

Název a adresa provozovatele:

Česká zemědělská univerzita v Praze
Kolej EFG
Kamýcká 1281
165 00 Praha 6 - Suchbátka
IČ: 60460709

Pracovník odpovědný za provoz:

Ing. Iveta Kuníková

Platnost od:

1.2.2026

1. Popis zařízení

Posilovna je umístěna v 1. PP koleje E České zemědělské univerzity v Praze (dále jen ČZU) a slouží k volnočasovému využití pro studenty a zaměstnance ČZU za účelem rekreačního posilování.

Seznam vybavení:

- 2x běžecký pás
- Rotoped
- Airbike
- Posilovač břišních svalů
- Lezecký trenažer + madla
- Leg press
- Posilovací stojan
- Multipress s vodícími tyčemi
- 2x posilovací lavice (nastavitelná + multifunkční)
- 2x žebřiny
- Sada činek Kettlebell
- Sada posilovacích činek (jednoruční)
- Sada vzpěračských tyčí, sada pogumovaných kotoučů + stojany
- Balanční podložka
- 3x podložka na cvičení

Kopie návodů k použití jsou uloženy přímo v posilovně. Originály návodů k použití vybavení jsou uloženy v provozní kanceláři koleje EFG.

2. Provozní doba, rezervace, kapacita místnosti

Provozní doba je stanovena od **9:00 do 21:00** každý den včetně víkendu.

Rezervace místnosti probíhá prostřednictvím rezervačního systému. Vydávání klíčů probíhá na recepci koleje JIH na základě předchozí rezervace.

Kapacita místnosti: max. **3 osoby**.

3. Osobní hygiena návštěvníků, dezinfekce zařízení

Povinnosti návštěvníků:

- všichni návštěvníci mají povinnost seznámit se s tímto provozním řádem
- místnost je určena pouze ke sportovnímu využití

- **v témže čase nesmí být překročena max. kapacita posilovny, tj. 3 osoby**
- **vstup do místnosti je možný pouze v čistém oděvu a obuvi určené pro vnitřní prostory**
- v místnosti je zakázáno kouřit, požívat alkohol a jiné omamné a psychotropní látky
- návštěvníci jsou odpovědní za dodržení hygieny a pořádku v celém prostoru, za ochranu majetku a za škody vzniklé porušením provozního řádu
- v případě zjištění jakéhokoli poškození zařízení je povinností uvedenou skutečnost neprodleně oznámit na recepci koleje JIH (tel. číslo +420 224 383 538)
- návštěvníci jsou povinni mít pod dozorem svoje osobní věci, provozovatel neručí za jejich ztrátu či odcizení
- návštěvníci jsou povinni dodržovat požární a bezpečnostní předpisy
- po ukončení využívání má osoba odpovědná povinnost se ujistit, že jsou všechna okna zavřená, v místnosti je zhasnuto, všechno zařízení je na svém místě
- v případě porušení provozního řádu bude osobě, která ho porušila, zamezen vstup do místnosti
- návštěvníci předávají prostory zařízení po ukončení využívání v bezvadném a čistém stavu
- škody na majetku a vybavení uhradí vždy osoba odpovědná za využívání místnosti
- do posilovny nemají přístup osoby trpící vlasovými, kožními či jinými přenosnými chorobami
- do posilovny nemají přístup osoby zjevně pod vlivem alkoholu či jiných omamných látek
- **do posilovny je zakázáno vnášet jídlo a alkoholické nápoje, povoleny jsou pouze nealkoholické nápoje v plastových obalech**
- v posilovně je nutné použít svůj ručník pro zamezení opocení dotykových ploch
- **návštěvníci užívají veškerá zařízení v prostorách posilovny na vlastní nebezpečí; před zahájením cvičení jsou povinni se přesvědčit, že zařízení nevykazuje závady bránící bezpečnému učivání. Veškeré zjištěné závady na zařízeních jsou návštěvníci povinni neprodleně hlásit na recepci koleje JIH**
- po použití posilovacích strojů a zařízení má každý návštěvník povinnost otřít všechny dotykové plochy zařízení papírovou utěrkou s dezinfekčním prostředkem.
- po použití posilovacího náčiní má každý návštěvník povinnost uložit toto náčiní zpět na své místo
- pokládat činky a závaží na čalounění strojů je zakázáno, také je zakázáno s činkami jakkoli bouchat
- **provozovatel posilovny nezodpovídá za vzniklé úrazy nebo jiné poškození zdraví v souvislosti se cvičením**

4. Úklid a dezinfekce místnosti

Denní úklid a dezinfekce prostor:

- pravidelný úklid posilovny zajišťuje uklízečka kolejí vždy před zahájením provozu posilovny, tedy 1x denně
- denně se umývají a dezinfikují všechny sedáky, lehátka, žíněnky, náčiní, dotykové plochy všech zařízení a podlahy
- úklid probíhá vždy namokro, k mytí a dezinfekci se používají sanitační prostředky nakupované v běžné maloobchodní síti, dle návodu výrobce. Ke všem používaným úklidovým a dezinfekčním prostředkům jsou k dispozici bezpečnostní listy.

K plošné dezinfekci se využívají dezinfekční prostředky:

- s virocidním účinkem
 - Sanytol dezinfekce – ředění a doba působení dle doporučení výrobce. Dezinfekční roztoky se připravují denně čerstvé, resp. pro každý úklid, pomocí dávkovače do určených kbelíků. Vhodnými pomůckami se nanáší na plochu (mopy, úklidové utěrky), nechají se předepsanou dobu působit, nestírají se, nechají se oschnout.
- s baktericidním a fungicidním účinkem
 - SAVO proti plísním, SAVO na podlahy apod. – ředění a doba působení dle doporučení výrobce. Dezinfekční roztoky se připravují denně čerstvé, resp. pro každý úklid, pomocí dávkovače do určených kbelíků. Vhodnými pomůckami (mopy, úklidové utěrky) se nanáší na plochu, nechají se předepsanou dobu působit, nestírají se a nechají se oschnout. Rovné plochy zařízení se mohou po skončení doby působení přípravku otřít do sucha čistými úklidovými utěrkami.
- připravené roztoky se ihned po použití likvidují.

5. Lékárnička první pomoci

Lékárnička první pomoci je k dispozici na recepci kolejí JIH a je přístupná pracovníkům vykonávajícím službu, vybavená pro běžnou první pomoc (náplasti polštářkové, leukoplast, septonex, obinadla, škrťací obinadlo, tlakový obvaz, nůžky, teploměr, dezinfekční ubrousky, peroxid vodíku a jiné). Lékárnička je k dispozici na vyžádání v případě potřeby osobně v recepci kolejí JIH, v akutních případech telefonicky na čísle +420 224 383 538.

Datum:

29.1.2026