



LATVIJAS REPUBLIKA

Ropažu novada dome

Reģ. Nr. 90000029039, Sporta iela 1, p/n Ropaži, Ropažu novads, LV-2135

ROPAŽU SPORTA CENTRS

Sporta iela 2, p/n Ropaži, Ropažu novads, LV-2135

Tālr. 67186406, fakss 67186406, e-pasts evitaeglaja@inbox.lv

Ropažu Sporta centra Zaķumuižas Sporta zāles iekšējās kārtības un drošības tehnikas noteikumi.

- Ikvienam** apmeklētajam ir jāiepazīstas un jāievēro Ropažu sporta centra Zaķumuižas Sporta zāles drošības tehnikas un iekšējā kārtības noteikumi visā tās teritorijā.: sporta, trenāžieru zālēs, tribīnēs, ģērbtuvēs; āra laukumos.
- Organizācijas un iestādes, novada izlases, interešu izglītības grupas, un visi tie, kuri organizē, 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**.
- Ropažu sporta centrs Zaķumuižas Sporta zāle atvērta katru dienu no plkst. 9.00 – 22.30. APMEKLĒTĀJIEM **nodarbības plkst. 22.00 ir jāpārtrauc(Izņēmums –sacensības)**. APMEKLĒTĀJIEM nav atļauts uzturēties Sporta zālē ilgāk kā līdz plkst. 22.30.
- Organizēto, regulāro apmeklētāju grupu** iepazīstināšanu ar drošības tehnikas un iekšējās kārtības noteikumiem un to ievērošanu, **nodrošina grupas atbildīgais. Grupas 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.**
- 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 **APMEKLĒTĀJU drošības** tehnikas un iekšējās kārtības iepazīstināšanas žurnālā. Grupas atbildīgo iepazīstināšanu ar iekšējās kārtības un drošības tehnikas noteikumiem atbildīgs un nodrošina **administrators. Grupas atbildīgie** organizē savu grupu evakuāciju nepieciešamības gadījumā.
- Interesu 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.
- Zaķumuižas pamatskolas mācību stundu laikā par skolēnu uzturēšanos Sporta zāles telpās atbildīga skolas administrācija, par sporta mācību stundu darbu, skolēnu veselību un drošību mācību stundās un starpbrīdī – sporta skolotājs. Sporta pasākumu laikā skolēni tribīnēs atrodas ar atbildīgajiem skolotājiem. Galda spēles (novusu, šautriņas, galda tenisu) skolēniem atļauts spēlēt tikai pēc mācību stundām.**
- 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, ko apliecina ar parakstu **APMEKLĒTĀJU drošības** tehnikas un iekšējās kārtības iepazīstināšanas žurnālā.
- Ierodoties** uz nodarbībām, **vispirms jāpieņem reģistrējas pie administratora**, kurš veic ierakstu apmeklētāju žurnālā.
- Individuālie apmeklētāji** (trenāžieri, novuss, šautriņas, sporta zāle u.c.) - savu apmeklējumu reģistrē pie administratora individuālo apmeklētāju žurnālos, kur apmeklētāji pirms nodarbības reģistrējas un parakstās arī par drošības tehnikas un iekšējā kārtības noteikumu ievērošanu un personīgo atbildību par savu veselību un drošību.
- Sporta inventāru treniņiem un sacensībām **izsniedz administrators, grupas atbildīgajam**, vai individuālajam apmeklētājam, kuri nodarbībai beidzoties, visu **inventāru nodod**. Skolas mācību procesam inventārs tiek izsniegts pēc nepieciešamības, mācību procesu beidzot sporta inventārs un aprīkojums tiek nolikts tam paredzētajās vietās.
- Sporta zālēs atļauts ieiet **tikai tīros sporta apavos**, lietojot tikai tīru, nebojātu, piemērotu, drošu un atbilstošu inventāru.
- 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 vai trenāžieru zālē aizliegts. Atbildīgais pilngadīgais uzņemas atbildību par nepilngadīgā drošību un veselību nodarbības laikā, ko apliecina ar parakstu apmeklētāju žurnālā.**
- Nepilngadīgajiem atļauts spēlēt galda spēles: novusu, galda tenisu, šahu, dambreti u.c. bez pieaugušo atbildības, ja viņi ievēro disciplīnu un kārtību.**
- Ģērbtuves apmeklētājiem ierāda un atslēdz administrators Telpu atslēgas nepilngadīgajiem neizsniedz.
- 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.
- Lai rezervētu noteiktu dienu un laiku sporta laukumos nepieciešama priekšapmaksā vismaz par vienu nodarbību** Ja apmeklētājs jebkādu apstākļu dēļ nav uz iepriekš samaksāto rezervēto laiku ieradies, laukuma īres maksa netiek atgriezta. Gadījumā, ja par rezervēto laiku interesējas citi apmeklētāji. Ja apmeklētāja rezervētajā laikā, iekrīt sporta sacensības, apmeklētāju administrators brīdina iepriekš. Neizmanto to 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.

18. **Visiem Zaķumuižas Sporta zāles maksas pakalpojumiem ir obligāta priekšapmaksā: pirms nodarbības. Maksājot ar pārskaitījumu, nepieciešams iesniegt administratoram maksātāja rekvizītus, savlaicīgi rēķina izrakstīšanai (Rēķinus izraksta Ropažu novada domes finansu daļā).** Apmeklējums iespējams tikai, ja tas ir jau apmaksāts. Pretējā gadījumā jāmaksā uz vietas, pie administratora - ar kvīti.
19. **Zaķumuižas Sporta zāles darbinieki neatbild par apmeklētāju bez uzraudzības atstātajām mantām ne ģērbtuvēs, ne sporta zālēs.** Nav ieteicams ģērbtuvēs atstāt vērtīgas lietas.
20. Apmeklētājiem nav atļauts pašiem pieslēgt un lietot jebkādas elektroierīces bez sporta centra darbinieku atļaujas, izņemot fēnus matu žāvēšanai.
21. Par uzticētajām materiālajām vērtībām: telpu atslēgas, sporta inventārs, aprīkojums, kārtība ģērbtuvēs un radīto zaudējumu novēršanu 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 atļūdzināšanu tiks pieprasīta no pēdējā zināmā lietotāja uz tīša bojājuma konstatēšanas brīdi. Ja sacensību, treniņu, nodarbību laikā tiek **netīši bojāts** aprīkojums un inventārs, **atbildīgajam obligāti jāinformē** administrators, izskaidrojot notikušā apstākļus.
22. **Visu nodarbību laikā lietoto un pārvietoto inventāru un aprīkojumu** (piemēram, volejbola, tenisa tīkli, stabi; pakļāji, soli, hanteles, utt.) **apmeklētājiem pašiem pēc nodarbības jānovieto vietā.** Bumbas un citu sīko inventāru jānodod administratoram.
23. Lai izvairītos no traumām, **nodarbību laikā nepieciešams ievērot disciplīnu,** organizēt nodarbībā dalībnieku izvietošanu telpā.
24. Grupā vecākajiem, sacensību rīkotājiem, kā arī individuālajiem apmeklētājiem pirms nodarbības jāpārbauda telpa, aprīkojuma, stiprinājumu un inventāra atbilstība veicamajiem uzdevumiem. Nav atļauts lietot bojātu, nestabilu, nenostiprinātu, neatbilstošu un citādi nepiemērotu, nedrošu un bīstamu aprīkojumu vai inventāru.
25. **Trenažieru zālē** nodarbības treneris vai individuālais apmeklētājs pats pārbauda trenažieru stāvokli. Ar trenažieriem nav atļauts darboties, ja
- ❖ ir valīgas skrūves,
 - ❖ nav stingri nostiprinātas troses
 - ❖ trenažieris nav stabils uz pamatnes
 - ❖ ir redzams bojājums
 - ❖ nav atļauts raustīt troses, stiprinājumus vai izmantot trenažierus tam neparedzētām manipulācijām; skrūvēt citas skrūves, izņemot tās, kas paredzētas trenažiera pielāgošanai augumam vai slodzes dozēšanai.
 - ❖ trenažieru zālē nav atļauts darboties vienlaicīgi vairāk kā 15 cilvēkiem, un nav ieteicams nodarboties vienam pašam.
 - ❖ Pirms mobilo trenažieru (disku, hanteļu utt.) lietošanas, jāpārbauda drošība – vismaz 1 m, no citiem trenažieru zāles apmeklētājiem. Hanteles, svarus nav atļauts mētāt. Pēc nodarbības viss inventārs jāatgriež tam paredzētajos paliktņos
 - ❖ Ieteicams administratoru brīdināt par paredzamo trenažieru zāles apmeklējuma ilgumu.
26. 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.
27. Noņemt pulksteņus, auskarus ķēdītes un citas rotas lietas. Nenodarboties sporta zālē ar gariem nagiem, neatbilstošu sporta tērpi vai apaviem.
28. Sacensību un treniņu laikā skatītājiem nav atļauts atrasties sporta laukumos. Sporta zāles **skatītāji atrodas tribīnēs,** futbola un pludmales volejbola laukumos vismaz 4 m aiz spēles laukuma līnijas.
29. Nenodarboties ar fiziskām slodzēm sliktas pašsajūtas gadījumā. Neēst vismaz stundu pirms slodzes. Neēst (tai skaitā košļājamā gumija) sporta nodarbību laikā.
30. 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.
31. **Zaķumuižas Sporta zāles telpās un teritorijā aizliegts:**
- ❖ **Nodarboties, 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;**
 - ❖ **Ievest dzīvniekus sporta centrā**
- 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.

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

Ropažu sporta centra vadītāja, Zaķumuižas Sporta zāles pārvaldniece E. Eglāja