



# REGLER FOR BRUG AF FITNESS-RUMMET I KANSLERGÅRDEN

**Rummet må benyttes alle dage mellem  
kl. 7.00- 21.00**

## **Hvem må benytte fitness-rummet:**

- Du skal bo i et lejemål, der har betalt for medlemskab.
- Du skal være over 18 år.
- Du må ikke medbringe gæster, som ikke bor i husstanden.

## **Hvordan benyttes fitness-rummet/maskinerne:**

- Maskinerne må KUN benyttes med indendørs fodtøj/træningssko.
- Der er lavet sæder og skohylder, så man bekvemt kan skifte til indendørs sko.
- Der er ingen tidreservationer - benyt maskinerne med indbyrdes forståelse.
- Ønskes instruktion i brug af maskinerne, er du velkommen til at kontakte Vittorio Caira på tlf. 20 86 76 57.

## **MASKINERNE BENYTTES PÅ EGET ANSVAR!**

### **Ryd op efter dig og sluk lyset når du forlader fitness-rummet**

- Gulvet bliver rengjort 1 gang hver 14. dag af et rengøringsfirma.
- Al øvrig rengøring varetages af os brugere, så tøm de fulde affaldsposer i renovationen i gården, og vær med til at holde orden i fitness-rummet.

### **Hvad må du ikke!**

- Ophold i rummet må kun ske i forbindelse med træning, al andet ophold er forbudt!
- Du må ikke medbringe gæster.
- Du må ikke ryge i fitness-rummet
- Du må ikke indtage euforiserende stoffer eller drikke alkohol under dit ophold i fitness-rummet – dette er vigtigt af hensyn til din egen sikkerhed ved brug af maskinerne.
- Du må ikke spille høj musik, benyt headset, hvis der ønskes musik til træningen.

**Overtrædelse af reglerne kan medføre karantæne for brug af rummet i et halvt år, hvilket er lig med, at alle nøglebrikker tilhørende lejemålet spærres.**

**Ved fejl på maskiner, kan ejendomskontoret eller Vittorio Caira kontaktes.**

Venlig hilsen  
Afdelingsbestyrelsen

*Reglerne er godkendt på Kanslergårdens afdelingsmøde d. 27. april 2015*

**Træn med omtanke**