

Husets regler

1. Kun adgang for medlemmer
2. Gå ikke over gulvet i hallen, men benyt flisearealet frem til omklædning og center
3. Unge, der er fyldt 14 år, kan træne i Fitness, hvis der er en uddannet instruktør til stede
4. Værdigenstande skal opbevares i skabe
5. Der skal skiftes til træningsfodtøj og egnet træningstøj, inden man går ind i centeret
6. Omklædning skal foregå i omklædningsrummene
7. Der må ikke opbevares nogen form for skiftetøj eller tasker i træningslokalerne
8. Det er ikke tilladt at træne i bar overkrop (eller numse)
9. Anvisninger fra instruktørerne skal altid følges
10. Vis hensyn, ryd op efter dig selv, sæt håndvægte m.m. på plads efter brug
11. Maskinerne skal rengøres/aftørres efter brug. Smid brugt papir m.v. i skraldespanden
12. Mobiltelefoner skal være på "lydløs", telefonsamtaler skal foretages uden for træningslokalerne
13. Rygning og indtagelse af alkohol (øl, spiritus m.v.) er ikke tilladt
14. Enhver form for indtagelse af dopingmidler er ikke tilladt
15. Al træning foregår på eget ansvar

Misbrug af inventar, træningsudstyr, medlemskort, tilsidesættelse af regler samt chikane af medlemmer eller personale, giver HOIF Fitness ret til at ophæve medlemsskabet uden refusion af kontingent.