

### **Pravidla a doporučení společná pro veškerá sportoviště**

- 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 zkusíš nějaký pohyb či trik, který je pro tebe nový, požádej o asistenci kohokoliv s viditelným označením Freestyle Kolbenka (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 Freestyle Kolbenka (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 veškerá 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.

### **Pravidla a doporučení – TRAMPOLÍNY**

- 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 Freestyle Kolbenka (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 bez brýlí.
- Při skocích do foam pitu (jáma s molitanovými kostkami) se vždy snaž minimalizovat riziko, že dopadneš hlavou napřed (špatně se z toho pak leze☺).
- 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 vyvednutí je možné až při následujícím plánovaném čištění foam pitu.

### **Pravidla a doporučení – Fun & challenge zóna**

- V této zóně platí veškerá pravidla z trampolínové zóny.
- Je zakázáno přeskakovat z trampolín do dopadiště pro souboj na kladině.
- U atrakce souboj na kladině (beam fight) se můžou na kladině nacházet maximálně 2 osoby.
- Na kladinu se nastupuje vždy z bližšího konce.
- Na kladinu je možný vstup pouze v momentě kdy je plně nafouklý dopadový airbag, pokud máte pochybnosti, kontaktuje kohokoliv s viditelným označením Freestyle Kolbenka (CREW / COACH).
- Platí zákaz úderů mířených nad ramena.
- Při frontě zájemců o atrakci jsou vždy souboje jednokolové. Po pádu opouští bojovník dopadiště a zařazuje se na konec fronty.
- Do dopadiště je zakázáno skákat z jeho boků.

#### *Detailní úprava provozu na Ninja dráze*

- Ninja dráha je jednosměrná. Levá (z pohledu zády k chillout zóně) směřuje od chillout zóny a pravá směrem k ní.
- Na dráhu je možný vstup pouze v momentě, kdy je plně nafouklý dopadový airbag, pokud máte pochybnosti, kontaktuje kohokoliv s viditelným označením Freestyle Kolbenka (CREW / COACH).
- Na dráze se mohou pohybovat maximálně dvě osoby a to v každém směru jedna.
- Nástup na dráhu je možný jen z patřičně označených míst.
- Po pádu je nutné okamžitě opustit dopadiště, je zakázáno znovu šplhat na překážky.
- Je PŘÍSNĚ ZAKÁZÁNO jakkoliv šplhat po konstrukci Ninja dráhy či na ní skákat apod.
- Jakékoliv strkání, kopání či jiná interakce s lezci je zakázána.
- Platí přísný zákaz vnášení jakýchkoliv ostrých předmětů

### Pravidla a doporučení – FREESTYLE ZÓNA (skoky, trampolína)

- Freestyle zóna a skoky jsou určeny především pro pokročilejší jezdce, kteří mají se skoky již určitou zkušenost. Pokud skáčeš poprvé, kontaktuj nejdříve kohokoliv s viditelným označením Freestyle Kolbenka (CREW / COACH).
- Do Freestyle zóny se vstupuje a odchází vždy pouze skrze turnikety.
- Sportuj vždy s ohledem na své možnosti, pokud je chceš posunovat, jsi na správném místě, ale i tak to dělej s rozvahou. Před tím, než budeš zkoušet nový trik, musíš si být jistý tím, jak ho chceš provést. Pokud potřebuješ pomoc, zapiš se do našich kurzů.
- Na skoky je povolen vstup pouze s kolem, koloběžkou, skatem, bruslemi, kolečkovými lyžemi či snb. Pokud chceš skákat s něčím jiným raději nás dopředu kontaktuj.
- Vstup je dovolen pouze s čistým vybavením a v čistých botách. Pokud budeš mít jakýkoliv součást tvouj výbavy či oblečení znečištěný, budeš vykázán.
- Při skocích na kolech dbejte zvýšené pozornosti jejich čistotě a nepoužívejte žádná maziva na řetěz, vidlice apod.
- V případě lyžařů je zakázáno skákat s hůlkami.
- Na obou skocích a dalších povinná helma a doporučujeme chránič páteře.
- Doporučujeme pozvolný přechod z menšího skoku na větší.
- U obou skoků se vždy snaž nasměrovat trajektorii skoku do středu foam pitu.
- Než budeš zkoušet jakoukoliv rotaci, vyzkoušej nejdříve několik rovných skoků (airů).
- Na skocích platí pravidlo zipu – jezdci na malém a velkém skoku se střídají.
- Jezdec na velkém skoku si před rozjezdem musí být jistý, že se ve stejnou dobu nerozjíždí někdo na menším skoku. V případě, že se rozjíždíš na velký skok, je tvouj povinností se přesvědčit, že se nikdo v ten samý moment nerozjede na malém skoku.
- Jezdec na menším skoku má případně přednost.
- V prostorech skoků platí přísný zákaz běhání.
- Je zakázáno vstupovat na jakákoliv místa mimo evidentně vytyčený prostor (ochozy, traverzy, jeřáb, síť atd.).
- Před skokem do foam pitu si musíš být 100% jistý, že tam není jiná osoba, ani že se jiná nerozjíždí, vždy se ujisti pohledem nebo počkej na pokyn kohokoliv s viditelným označením Freestyle Kolbenka (CREW / COACH).
- Vždy se přihlas o svou jízdu / skok, to znamená, dej ostatním vědět, že se rozjíždíš, jak na skocích, tak na sjezdovce, tak na trampolíně.
- Na trampolínu je zakázáno vstupovat s vlastním snowboardem či lyžemi. Pokud budeš chtít, zapůjčíme ti naše speciální.
- Na Freestyle trampolíně platí veškerá pravidla z trampolínové zóny.
- Ve foam pitu se může vždy nacházet pouze jedna osoba.
- Po dopadu co nejrychleji foam pit opusť.
- Je přísně zakázáno se ve foam pitu zahrabávat či jakkoliv zdržovat, pokud máš problém dostat se ven, zavolej neprodleně pomoc.
- Je zakázáno jezdit na skok ve více lidech za sebou či vedle sebe, což platí i při použití malého a velkého skoku zároveň.
- Pokud je na skoku páska značící jeho uzavření, je přísně zakázáno na něj vstupovat, pásku může odstranit pouze osoba s viditelným označením Freestyle Kolbenka (COACH / CREW).

- Při jakékoliv nehodě okamžitě kontaktuj kohokoliv s viditelným označením Freestyle Kolbenka (CREW / COACH) a skok neprodleně uzavři (páskou).
- Je zakázáno nechávat kola v úzkých koridorech kde by mohla překážet ostatním.
- Na skok je zakázáno stoupat s připnutými kolečkovými lyžemi.
- Respektuj ostatní jezdce a jejich úroveň ježdění (NO HATE ☺).

#### *Detailní úprava provozu na Freestyle trampolíně*

- Na Freestyle trampolíně platí veškerá pravidla z trampolínové zóny.
- Na trampolínu je zakázáno vstupovat s vlastním snowboardem či lyžemi. Pokud budeš chtít, zapůjčíme ti naše speciální.
- Je zakázáno, jakkoliv dopomáhat lidem ve výstupu na platformu obklopující Freestyle trampolínu.
- Je zakázáno vylézat z foampitu zpět na Freestyle trampolínu, foampit opouštěj na boku směrem k chillout zóně.
- Před první skokem z nejvyšší platformy skoč nejdříve ze sedu.

#### **Pravidla a doporučení - MAXXTRACKS SIMULÁTORY**

- Při používání Maxxtracks simulátoru musí být vždy přítomen zaměstnanec provozovatele s viditelným označením Freestyle Kolbenka (COACH / CREW).
- Jízda na simulátoru je možná pouze s lyžemi nebo snowboardem poskytnutými Freestyle Kolbenkou.
- Pro jízdu na simulátoru doporučujeme helmu, u osob mladších 18 let je helma povinností.
- Ideálním oblečením je jakékoliv sportovní oblečení s dlouhými nohavicemi a rukávy.
- Každý návštěvník je povinen uposlechnout pokynů obsluhy.
- Je zakázáno jakkoliv svévolně manipulovat se simulátory.