



Friedebert Tuglase nimeline
AHJA KOOL

KINNITATUD
Friedebert Tuglase nimelise Ahja Kooli direktori
20.09 2022. käskkirjaga nr 1-2/15

AHJA SPORDIHOONE SISEKORD

Lahtiolekuajad:

Lahtiolekuajad: P-N 15.00 - 22.00 Suletud: R, L

Info liikumise kord:

Rühma- ja saalitreeningud, võistlused ja üritused eelnevalt kokku leppida telefonil: Marika 5800 3799 või Pirjo 5025 214 ja kinnituskiri koos areveldamise infoga saata e-maili teel: pirjo.pall@ahjakool.ee

Arveldused ja hinnakiri:

Spordihoone teenuse tellija saadab oma andmed aadressile pirjo.pall@ahjakool.ee ning saab pärast teenuse kasutamist arve enda näidatud kontaktidele. Arve alusel tasumine on kohustuslik võistluste korraldajatele, laagrite korraldajatele, soovi korral rühmatreeningute läbiviijatele. Teenuse hinnakirja määrab Põlva vallavalitsus ning hinnakiri on leitav aadressil: <https://ahjakool.ee/spordihoone/>

Spordihoone ei vastuta järelvalveta jäetud isiklike asjade eest!

Ohutus:

- Spordihoones vastutavad ohutuse eest treeningu läbiviija, võistluste korraldaja, laagri korraldaja, spordihoone perenaine ja kehalise kasvatusõpetaja.
- Keelatud on lahtise tule kasutamine, alkoholi ja tubakatoodete tarbimine, sh e-sigaret ja mokatubakas.
- Mis iganes ohu korral teavitada koheselt kas spordihoone perenaist või kui on päästeameti sekkumist vajav olukord, siis helistada koheselt 112.

- Ohtlikest või kasutuskõlbmatuks muutunud vahenditest või muudest ohtlikest tingimustest teavitada spordihoone perenaist.
- Treeningvahendeid kasutatakse vaid selleks ettenähtud otstarbel ja korras. Treeningvahendi korrektse kasutamise eest vastutab treeningut juhendav treener või õpetaja, iseseisval treeningul vastutab treeningvahendi korrektse kasutamise eest üle 13.a. kasutaja ise.
- Treenimiseks kasutatakse vaid selleks sobilikku riietust ning jalatseid.
- Treeningu tegemisel on soovituslik ise tagada oma ohutus ja turvalisus
- Treenija vastutab ise oma tervisliku seisundi ja sobiva treeningu valimise eest
- Lapsevanema poolt spordisaali kaasa võetud lapse ohutuse ja turvalisuse eest vastutab lapsevanem

Kasutamise hea tava:

- Spordihoones hoia puhtust ja korda
- Spordihoones kasuta sisejalatseid või jalanõude katteid (spordihoone neid ei paku)
- Spordisaalis kasuta ainult mittemääriva tallaga spordijalatseid
- Sportima või sporti vaatama tulles keskendu spordile, telefonis saab olla mujalgi:)
- Spordivahendeid jagab õpetaja või treener, spordivahendite olemasolu kohta jagab infot spordihoone perenaine
- Spordihoones täida koolitöötajate ja treenerite ning ürituste läbiviijate korraldusi
- Ole tähelepanelik ja jälgi, et Sul ja teistel oleks ohutu
- Kasuta säästlikult elektrit, vett ja paberit, viimasena ruumist lahkudes kustuta tuled
- Vaheta riideid ja pese end selleks ettenähtud ruumides, pesuruumis on keelatud raseerimine, habeme ajamine ja juuste värvimine
- Kui paned põrandale teipe või muid märgistusi, siis jälgi, et eemaldad need kohe pärast nende kasutamise lõppu
- Hoia ja kasuta saali ning spordivahendeid heaperemehelikult
- Purunenud vahenditest või remonti vajavatest kohtadest anna info spordihoone perenaisele
- Tahtlikult lõhutu tuleb lõhkujal hüvitada
- Tasu oma arved alati õigeaegselt, hinnainfo on kooli kodulehel ning spordihoone perenaisel



Friedebert Tuglase nimeline
AHJA KOOL

JÕUSAALI KASUTAJA MEELESPEA

Alla 13-aastaseid lapsi ilma täiskasvanud saatjata jõusaali ei lubata.

Treeninguteks kasuta vastavaid riideid ja sisejalatseid.

Treeningseadmeid kasuta heaperemehelikult ning ise pausi tehes, võimalda kasutada seadmeid järgmisel soovijal.

Treeningu järel puhasta trenaažöörid ja abivahendid desinfitseeriva vahendi ja paberkäterätiga. Paberrätik viska prügikasti.

Hantlid, kangid, kettad ja muud abivahendid aseta alati pärast harjutuse tegemist oma kohale tagasi. Treeningu lõpus ära lase raskustel, kangil ja hantlitel põrandale kukkuda.

Maksimaalsete raskuste tõstmisel kasuta julgustust, kui oled saalis üksi, siis ära oma piire kompa.

Kui märkad ise abivajajat, siis paku abi või head nõu.

Kui midagi läks kogemata katki, siis anna teada spordihoone perenaisele, midagi halba ei juhtu. Tahtliku lõhkumise maksad ise kinni.

Hoia puhtust – purgid, pudelid ja muu praht viska prügikasti.

Kui märkad midagi, mis vajaks parandamist või uuendamist, anna spordihoone perenaisele teada:).

JÕUDU! HOIAME END JA OMA SAALI!