

# KUNTOSALIN SÄÄNNÖT

1. Vie käyttämäsi kahvat, painot, tangot ja välineet takaisin omille paikoilleen.
2. Huomioi myös allergikot, älä käytä liikaa hajusteita.
3. Jos käytät magnesiumia, käytä sitä siististi. Nestemäinen magnesium sotkee vähemmän ja antaa paremman pidon.
4. Käytä tarvittaessa hikipyhettä suojaamaan laitetta.
5. Pyyhi laitteet tarvittaessa käytön jälkeen. Pyyhkimiskangasta ja desifiointiainetta löydät monesta paikasta.
6. Käytä vain korkillisia juomapulloja, mukit tai tölkit eivät ole sallittuja kuntosalilla.
7. Käytä vain sisäliikuntakenkiä, ulkokengillä ei saa treenata sisällä.
8. Huomioi aina myös muut liikkujat.
9. Saavu ajoissa ryhmäliikuntatunnille, kesken tunnin ei saa mennä sisään.
10. Pukukaapit ovat vain treenin aikaiseen säilytykseen, yön yli lukitut kaapit tyhjennetään.
11. Jäsenkortittoman sisäänpäästäminen johtaa jäsenyyden menetykseen.
12. Leimaa liikuntakorttisi aina tiskillä tullessasi sisään.
13. Laita aulassa kengät siististi, älä jätä kenkiä keskelle lattiaa.
14. Salilla muiden ihmisten kuvaaminen ilman lupaa on kielletty.
15. Älä jätä liikuntavälineitä varauloskäyntien eteen.
16. Laita roskat roskikseen. Nuuskan lattialle tai laitteeseen jättämisestä kortti sulkeutuu välittömästi ja maksuja ei palauteta.
17. Lapset eivät saa juosta vapaana kuntosalin tiloissa. Noudatamme Tukesin turvallisuussääntöjä. Huolehdi, että lapsesi pysyy lapsiparkissa ja saatat hänet sinne ja takaisin.