

Kuntosalin käytösäännöt

- 1. Kuntosalikortti on henkilökohtainen**
- 2. Kuntosalin käyttäjä on vastuussa omasta harjoittelustaan**
- 3. Alakouluikäisillä on oltava salilla huoltaja mukana**
- 4. Kuntosali on päihtetön tila**
- 5. Painot ja muut välineet palautetaan niille kuuluville paikoille harjoituksen jälkeen**
- 6. Painoja ei saa pudottaa yläsalissa lattialle**
- 7. Noudatetaan kuntosalin aukioloaikoja**
- 8. Epäkunnossa olevasta laitteesta ilmoitetaan QR-koodilla tai henkilökunnalle**
- 9. Huomioidaan kuntosalin muut käyttäjät**

PERUSTELUT SÄÄNNÖILLE JA SEURAAMUKSET NOUDATTAMATTA JÄTTÄMISESTÄ

JOKAISEN SÄÄNNÖN NOUDATTAMATTA JÄTTÄMISESTÄ VOI SEURATA KULKUOIKEUDEN POISTAMINEN EIKÄ NÄISSÄ TAPAUKSISSA KÄYTTÄMÄTTÄ JÄÄNYTTÄ AIKAA KORVATA

- 1. Kuntosalikorttiin liittyvistä väärinkäytöksistä (esim. päästää kortilla sisään toisen henkilön tai luovuttaa kortin toisen henkilön käyttöön) seuraa ensimmäisellä kerralla huomautus. Mikäli väärinkäytökset jatkuvat, salikortti mitätöidään ja käyttämättä jäänyttä aikaa ei korvata.**
- 2. Jokainen kuntosalin käyttäjä kuntoilee oman kuntonsa mukaisesti ja on siitä vastuussa (painot, laitteet ja intensiteetti). Kunta ei ole velvollinen korvaamaan, jos joku loukkaantuu tekemänsä treenin seurauksena. Tapaturman varalle jokainen on itse velvollinen huolehtimaan vakuutukset.**
- 3. Kuntosali ei ole lasten leikkipaikka. Lisäksi useimmat kuntosalilaitteista ovat mitoitettu aikuisille, joten ne eivät sovellu pienten lasten käytettäväksi.**
- 4. Päihteiden käyttö, päihtyneenä harjoittelu ja oleilu kuntosalilla on kiellettyä. Alkoholin, tupakkatuotteiden (nuuska, vape, nikotiinipussit, tupakka) ja muiden päihdyttävien aineiden käyttö ei ole sallittua kuntosalilla.**
- 5. Jätä kuntosali siistiin kuntoon, jotta seuraavan käyttäjän on mukava tulla harjoittelemaan. Tämä helpottaa myös salin siivoamista, lattioiden ja laitteiden puhdistamista.**
- 6. Ylemmän kerroksen lattiamateriaali ei kestä painojen pudottamista siihen ja painot voivat myös hajota pudottamisen seurauksena. Alakerran lattiamateriaali kestää paremmin painojen pudottamista ja on turvallisempi tila sitä varten.**
- 7. Kuntosali on auki joka päivä klo 5–23 niille treenaajille, jotka ovat lunastaneet ovikortin. Ovikortin lukija sulkeutuu klo 22:00. Muutamia ryhmävuoroja on varattu kuntosalille ja toiveena on, että muut käyttäjät ajoittavat treeniaikansa näiden aikojen ulkopuolelle. Varatut vuorot näkyvät Tilavarauuskalenteri Timlessä sekä kuntosalin pukuhuoneiden ilmoitustauluilla.**

- 8. Laitteviasta ilmoitetaan sähköisesti QR-koodilla, joka löytyy kuntosalin ovista. Vian voi käydä myös ilmoittamassa kahvioon liikuntakeskuksen aukioloaikoina.**

- 9. Jos salilla on paljon kävijöitä samanaikaisesti, niin sopikaa laitteilla vuorottelusta, että kaikki pääsevät tekemään haluamansa treenin. Vältetään voimakkaita hajusteita. Tartuntatautien leviämisen ehkäisyksi välttä salilla käymistä, jos sinulla on flunssa tms. herkästi pisaratartuntana leviävä sairaus. Huolehditään hyvästä käsihygieniasta.**