

Miteinander-Regeln verbunden mit einem Dankeschön...

Allgemein

1. ...dass Du Dich mit Deiner Mitgliedskarte eincheckst. Dadurch bist Du während Deines Aufenthaltes bei uns versichert.
2. ... dass Du weder Glasflaschen noch Flaschen mit kleinem Rand (Hygiene) mitbringst.
3. ... dass Du keine Wertgegenstände in die Schließfächer legst, da wir dafür keine Haftung übernehmen. Die Schließfächer werden abends geöffnet.
4. ... dass Du die Parkgarage nur während der Zeit des Trainingsaufenthaltes nutzt.
5. ... dass Du Dich immer so verhältst, dass andere Teilnehmer weder im Training, noch bei der Entspannung beeinträchtigt oder gestört werden,
6. ... dass Du darauf achtest, dass Deine Kinder sich nicht auf der Trainingsfläche aufhalten.

Trainingsfläche & Kursraum

7. ... dass Du die Trainingsflächen nur mit sauberen Sportschuhen betrittst.
8. ... dass Du keine Taschen auf den Trainingsflächen, im oder vor dem Kursraum abstellst.
9. ... dass Du aus Hygienegründen während des Trainings ein Handtuch als Unterlage auf Geräten und Matten verwendest.
10. ... dass Du Ausdauer- und Kraftgeräte nach Gebrauch vom Schweiß reinigst.
11. ... dass Du nicht in Unterhemden oder ausgeschnittenen Muskelshirts trainierst.
12. ... dass Du Hanteln und Gewichte nach Gebrauch wieder in die entsprechenden Vorrichtungen zurück stellst.
13. ... dass Du rechtzeitig zum Kurs erscheinst und weißt, dass bei überfüllten Gymnastik-kursen (Slotausbuchung) kein Anspruch auf Kursteilnahme besteht.

Sauna

14. ... dass Du aus Hygienegründen vor dem Saunieren duschst und ein großes Handtuch unterlegst, und – bei gefärbten Haaren - ein extra Handtuch für den Kopf nutzt.
15. ... dass Du keine Saunaliegen während des Saunierens reservierst und auch dort ein großes trockenes Handtuch unterlegst.
16. ... dass Du während der Menstruation nicht in die Sauna gehst.
17. ... dass Du aus Hygienegründen auf Rasuren unter den Duschen verzichtest.
18. ... dass Du im Saunabereich nur leise redest und Dein Handy nicht mitnimmst.
19. ... dass Du die Sauna 30 Minuten vor Schließung verlässt.



Danke, dass Du Dich allen anderen gegenüber freundlichen und respektvoll verhältst und den Aufforderungen der Mitarbeiter jederzeit Folge leistest.