



Yleisen viihtyvyyden takaamiseksi ja muiden salilla harjoittelevien huomioimiseksi kaikki Tapanilan Urheilukeskuksen kuntosalilla harjoittelevat sitoutuvat noudattamaan seuraavia kuntosalin pelisääntöjä:

1. Muiden käyttäjien huomioiminen

- Huomioithan kanssa treenaajat ja nouset laitteesta taukosi ajaksi
- laukut, ulkokengät ym. henkilökohtaiset varusteet säilytetään niille varatuissa tiloissa (pukuhuoneet, seinustat)
- palautathan painot/välineet käytön jälkeen takaisin
- Huomioithan painorajat laitteissa, säkin potkiminen vain sukkasillaan tai painitossuilla
- Käytä sisäliikuntaan tarkoitettua kenkiä sekä salille sopivia urheiluasuja. Ethän treenaa ilman paitaa tai paljain jaloin
- Käytäthän vain korkillisia juomapulloja, ei mukeja
- Nestemäisen magnesiumin käyttö on sallittua
- Laskethan painot hallitusti alas.

2. Oma kuntosalikortti on henkilökohtainen

- vain yksi sisäänpääsy/ avainkortti (et saa päästää toista asiakasta salille omalla kortillasi)
- omaa korttia ei saa antaa toiselle asiakkaalle käyttöön
- 3-12 kuukauden kuntosalikortti voidaan siirtää ajallisesti eteenpäin erityisestä syystä (lääkärintodistus tms. selvitys)

4. Väärinkäytökset

- Kortin leimaamatta jättäminen asianmukaisesti aiheuttaa kortin jäädytyksen 6kk ajaksi.
- Mikäli asiakas rikkoo sääntöjä eikä toimi muita huomioon ottaen, voidaan jo maksetut ja käytössä olevat kortit sulkea.
- Kortittoman salille päästävän kortti jäädytetään 6kk ajaksi.
- Ohjeiden vastaisesti toimimalla rikotut välineet (esim. potkusäkki) rikkoja korvaa täysimääräisinä.
- Jatkuvasta sääntöjen vastaisesta toiminnasta voidaan asiakkaalta kieltää kokonaan kuntosalin käyttö.

5. Tapaturmat ja varkaudet

- Tapanilan Urheilukeskuksen kuntosalilla asiakas harjoittelee ja liikkuu omalla vastuullaan.
- Ikäraja salille on 15 vuotta.
- Urheilukeskus ei vastaa mahdollisista henkilövahingoista tai asiakkaan henkilökohtaisista tavaroista (lompakot, puhelimet, avaimet, vaatteet jne).