

Trivselregler ERC Gym

- Visa hänsyn till övriga medlemmar
- Dagtid vardagar bedrivs även fysioterapeutisk träning i lokalerna – visa hänsyn till patienter och terapeut.
- Registrera alltid gymkortet i läsaren utanför entrén innan du tränar
- Använd alltid inomhusskor i gymmet
- Ställ utomhusskor på skostället vid entrén
- Jackor och väskor ska låsas in i omklädningsrummen
- Tvätta alltid av konditionsmaskin, gymmaskin eller vikter efter dig
- Håll ordning och reda i gymmet, lägg tillbaka redskap efter dig
- Talk är inte tillåtet i lokalen
- Energidryck är inte tillåtet på delen för fria vikter
- Glasflaskor är inte tillåtet på gymmet
- All form av dopning är otillåtet
- Medlem kan komma att testas för dopning och måste då genomföra test
- Medlem får inte träna påverkad av alkohol eller narkotika
- Fotografering i omklädningsrummen är otillåten
- Du måste lämna gymmet i tid innan stängning. Om du är kvar i lokalen efter stängning och larmet går debiteras du för utryckning.