

NUTZUNGSORDNUNG

für die Trainingsräumlichkeiten im **KRAFTREICH**

ZUGANGSBERECHTIGUNG

In den Trainingsräumlichkeiten können ausschließlich diejenigen trainieren, die sich entsprechend online oder vor Ort bei der Rezeption angemeldet haben. Die Räumlichkeiten sind **ganzjährig** von **Montag bis Sonntag von 09:00 bis 22:30 Uhr** geöffnet. Sonderöffnungszeiten und kurzfristige Änderungen werden über Aushänge vor Ort oder Informationen auf der Homepage bekannt gegeben.

ALLGEMEINE RICHTLINIEN

Die Fitness- und Umkleieräume dürfen nur mit sauberen Schuhen betreten werden. Das Training darf nur in festen Hallenschuhen mit abriebfester Sohle durchgeführt werden. Ausgenommen sind Yogakurse. Es ist geeignete Sportbekleidung zu tragen.

Die Nutzung der Geräte setzt einen verantwortungsvollen Umgang voraus. Sitzflächen und Lehnen sind mit einem Handtuch zu bedecken und gegen Schweißkontakt zu schützen. Nach Benutzung der Cardiogeräte sind die Kontaktflächen mit den zur Verfügung stehenden Pflegemitteln zu reinigen. Nach dem Training an einer Station sind die Hantelstangen und -scheiben wieder wegzuräumen. Matten, Bälle etc. sind wieder an die dafür vorgesehenen Plätze zu bringen.

Für Taschen und Wertgegenstände wird keine Haftung übernommen. In der Umkleidekabine gibt es verschließbare Spints. Bitte auf andere Teilnehmer Rücksicht nehmen und die Musiklautstärke im Trainingsraum anpassen. Eigene Musik darf nur über Kopfhörer gehört werden, sofern sich andere Personen im Trainingsraum befinden. Das Mitbringen von Tieren ist verboten. Es sind keine Glasflaschen in den Trainingsräumen erlaubt und der Konsum von alkoholischen Getränken und Drogen ist untersagt. Rauchen ist verboten. Bitte keinen Müll liegen lassen.

SICHERHEITSREGELN

Bei nicht korrekter Funktion eines Geräts während des Trainings ist die Nutzung sofort einzustellen und einem/r Trainer/in oder an der Rezeption zu melden. Vor Beginn des Trainings das gewünschte Gewicht auswählen und sicherstellen, dass die Sicherung der Gewichtsscheiben korrekt auf der Hantelstange sitzt. Vorsicht Unfallgefahr! Beim Training an Zuggeräten ist die Zugrichtung unbedingt einzuhalten. Übermäßige Abweichungen von der vorgegebenen Zugrichtung sind zu vermeiden. Es ist besonders darauf zu achten, dass durch die Übungen keine anderen Personen gefährdet werden. Sicherheitsabstand wahren! Bei Cardio-Geräten keine Einstellungen ohne Kenntnis der Vorschriften und Nutzungsregeln vornehmen. Rote Sicherheitschnur unbedingt an Kleidung anbringen!

Den Weisungen des Personals ist immer Folge zu leisten. Die Trainer/innen können den sofortigen Abbruch von Übungen veranlassen, wenn diese - nach eigener Einschätzung - die Gesundheit der trainierenden Person oder die Gesundheit anderer Personen gefährdet bzw. die Gefahr einer Gerätebeschädigung besteht!