

## ORDNINGSREGLER FÖR MOTIONSSALEN I SIBBO ALLAKTIVITETSHALL

1. Alla som går in i motionssalen skall dra sitt passerkort genom dörrläsaren.
2. Saft och läskedrycker får inte drickas i motionssalen. Endast vattenflaskor av plast är tillåtna. Vatten som spillts på golvet skall torkas upp.
3. Med hänsyn till trivsel och renlighet är det bra att ha med en liten handduk och torka av sitsarna (om de är våta) efter avslutad träning.
4. Uteskor får inte användas i motionssalen. De skall lämnas i skoställningarna i tamburen.
5. Man skall avlägsna sig från motionssalen senast när den stängs och från omklädningsrummen senast 15 minuter senare.
6. Åldersgränsen i motionssalen är 15 år. Yngre får träna med en förälder eller tränare närvarande och på dennas ansvar. Av säkerhetsskäl får man inte ta med barn under 12 år till motionssalen.
7. Skivstångstygder, stänger och hantlar m.m. skall efter avslutad användning returneras till sina platser.
8. Skivstångstygder, stänger och hantlar får inte släppas ner på golvet utan måste försiktigt läggas ner.
9. Det är förbjudet att röka, dricka alkohol, uppträda påverkad och obehörigt vistas i motionssalen. Man ska inte heller dröja sig kvar vid apparaterna när man tränat färdigt utan ge plats åt andra.
10. Alla förvarar på eget ansvar sina kläder och annan egendom i omklädningsrummen och tamburen.
11. Renlighet, ordning och goda seder skall iakttas i både motionssalen och omklädningsrummen.
12. Föreskrifter som ges av personalen skall följas.
13. Personalen skall omedelbart underrättas om redskap eller annan egendom i motionssalen går sönder. Den som orsakar skada är ersättningsskyldig.
14. Grupperna skall meddela iniberade motionssalsturer till personalen minst en vecka på förhand. För turer som inte iniberats tas ut hyra.