Муниципальное автономное учреждение

дополнительного образования «Юность»

г. Амурска Амурского

муниципального района Хабаровского края

**ПАСПОРТ**

**тренажерного зала**

**Пр-т Комсомольский 81-а**

**Ответственный: Никитин М.Г.**

 Общие сведения об учебном зале

|  |  |
| --- | --- |
| Номер кабинета | 20 |
| Расположение (этаж) | Цокольный этаж |
| Длина (м) кабинета | 9,7 |
| Ширина (м) кабинета | 6,1 |
| Площадь (м2) кабинета | 59,2 |
| Длина раздевалки | 6,0 |
| Ширина раздевалки | 3,5 |
| Естественное освещение | есть |
| Искусственное освещение | есть |
| Оснащение окон решётками | есть |
| Оснащение окон затемнением | нет |
| Воздушно-вентиляционный режим | Естественный |
| Количество ламп в кабинете | нет |
| Количество светильников/ламп дневного света | 8 |
| Электророзетки (кол-во) | 1 |
| Пожарная сигнализация /дымоуловители | 2 |
| Окно (пластик) | 2 |
| Окраска стен | Стены окрашены в светлый цвет |
| Покраска полов | Полы окрашены в коричневый цвет |
| Наличие огнетушителей | 1 |
| Срок проведения ремонта | Косметический (ежегодный) |

**Опись оборудования зала**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование имущества | Количество |
|  | Турник | 1шт. |
|  | Тренажер жим ногами на блоке | 1шт. |
|  | Стойка для приседания со штангой | 1шт. |
|  | Гиперэкстензия | 1шт. |
|  | Тренажер жим штанги лежа под углом | 1шт. |
|  | Тренажер жим штанги лежа | 1шт. |
|  | Брусья | 1шт. |
| 1.
 | Доска для пресса | 1шт. |
|  | Тренажер тяга блока за голову  | 1шт. |
|  | Тренажер скамья скотта | 1шт. |
|  | Атлетическая скамья | 1шт. |
|  | Диск к штанге 25 кг. | 6шт. |
|  | Диск к штанге 15 кг. | 2шт. |
|  | Диск к штанге 10 кг. | 2шт. |
|  | Диск к штанге 5 кг. | 8шт. |
|  | Диск к штанге 3 кг. | 2шт. |
|  | Диск к штанге 2.5 кг. | 6шт. |
|  | Диск к штанге 1.25 кг. | 4шт. |
|  | Диски резиновые не стандарт 5кг.  | 8шт. |
|  | Диски резиновые не стандарт 2.5 кг. | 6шт. |
|  | Гантели 20 кг. | 2шт. |
|  | Гантели 18 кг. | 2шт. |
|  | Гантели 15 кг. | 2шт. |
|  | Гантели 13 кг. | 2шт. |
|  | Гантели 12 кг. | 2шт. |
|  | Гантели 15.5 кг. | 2шт. |
|  | Гантели 10 кг. | 2шт. |
|  | Гантели 9 кг. | 2шт. |
|  | Гантели 8 кг. | 2шт. |
|  | Гантели 7 кг.  | 4шт. |
|  | Гантели 6 кг. | 2шт. |
|  | Гантели 4 кг. | 2 шт. |
|  | Гантели 2 кг. | 2шт. |
|  | Гантели 1 кг. | 2шт. |
|  | Стойки под гантели | 2шт. |
|  | Гриф тренировочный 20кг. | 2шт. |
|  | Гриф тренировочный не стандарт 20 кг. | 1шт. |
|  | Гриф тренировочный 18 кг. | 1шт. |
|  | Гриф тренировочный 13 кг. | 1шт. |
|  | Гриф тренировочный 12 кг. | 1шт. |
|  | Гриф тренировочный 9 кг. | 1шт. |
|  | Гриф тренировочный 7 кг. | 1шт. |
|  | Тренажер тяга блока за голову личное | 1шт. |
|  | Атлетическая скамья личное | 1шт. |
|  | Гриф тренировочный 10кг. личное | 1шт. |
|  | Диски резиновые 25кг. личное | 2шт. |
|  | Диски резиновые 15кг. личное | 2шт. |
|  | Диски резиновые 10кг. личное | 2шт. |
|  | Диски резиновые 5кг. личное | 2шт. |
|  | Диски резиновые 2.5кг. личное | 2шт. |
|  | Магнитофон | 1шт. |
|  | сейф | 1шт. |

**Перспективный план развития**

|  |  |
| --- | --- |
|  | 2020/2021 |
| Систематизация учебного материала | В течение года |
| Обновление методической литературой | В течениигода  |
| Ремонт  | Июль  |

**Правила пользования  учебным залом**

1. Зал должен быть открыт за 15 минут до начала занятий.

    2. Обучающиеся должны находиться в зале только в присутствии педагога.
    3. Зал должен проветриваться перед каждым занятием.

**Правила техники безопасности**

1. Окна могут быть открыты только в присутствии педагога или отсутствии обучающихся.
2. Обучающимся запрещается прикасаться к электроприборам и розеткам.
3. В отсутствие педагога всё электрооборудование отключается.
4. Зал не может быть заперт изнутри.
5. Дверцы шкафов и другой мебели должны быть закрыты.
6. Все указания педагога по обеспечению безопасности в кабинете выполняются обучающимися быстро и безусловно.

**Расписание работы зала**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Понедельник** | **Вторник** | **Среда** | **Четверг** | **Пятница** | **Суббота** | **Воскресенье** |
| 1 |  | 1430-1600 |  | 1430-1600 |  | 1430-1600 |  |
|  |  | 1615-1825 |  | 1615-1825 |  | 1615-1825 |  |
|  |  | 1840-2050 |  | 1840-2050 |  | 1840-2050 |  |