

Kuntosalin turvallisuus- ja järjestyssäännöt

Kirkkonummen Palvelukeskus (2020-2021)

- ❖ Kulkukortin kuntosalikerrat ovat voimassa 365 päivää ostopäivästä. Ei koske kuukausikortteja.
- ❖ Kulkukortti on henkilökohtainen.
- ❖ Kuntosalille mentäessä kulkukortti tulee leimata oven vieressä olevaan kortinlukijaan.
- ❖ Treeniaika ja yhden leimauksen käyttöaika 2 tuntia. Voit kulkea ovista useamman kerran tuon kahden tunnin aikana.
- ❖ Ulkopuoliset toimijat (PT:t) eivät saa tehdä kuntosaliohjelmia salillamme.
- ❖ Kuntosaliharjoittelu kielletty alle 15-vuotiaille.
- ❖ Sääntöjen noudattamatta jättämisestä seuraa kulkukortin mitätöinti.

Turvallinen harjoittelu

- * Kuntosalilla on tallentava kameravalvonta vuorokauden ympäri.
- * Jokainen harjoittelee kuntosalilla omalla vastuullaan. Palvelukeskuksella ei ole vakuutusta asiakkaiden turvaksi.
- * Hyödynnä ohjaaja-tunteja tai ota yhteyttä Palvelukeskuksen fysioterapeutteihin, jotka tekevät kuntosaliohjelmia. Yhteystiedot löytyvät nettisivuiltamme kirkkonummenpalvelukeskus.fi
- * Kunnioita kaikkien käyttäjien oikeutta harjoitella turvallisesti ja viihtyisästi.
- * Säädä maltilla ääntä tv:ssä ja radiossa.
- * Vältä puhumista kännykkään kuntoilutiloissa.

Huomioi hygienia

- * Vältä voimakkaita hajusteita salilla.
- * Käytä sisäliikuntaan tarkoitettuja jalkineita tai tossuja.
- * Käytä hikipyyhettä ja omaa korkillista juomapulloa.
- * Puhdista laite tai väline käyttösi jälkeen kuntosalilta löytyvillä desinfiointiaineella ja käsipaperilla.
- * Tupakointi ja alkoholin nauttiminen tiloissa on kielletty.
- * Palvelukeskus ei vastaa omaisuudestasi, käytä lukollisia lokeroita.
- * Tavaroiden säilyttäminen pukukaapeissa yön yli on kiellettyä.
- * Ota tarvittaessa yhteys henkilökuntaan, tai jätä palautetta punaiseen postilokeroon.