



**Mārupes novada pašvaldības
BABĪTES SPORTA KOMPLEKSS**

Jūrmalas iela 17, Piņķi, Babītes pagasts, Mārupes novads, LV-2107
Tālrunis 67914670 babitessports@marupe.lv www.marupe.lv

NOTEIKUMI

Mārupes novada Babītes pagastā

APSTIPRINU
Babītes sporta kompleksa vadītājs

G. Reika
2024. gada 10. jūnijā

**Iekšējie kārtības noteikumi
kāpšanas sienas publiskās lietošanas laikā**

1. Vispārīgie noteikumi

- 1.1. Noteikumi nodrošina un veicina Babītes sporta kompleksa (turpmāk tekstā - BSK) sekmīgu darbību un kārtību.
- 1.2. Noteikumi ir saistoši visiem BSK apmeklētājiem.
- 1.3. Par apmeklētāju iepazīstināšanu ar šiem noteikumiem ir atbildīgi sporta nodarbību vadītāji vai Babītes Sporta kompleksa darbinieks.

2. Iekšējās kārtības noteikumi

- 2.1. Jāievēro visas sabiedrībā pieņemtās pieklājības, uzvedības, morāles un ētikas normas, jāciena pārējos BSK apmeklētājus.
- 2.2. Atrodoties BSK telpās apmeklētājiem jāievēro kārtība, tīrība un visas higiēniskās prasības, lai telpās netiktu atstāti papīri, dzērienu pudeles, maisiņi u.tml.
- 2.3. Apmeklējuma laikā jābūt nodarbību raksturam atbilstošā sporta apģērbā un apavos. **Ieiet sporta zālē atļauts tikai tīros mainas sporta apavos ar grīdas segumu nesmērējošu zoli.**
- 2.4. Personas, kuras nepiedalās nodarbībās, mainas apavos var atrasties sporta zālē.
- 2.5. Apmeklētāji ir atbildīgi par savām personiskajām mantām, BSK neuzņemas materiālo atbildību par atstātajām materiālajām vērtībām.
- 2.6. Izturēties saudzīgi pret BSK īpašumu un ziņot BSK darbiniekiem par jebkuriem ievērotiem bojājumiem.
- 2.7. Par ļaunprātīgu inventāra, sporta zāles, koplietošanas telpu vai aprīkojuma bojāšanu, materiālo atbildību kaitējumu segšanai un novēršanai nes vainīgais apmeklētājs vai viņa vecāki (aizbildņi).
- 2.8. Nodarbības uz traversās kāpšanas sienas var notikt tikai pedagoga, trenera vai Babītes sporta kompleksa darbinieka vadībā.
- 2.9. Apmeklējot sporta zāli, apmeklētājs ir atbildīgs par savu vai nodarbību dalībnieku veselības stāvokli un fizisko sagatavotību.
- 2.10. BSK administrācija nenes atbildību gadījumā, ja Apmeklētājiem rodas traumas šo noteikumu neievērošanas rezultātā.
- 2.11. BSK darbinieki ir tiesīgi lūgt apmeklētāju atstāt BSK telpas, ja Apmeklētājs ir pārkāpis iekšējās kārtības noteikumus.

3. Kāpšanas sienas lietošanas noteikumi

1. Visiem kāpējiem ir obligāti jāiepazīstas un jāievēro kāpšanas sienas lietošanas noteikumi.
2. Kāpšanas sienu var lietot:
 - 2.1. Pieaugušie, t.i. personas vecākas par 18 gadiem
 - 2.2. Bērni var kāpt tikai vecāku vai citu pieaugušo uzraudzībā (aizbildnis, skolotājs, treneris u.c.)
3. Kāpēji kāpj pašī uzņemoties atbildību par savām darbībām (uz savu risku).
4. BSK darbiniekam, kas atbildīga par kāpšanas sienas izmantošanu patstāvīgi jābūt klāt un jāseko iekšējās kārtības noteikumu un kāpšanas instrukciju ievērošanai un apmeklētājiem viņš jāklausa bez ierunām.
5. **Zem kāpšanas sienas jābūt obligāti novietotiem vieglatlētikas vai tatami paklājiem, kas amortizētu kāpēja kritienu un jārūpējas, lai starp mīkstā seguma vienībām nerastos spraugas. Spraugās kritiena gadījumā var iekļūt kāja un kāpējs var izmežģīt potīti.**
6. **Kāpējiem ir pienākums nekavējoties ziņot par pamanītiem uz kāpšanas sienas bojājumiem vai, ja aizķeres griežas.**
7. Pirms kāpšanas ir ieteicams iesildīties. Kāpjot bez iesildīšanās var iegūt traumas
8. Kāpšanas laikā no rokām jānovelk gredzeni un citas rotas lietas, nedrīkst kāpt ar gariem izlaistiem matiem
9. Kāpējiem kāpt vienam virs otra ir stingri aizliegts. Kritiena gadījumā viņi var viens otru savainot.
10. Kāpšanas laikā zem sienas nevar atrasties lieki priekšmeti vai cilvēki
11. Drošāk no sienas ir nokāpt nekā nolēkt !
12. Nedrīkst kāpt augstāk par BSK darbinieka atļauto augstumu.
13. **Nedrīkst kāpt uz kāpšanas sienas augšējās malas !**
14. Kāpšanas sienai un aizķerēm ir speciāli veidots abrazīvs segums, kas palīdz izmantot dažādas kāpšanas tehnikas. Tas var nobrāzt ādu, ja ar to saskaras ķermeņa daļas! Šo risku iespējams mazināt velkot sporta apģērbu ar garām piedurknēm un bikses, kas nosedz ceļgalus. Jaunas aizķeres var pastiprināti "noēst" ādu. Ja tas rada nepatīkamus brīžus, jāsamazina kāpšanas biežums un laiks līdz brīdim, kad aizķeres būs mazāk abrazīvas.
15. Maksimālais kāpēju skaits un cilvēku skaits ir 6, kas var atrasties kāpšanas sienas laukumā.
16. Kāpjot ir atļauts izmantot ne tikai pieskrūvētās aizķeres, bet arī kāpšanas sienas formas, ieskaitot plaisas un stūrus. Kāpšanas sienas virsma ir speciāli tam gatavota. Aizliegts izmantot kāpšanas sienas augšējo malu.