

## **POKYNY PRO BEZPEČNOST A OCHRANU ZDRAVÍ VE SPORTOVNÍCH ZAŘÍZENÍCH VUT pro studenty i veřejnost**

**Pokyny pro bezpečnost, ochranu zdraví i majetku a požární ochranu (BOZP a PO) platí pro výuku studentů VUT ve volitelném předmětu tělesná výchova a pro veřejnost v rámci využívání tělovýchovných služeb v programu VČA.**

**Všichni návštěvníci** (studenti, veřejnost) sportovních zařízení VUT v Brně **jsou povinni:**

- 1. seznámit se a respektovat** SMĚRNICI č. 15/2017 Provozní řády sportovišť VUT, nařízení uvedená v PROVOZNÍM ŘÁDU SPORTOVIŠŤ VUT a v jednotlivých DOPLŇUJÍCÍCH PROVOZNÍCH ŘÁDECH SPORTOVIŠŤ VUT V BRNĚ; (<http://www.cesa.vutbr.cz/uredni-deska/vnitri-predpisy> a nástěnky ve sportovních areálech);
- 2. dodržovat** tyto Pokyny pro bezpečnost a ochranu zdraví ve sportovních zařízeních VUT (výběr z nejdůležitějších ustanovení v dokumentech zmíněných v bodu č. 1);
- 3. uposlechnout a řídit se** pokyny služby a vedoucího cvičení (recepce - TPO, vyučující, trenér);
  - a. studenti ve výuce** jsou povinni před zahájením cvičení v každém semestru absolvovat proškolení o bezpečnostních pravidlech, ochraně majetku a požární ochraně, úrazové prevenci, pravidlech pro výuku, specifických požadavcích zvolené sportovní specializace (BOZP a PO); **podpisem potvrzují**, že byli s pokyny a pravidly seznámeni, že jim rozumí a že se budou podle nich chovat; na úrazy ve výuce se vztahuje vyhláška o školních úrazech (<http://www.cesa.vutbr.cz/sport>);
  - b. sportující veřejnost** v komerčních hodinách označených v rozvrhu **VČA - provozuje sportovní činnost na vlastní nebezpečí**; majitelé permanentek před prvním cvičením podpisem potvrzují, že byli poučeni a seznámeni s Pokyny pro bezpečnost a ochranu zdraví ve sportovních zařízeních CESA VUT v Brně;
  - c. všem sportovcům** doporučujeme 1x ročně absolvovat vyšetření u sportovního a tělovýchovného lékaře;

### **POKYNY PRO PROVOZ**

- parkujte pouze na vyhrazených parkovištích;
- **odkládejte a zamykejte jízdní kola na určeném místě a do stojanů**;
- **udržujte pořádek a čistotu** v prostorách chodeb, volných ploch, sociálního zázemí, učeben a na sportovištích;
- **pohybujte se** v prostorách za recepcí a za šatnami vždy **po přezutí a v čisté sportovní obuvi**;
  - o odkládejte venkovní obuv do botníků a vymezených prostor u recepcí;
  - o k odložení osobních věcí slouží zpravidla **uzamykatelné skříňky** nebo vám je uloží recepční;
  - o svršky je možno odkládat také v šatnách, které jsou v režimu převlékárny – jsou průchozí; pro odložení velmi cenných věcí využijte služeb recepce; vnášení batohů na sportoviště a jejich odkládání ve vymezeném prostoru se řídí pokyny vyučujícího;

- při cvičení se řídíte pokyny služby (vyučující, trenér a zaměstnanci STZ); studenti vstupují na sportoviště pouze pod vedením učitele; v komerčních hodinách **je zakázáno cvičení 1 osoby ve všech sportovních sálech - minimální počet cvičících jsou 2 osoby** (sportovní sál, specializovaná učebna;
- při uplatnění studentské ceny se prokazujete průkazem studenta s platnou validační známkou (studenti VUT); v komerčních hodinách s označením **VČA se sportovci prokazují aktuálními registracemi** (permanentky, aj.); prodej permanentek a jednotlivé platby na recepci u stálé služby;
- cvičební místa se ve vybraných hodinách se rezervují přes on-line systém na (<http://www.cesa.vutbr.cz/pronajmy-sportovist>);
- neprodleně **hlaste službě jakýkoliv úraz, zjištěnou nebo způsobenou škodu nebo** upozorněte službu **na porušování ustanovení** Provozního řádu nebo Pokynů pro bezpečnost a ochranu zdraví.

#### POKYNY PRO VÝUKU A ODBORNOU TĚLOVÝCHOVNOU SLUŽBU

- **cvičenci při cvičení vždy používají čisté a vhodné sportovní oblečení včetně čisté sportovní obuvi; je zakázáno cvičení v pantoflích nebo na boso;**
- **každý cvičenec používá při cvičení svůj ručník;** ten slouží z hygienických důvodů na zakrytí povrchu využívaných sportovních zařízení (ručník lze za úplaty zapůjčit na recepci);
- **lahve s vodou a bidony se ukládají na vyhrazená a určená místa;**
- **z důvodu bezpečnosti je zakázáno cvičení se sluchátky na uších (posilovna včetně aerobní zóny, in line dráha)!!!!;** cvičení s hudbou probíhá pouze ve specializovaných sálech: gymnastický sál, bojová umění – skupinová cvičení, indoorcycling, H.E.A.T. program
- cvičenci si odkládají cenné věci (prstýnky, řetízky, peníze, doklady, aj.) na určeném místě na sportovištích dle pokynů vedoucího; notebooky a cenné věci je možné odložit na recepci;
- manipulace s nářadím a náčiním probíhá vždy za dozoru a podle pokynů vyučujícího nebo pověřeného zaměstnance TPO (mantinely, branky, stojany, trenažéry, TRX, aj.)
- cvičení ve specializovaných učebnách probíhá vždy pod odborným vedením učitele nebo trenéra (indoorcycling, indoor rowing, HEAT program, TRX, redcord, aj.);
- v posilovně (KP) se jednotlivé cviky provádějí technicky správně a vždy s dopomocí – asistencí (cvičení ve dvojicích)!!!!; nezkušení cvičenci mohou využít konzultace s vyučujícím nebo pověřeným lektorem;
  - o ke cvičení (KP) na jednotlivých stanovištích se používají pouze na stojanech připravená závaží, osy a uzávěry; **je zakázáno jakékoliv přemístování nářadí a náčiní a cvičení bez uzávěrů;**
  - o **po ukončení cvičení (KP) na stanovišti uloží cvičenec všechny používané kotouče a závaží na k tomu určené místo;**
  - o při cvičení se smí používat sypané magnézium pouze tak, aby byla minimalizována jeho prašnost a vždy se souhlasem služby;
  - o před cvičením **v kardiozóně si každý cvičenec zkontroluje správné nastavení trenažérů a dotažení všech aretačních šroubů;**
  - o po ukončení cvičení v kardiozóně každý cvičenec ošetří dezinfekčním roztokem a papírovou utěrkou sedátka a madla a uvolní všechny aretační šrouby;
- pravidelné větrání během provozu i v době technických přestávek zabezpečuje služba TPO v koordinaci s vyučujícím (posilovna, sportovní hala, tělocvičny Purkyňova);
- intenzita osvětlení se nastavuje ve spolupráci s TPO (SA PPV – fotbalový trávník třetí generace, hala);
- **při nedodržování pokynů a nařízení bude cvičící vykázán vyučujícím nebo zaměstnancem TPO ze sportoviště bez náhrady.**

*Dne ..... jsem byl/a seznámen/a s právy a povinnostmi cvičence ve sportovních zařízeních CESA VUT v Brně a s výše uvedenými Pokyny pro bezpečnost a ochranu zdraví na sportovištích VUT.*

*Svým podpisem stvrzuji, že souhlasím s výše uvedeným textem, text jsem plně pochopil, jeho obsah budu respektovat a danými pokyny se budu řídit.*

Příjmení a jméno:

Datum nar.:

Číslo registrace:

Podpis cvičence:

za CESA (evidující pracovník):