

První návštěva a FAQ

1. Proč bych měl jít sportovat zrovna k vám?

Protože takový prostor, jako je u nás, nikde na Ostravsku nenajdete. Probudili jsme k životu starou tělocvičnu a přeměnili ji v moderní a svěží sportoviště s opravdu skvělými, kvalitními trampolínami!

2. Jste tréninkové místo pro veřejnost, nebo k vám chodí jenom profíci?

Rozhodně jsme tu pro všechny. Ale pozor! Existuje velké riziko, že když k nám budete chodit dostatečně intenzivně, profík se z vás stane! A pak už nebudete chtít přestat.

3. Můžu přijít kdykoliv se mi bude chtít, nebo musím sledovat rozpis lekcí?

Záleží na vás. Pokud chcete, přihlaste se k nám na lekce a pravidelně se zlepšujte v předem určených časech. Pokud preferujete svobodnou volbu a nárazové sportování, přijďte prostě, jak se vám to bude hodit. Doporučujeme jen předem zavolat a zjistit, zda máme volno. Rezervaci si můžete udělat i online.

4. Můžou u vás sportovat i děti?

Určitě ano. Snažíme se pohyb u dětí podporovat, co nejvíc to jde. Proto nabízíme i celoroční programy pro školy, a samozřejmě i klasické sportovní kroužky. Věříme, že aktivity, které by bavily i vás, budou děti prostě milovat. I když je doteď před tělocvikem pořád nějak záhadně bolelo břicho...

5. Co si mám vzít na sebe?

Vezměte si cokoliv, v čem vám bude pohodlně. Na co určitě nezapomeňte, jsou náhradní ponožky, bez těch je na trampolíně vstup zakázán. Pokud je stejně zapomenete, můžete si je zakoupit na recepci. Na trampolínách skákejte klidně v převleku slona, pokud vám nebude moc těsný. Stačí tedy obvyklé sportovní oblečení bez opasků a zipů, doporučujeme dlouhý rukáv a sportovní kalhoty či tepláky.

Provozní řád areálu a bezpečnostní pravidla

Na sportovišti ENHA FREESTYLE provozujeme sportovní činnost, která ze své podstaty obsahuje určité riziko zranění. Jelikož nám záleží nejen na tom, abyste se u nás dobře bavili a cítili, ale především také na tom, abyste ve zdraví odešli, stanovili jsme několik doporučení a pravidel, které je třeba dodržovat.

Skoky na trampolíně jsou klasifikovány jako takzvané extrémní sporty a je třeba brát zřetel na to, že i při dodržení všech doporučení a pravidel je riziko zranění stále neoddělitelnou součástí jejich provozování.

Pravidla pro sportoviště naleznete vždy u vstupu na dané sportoviště a obecně s nimi budete seznámeni na recepci před vstupem do areálu. Prosíme Vás, abyste se s nimi pečlivě seznámili, jelikož zde nejsou proto, aby ochránili nás, ale Vás. Na dodržování pravidel bude dohlížet osoba viditelně označena jako CREW / COACH, jehož pravomocí je osobu, která bude pravidla opakovaně porušovat ze sportoviště vyloučit. Při hrubém porušení pravidel či velmi riskantním chování, jež se přičí pravidlům, může být taková osoba vyloučena ze sportoviště okamžitě.

Naším přáním je abyste se u nás dobře bavili a ve zdraví odcházeli, plní pozitivní energie. Pokud budete mít jakýkoliv návrh na zlepšení pravidel a doporučení neváhejte ho sdělit pracovníkům na naší recepci.

Provozní řád

- Každý z návštěvníků vstupuje do areálu a pobývá v něm na vlastní nebezpečí, provozovatel odpovídá pouze za škody a újmy způsobené špatným technickým stavem sportoviště či náčiní.
- Vstup na sportoviště je možný pouze po podpisu Čestného prohlášení návštěvníka.
- Děti ve věku 4 – 12 let mohou vstoupit do areálu a účastnit se sportovní činnosti pouze s nepřetržitým dozorem dospělé osoby.
- Děti ve věku 12 – 15 let mohou vstoupit do areálu a účastnit se sportovní činnosti pouze s Čestným prohlášením podepsaným rodiči či zákonným zástupcem.
- Před vstupem na jednotlivá sportoviště má návštěvník povinnost seznámit se s pravidly a doporučeními, která se jich týkají.
- Vstupem do areálu se zákazník zavazuje řídit jednotlivými body provozního řádu.
- Vstup do haly je možný pouze po uhrazení vstupního poplatku a v rámci vymezené otevírací doby.
- Hala se uzavírá v přesně určený čas, do té doby je třeba veškeré prostory bezpodmínečně opustit.

Pravidla a doporučení

- Před vstupem na sportoviště se vždy rozcvič (alespoň 5 minut aerobní činnosti).
- Na sportovišti se plně soustřeď na svůj pohyb a za všech okolností si buď jistý tím co, a jak chceš udělat.
- Pokud zkoušíš nějaký pohyb či trik, který je pro tebe nový, požádej o asistenci kohokoliv s viditelným označením ENHA FREESTYLE (CREW / COACH) či někoho z okolí.
- Vždy si buď jistý tím, co a jak chceš udělat, pokud si nějakým pohybem nejsi jistý, vyhledej kohokoliv s viditelným označením ENHA FREESTYLE (CREW / COACH).
- Na sportoviště vstupuj pouze ve sportovním oblečení, jehož součástí nejsou žádné kovové prvky (zipy, přezky od pásků apod.).
- Osoby mladší 15 let mohou užívat jednotlivá sportoviště pouze pod dohledem osoby starší 18 let.
- Na sportoviště platí přísný zákaz vnášení skleněných nádob a jakýchkoliv ostrých předmětů.
- Před vstupem na sportoviště je povinností sundat si veškeré šperky zejména náušnice či piercing.
- Na veškerá sportoviště je zakázán vstup se žvýkačkou.
- Na veškerá sportoviště je zakázán vstup pod vlivem alkoholu či jakékoliv omamné látky.
- Na trampolíny vstupuj pouze v ponožkách či speciálních gymnastických cvičkách, vstup bez ponožek či v obuvi je z hygienických důvodů zakázán.
- Vždy si s sebou přines čistý pár ponožek, ve kterých půjdeš skákat na trampolíny.
- Na trampolínách je zakázáno skákat s jakýmkoliv vlastním sportovním náčiním typu lyže, snowboard, skate, brusle, koloběžka atd.
- Na trampolíny se vstupuje a z nich odchází vždy pouze skrze turnikety
- Respektuj případné uzavření jednotlivých trampolín a stejně tak pokyny zaměstnanců haly s viditelným označením jako ENHA FREESTYLE (CREW / COACH).
- Na jednotlivých trampolínách může vždy skákat pouze jeden člověk.
- Při prvotním zkoušení skoků s rotací přes hlavu (jakékoliv salto) požádej někoho o pomoc a používej na dopad matraci položenou na trampolíně.

- Za všech okolností se při skocích snaž vždy dopadat na celá chodidla, záda nebo zadek. Minimalizuj riziko dopadu na hlavu, břicho, ruce či kolena.
- Jakmile ucítíš únavu, nebo že ti dochází dech, odpočin si. Nemůžeš se již plně soustředit na pohyb a hrozí zranění.
- Na trampolíny neodkládej žádné předměty ani oblečení.
- Zákaz dvojitého skákání (jakákoliv pomoc druhé osobě k vyššímu výskoku)
- Zákaz jakéhokoliv zápasení či hrubosti.
- Zákaz sezení či ležení na trampolínách včetně žíněnek mezi nimi.
- Zákaz skákání s jakoukoliv kamerou či jiným záznamovým zařízením včetně mobilního telefonu. Natáčení je možné pouze jinou osobou stojící na žíněnce mezi trampolínami.
- Zákaz vnášení potravin do prostoru trampolín.
- Prosíme, dbej zvýšené opatrnosti při skákání s dioptrickými brýlemi, při pádu na obličej hrozí těžké zranění. Pokud to daná situace umožňuje, doporučujeme skákat pouze bez brýlí.
- Při skocích do foam pitu (jáma s molitanovými kostkami) se vždy snaž minimalizovat riziko, že dopadneš hlavou napřed.
- Do foam pitu nesmí nikdy skákat dvě osoby současně.
- Z foam pitu je zakázáno vyhazovat či vynášet molitanové kostky.
- Ve foam pitu je zakázáno zahrabávat sebe či jinou osobu.
- Po dopadu do foam pitu ho co nejrychleji opusť.
- Před skokem si vždy musíš být jistý, že ve foam pitu nikdo není, buď dostaneš svolení ke skoku od CREW / COACHE, nebo musíš k okraji postavit jinou osobu která vám dá signál, že je foam pit prázdný.
- Za předměty zapadlé do foam pitu nenese provozovatel žádnou odpovědnost a jejich vyzvednutí je možné až při následujícím plánovaném čištění foam pitu.