



HÁZIREND



A Házirend célja, hogy meghatározza a Sebi GYM SE. konditermében tartózkodó személyek (szolgáltatásokat igénybevevők és egyéb használók) egymás közötti magatartását és azokat az alapvető szabályokat, melyek a kulturált szolgáltatói tevékenység magas színvonalon történő végzése érdekében elengedhetetlen. Továbbá előírja a konditerem rendeltetésszerű használatára, állagának megőrzésére, biztonságos üzemeltetésére szolgáló más szabályokban nem rögzített követelményeket.

Tisztelt Vendégeink, kérjük Önöket, hogy a következő rendszabályokat a kulturált sportolási lehetőségek folyamatos biztosítása érdekében tartsák be.

1. A konditerem területére belépni csak **érvényes bérlettel vagy napijeggyel** lehet! Az öltözőbe, konditerembe, csak a recepción történő bejelentkezést követően lehet bemenni! **A bérletek névre szólnak, csak tulajdonosaik vehetik igénybe**, ez alól a családtagok sem számítanak kivételnek. A bérletben foglalt szolgáltatások a bérleten feltüntetett **lejáratási időn túl nem vehetők igénybe!**
2. **A teremben váltócipő és törölköző használata kötelező!**
3. A terem eszközeit mindenki kizárólag **saját felelősségére – fitességi állapotát ismerve – használhatja!**
4. **A teremben 15 éven aluli személy nem tartózkodhat!**
5. **Edzőterem területén TILOS:**
 - a. a **dohányzás és az alkohol fogyasztása; poharas ital fogyasztása;**
 - b. az olyan tevékenység, amely a Sebi GYM SE. szolgáltatási tevékenységen kívül esik, jogszabályba ütközik, illetve közérkölcst sért,
 - c. minden, másokat erős zajjal, szaggal vagy egyéb környezeti ártalommal járó zavaró tevékenység;
 - d. **drogok, tiltott doppingszerek, narkotikumok fogyasztása vagy ezekkel való visszaélés, ill. bármely veszélyes anyag és/vagy tárgy, (robbanóanyagok, pirotechnikai eszközök, fegyverek) illetőleg állat bevitele;**
 - e. **Tilos mások zavarása gyakorlat közben!** A sportág nagy koncentrációs igényei és a koncentráció elvesztése balesetet eredményezhet!
 - f. **A terembe ételt bevinni tilos!**
 - g. **Tilos a szereken pihenni, hangoskodni, a terembei eszközöket kivinni!**
6. Az öltözőbe a konditeremben található kulccsal lehet lejutni. Kérjük, hogy az öltöző mindenkor (kulccsal történő) **zárva tartására fokozottan figyeljete!**
7. **Kérjük, hogy használat után a súlyzókat és tárcsákat tegyék vissza a helyükre, lehetőleg minél kevesebb zajjal! A súlyokat és a tárcsákat padra rakni, dobálni tilos!**

8. **Kérjük, hogy a kihelyezett magnéziumot kizárólag olyan gyakorlatoknál használjátok, ahol elengedhetetlen a csúszásgátlás.** Kérjük továbbá, hogy fokozottan figyeljeteK arra, hogy porozásnál a magnézium ne szóródjon szét se a padlóra, se az eszközökre.
9. Nagy súlyokkal történő edzés során - az esetleges balesetek elkerülése végett - mindig **kérjeteK meg valakit, hogy szükség esetén segítsen.**
10. Azon vendégeink, akik rendszeresen nem edzenek, a gépek használatához és a fizikai erőnlétüknek megfelelő gyakorlat mennyiségek meghatározásához kérjék edzőnk segítségét!
11. A teremben elhelyezett eszközök épségét mindenki köteles megóvni, azért **mindenki anyagi felelősséggel tartozik!**
12. A sérülések megelőzése érdekében az **edzés előtt megfelelő bemelegítés** végzése ajánlott, érdemes kardió gépeken kezdeni az edzést!
13. Kérünk mindenkit, vigyázzon személyes tárgyaira és értékeit helyezze el az értékmegőrzőben! **Az öltözőben vagy máshol hagyott tárgyakért nem vállalunk felelősséget!**
14. Bármiféle **reklámot csak az egyesület vezetőjének engedélyét** követően szabad a konditerem területén elhelyezni!
15. A talált tárgyakat a recepción kell leadni!
16. Kérjük, **a műanyag flakonokat a kihelyezett szemetesekbe** dobjátok!
17. Mindannyiunk kellemes itt tartózkodása érdekében **kérjük a tisztaságot megőrizni!**
18. Minden használat előtt ellenőrizni kell a gépek és a felszerelések állapotát, amennyiben **rendellenesség, vagy műszaki hiba észlelhető, azt haladéktalanul közölni kell az edzővel!**
19. **Betegen nem látogatom a konditermet,** egyben kijelentem, hogy ismert, a tevékenységben gátló vagy másra veszélyes betegségem nincs!
20. **A házirendben foglaltak megszegése esetén** a szabálytalankodó figyelmeztetésre kerül, ha ez nem vezet eredményre, akkor a vendéget távozásra szólíthatja fel, illetve a tagok sorából kizárhatja! A kiutasított szabálytalankodó vendég az üzemeltetővel szemben semmilyen követeléssel nem élhet!
21. A teremben és mellékhelyiségekben **gondatlanságból okozott károkért vendégeink felelősséggel tartoznak!**
22. Kérjük a **kardió gépek használat utáni rövid fertőtlenítését,** különös tekintettel az érzékelő- és kapaszkodó felületekre!

A bérletek illetve napijegyek megvásárlása és szolgáltatásaink igénybevétele a házirend elfogadását jelenti! A házirend előírásainak többszöri és tudatos be nem tartása kizárást von maga után!

A Házirend a recepción kifüggesztésre került, a honlapunkon szintén megismerhető, mely a konditerem területén tartózkodó összes vendégre vonatkozik.