, aprīkojuma, stiprinājumu un inventāra atbilstība veicamajiem uzdevumiem. Nav atļauts lietot bojātu, nestabilu, nenostiprinātu, neatbilstošu un citādi nepiemērotu, nedrošu un bīstamu aprīkojumu vai inventāru.
27. **Trenāžieru zālē nodarbības treneris vai individuālais apmeklētājs pats pārbauda trenāžieru stāvokli. Ar trenāžieriem nav atļauts darboties, ja**
 - ❖ ir valīgas skrūves.
 - ❖ nav stingri nostiprinātas troses
 - ❖ trenāžieris nav stabils uz pamatnes
 - ❖ ir redzams bojājums
 - ❖ nav atļauts rautīt troses, stiprinājumus vai izmantot trenāžierus tam neparedzētām manipulācijām; skrūvēt citas skrūves, izņemot tās, kas paredzētas trenāžiera pielāgošanai augumam vai slodzes dozēšanai.
 - ❖ trenāžieru zālē nav atļauts darboties vienlaicīgi vairāk kā 8 cilvēkiem, un nav ieteicams nodarboties vienam pašam.
 - ❖ Pirms mobilo trenāžieru (disku, hantelu utt.) lietošanas, pārliecināties par drošu attālumu – vismaz 1 m, no citiem trenāžieru zāles apmeklētājiem. Hanteles, svarus nav atļauts mētāt. Pēc nodarbības viss inventārs jāatgriež tam paredzētajos paliktņos
 - ❖ Ieteicams administratoru brīdināt par paredzamo trenāžieru zāles apmeklējuma ilgumu.
28. Sporta spēļu nodarbībās vienmēr skatīties uz bumbām, neko nedarīt ar noliektu galvu. Bumba jāpiespēlē ar tādu spēku, lai partneris to varētu uztvert un tikai tad, kad partneris ir gatavs to darīt. Nedrīkst spert ar kāju pa ripojošu bumbu, Nodarbības laikā liekās bumbas nedrīkst atrasties laukumā.
29. Noņemt pulksteņus, auskarus ķēdītes un citas rotas lietas. Nenodarboties sporta zālē ar gariem nagiem, neatbilstošu sporta tērpu vai apaviem.
30. Sacensību un treniņu laikā skatītājiem nav atļauts atrasties sporta laukumos. Sporta zāles **skatītāji atrodas tribīnēs**, tenisa kortos - aiz nožogojuma, futbola un pludmales volejbola laukumos vismaz 4 m aiz spēles laukuma līnijas.
31. **Nenodarboties ar fiziskām slodzēm sliktas pašsajūtas gadījumā.** Neēst vismaz stundu pirms slodzes. Neēst (tai skaitā košļājāmā gumija) sporta nodarbību laikā.
32. Apmeklētājiem, plānojot savu fiziskās slodzes apjomu, konsultēties ar speciālistiem, **reāli novērtēt sava organisma veselību un iespējas.** Gadījumā, ja apmeklētājam sporta nodarbības laikā pasliktinās veselība vai pašsajūta, viņam sporta nodarbība jāpārtrauc. Sporta centra apmeklētājiem pieejama **pirmās palīdzības aptieciņa, kas atrodas pie administratora.** Nepieciešamības gadījumā griezties pie administratora ātrās medicīniskās palīdzības izsaukšanai.
33. **Sporta centra teritorijā aizliegts:**
 - ❖ **Nodarboties sporta centrā, neiepazīstoties ar drošības tehnikas un iekšējās kārtības noteikumiem**
 - ❖ **ienest ugunsnedrošus un viegli uzliesmojošus priekšmetus;**
 - ❖ **ienest stikla taru un citus plīstošus priekšmetus (jo īpaši bīstami ģērbtuvēs);**
 - ❖ **ierasties alkohola vai psihotropo vielu reibumā;**
 - ❖ **lietot alkoholu;**
 - ❖ **smēķēt;**
 - ❖ **ieiet palīgtelpās nepiederošām personām;**

Jebkuru šo noteikumu neievērošana apdraud gan pārkāpēja, gan citu nodarbību dalībnieku veselību. Par pārkāpumiem, drošības tehnikas un iekšējās kārtības noteikumu neievērošanu, kā arī apzinātu inventāra un aprīkojuma bojāšanu apmeklētājam vai visai grupai var tikt liegts sporta centra apmeklējums, neatgriežot samaksāto īres naudu, gan uz noteiktu, gan uz nenoteiktu laiku.

Sporta centrs, - tā aprīkojums un inventārs ir Ropažu novada pašvaldības īpašums un ir nodokļu maksātāju ieguldīta nauda, ko to aizstāv Latvijas likumi.

Sagatavoja Ropažu sporta centra vadītāja E. Eglāja