**KONDIČNÍ PLAVÁNÍ POD VEDENÍM TRENÉRA – podmínky poskytování služeb, informace a pokyny pro účastníky kurzu**

* Každý zájemce o tuto službu si musí být vědom svého **aktuálního zdravotního stavu**. Osoby se zdravotními obtížemi (onemocnění oběhové soustavy, srdce, cév, hypertenze, onemocnění pohybového aparátu, diabetes, nadváha, epilepsie, astma atd.) nebo těhotné ženy musí před návštěvou lekce plavání konzultovat svůj zdravotní stav se svým **lékařem**, který určí případná omezení. Zákazník, který musí dodržovat zvláštní pohybový režim – omezení, o tom musí **pokaždé** **informovat cvičitele** a následně respektovat jeho pokyny.
* V průběhu lekce se všichni účastníci musí řídit pokyny cvičitele. Každý si však musí být vědom svých schopností a v případě, že by aktivita vybraná cvičitelem byla nad fyzické možnosti účastníka lekce, o tom cvičitele ihned informovat. Zákazník se tak vyhne přetížení organismu.
* Pokud zákazník během lekce zjistí, že je zátěž nad jeho síly, přeruší výcvik a odpočívá ve vodě nebo může opustit bazén a odpočívat na břehu. Zákazník také může lekci přerušit nebo z ní zcela odejít, avšak bez možnosti vrácení peněz.
* Zákazník musí být na určeném místě včas. Před vstupem do vody musí zákazník cvičiteli osobně odevzdat doklad o zaplacení lekce (plastový žeton, který obdrží po zaplacení – přihlášení na pokladně PSO). Dodatečné předání po lekci není možné.
* Pozdní příchod na lekci (po zahájení) může být rizikový pro zdraví a bezpečnost zákazníka. Cvičitel proto nemusí opozdilce do bazénu vpustit.  Zákazník nemůže požadovat vrácení peněz nebo části peněz za lekci, na kterou přišel pozdě nebo se zúčastnil jen její části.
* Do vody zákazníci vstupují až na pokyn cvičitele, při cvičení a manipulaci s pomůckami se řídí jeho pokyny. Vstup a výstup z bazénu je možný jen po schůdcích, neurčí – li cvičitel jinak. Během lekce není doporučen hovor mezi účastníky a je zakázáno žvýkání žvýkačky.
* Cvičitel musí dohlédnout, že po skončení lekce opustili všichni účastníci prostor vymezený pro tento typ aktivity. Pokud chce zákazník po skončení lekce plaveckého výcviku využít i jiné služby, musí je mít zaplacené a čerpat je v místech k tomu určených.
* Úhrada kurzovného musí proběhnout nejpozději do zahájení první lekce kurzu nebo před zahájením lekce, která je pro klienta první v daném kurzu. Nevyčerpané lekce propadají bez možnosti vrácení peněz. V období května až září se vybírá záloha na čip 100,-Kč.
* Cvičitel vždy přizpůsobuje náplň lekce aktuálním schopnostem a dovednostem účastníků kurzu.
* Při výcviku mohou být používány plavecké pomůcky (desky, ploutve, packy a jiné). Všechny používané pomůcky obdrží zákazník od cvičitele před zahájením daného cvičení, po skončení lekce musí zákazník všechny pomůcky nepoškozené vrátit.
* Doporučené vybavení: sportovní plavky (ženy – vhodnější plavky vcelku, muži nemají povoleny plavky typu „bermudy“), plavecké brýle, dlouhé vlasy doporučujeme sepnout nebo používat plaveckou čepici, čistou protiskluznou obuv, případný nápoj v nerozbitné plastové láhvi.
* Výcvik probíhá formou kurzu a může být rozdělen do 2–3 úrovní podle schopností a dovedností jednotlivých účastníků. Rozdělení do jednotlivých úrovní provede cvičitel v průběhu 1. až 2. lekce kurzu. Rozdělení se týká účastníků kurzu, jednorázoví účastníci budou zařazeni podle jejich aktuálních možností a podle plánu náplně pro danou lekci. Kapacita je omezena max. 15 osobami v jedné lekci a 1/8 vodní plochy.

Zápisy do kurzu probíhají na pokladně Plaveckého stadionu. Podrobné informace podá zájemci pokladní Plaveckého stadionu nebo cvičitel daného kurzu (tel. recepce 585 427 181).