

Reglement for bruk av treningsrommet i Sørfoldhallen

Revidert desember 2021

1. All trening og opphold i treningsrommet skjer på eget ansvar.
2. Alle som bruker treningsrommet må ha gyldig nøkkelkort. Slikt kort får du ved å henvende deg til avdelingsingeniør bygg hos Sørfold kommune på epost: johanne.sjones@sorfold.kommune.no . Depositum ved utlevering av kort er kr 100,-. NB! Kortet er personlig og må IKKE lånes ut til andre.
3. Nedre aldersgrense for bruk av treningsrommet er 14 år.
4. Dersom du er under 18 år må du være i følge med en voksen eller under oppsyn av voksne under organisert trening/aktivitetstilbud. Fra fylte 16 år kan du trene uten følge med en voksen dersom du har en godkjent treningsavtale. Avtalen gjøres mellom utøver, foresatte, og Sørfold kommune v/Kulturkontoret.
5. Av sikkerhetsmessige grunner anbefales at du ikke trener med frivekter når du er alene i treningsrommet.
6. Bruk av rusmidler og prestasjonsfremmende midler er strengt forbudt.
7. Rydd opp vekter, matter og annet utstyr etter bruk. Bruk T-skjorte / treningstopp som dekker rygg og skuldre. Tørk over treningsapparater, vekter og benker med vaskespray etter bruk forløpende. Søppel kastes i søppelboksen.
8. Mat og drikke (unntatt vann) er ikke tillatt på treningsrommet.
9. Utvis vennlighet, respekt og velvilje overfor de som trener sammen med deg: Slipp andre til treningsapparatene mellom dine treningspass. Trenger du en pause kan du sette deg på benkene i gangen utenfor treningsrommet. Reguler treningsmusikk, telefonbruk og annet slik at den ikke er til sjenanse for noen.
10. Det er ikke tillatt å ta bilder eller filme de som trener på treningsrommet.
11. Bruk treningsrommet kun på tider som er tilgjengelig for deg eller etter avtale med de brukere som har avtalt treningstid. Se oppslag på treningsrommet eller info på nettiden til Sørfold kommune.
12. Slukk lyset og sjekk at døren er låst når du forlater treningsrommet som siste bruker.

Ta ansvar og bruk treningsutstyret på en sikker og forsvarlig måte.

Informér vakthavende vaktmester dersom du oppdager feil, mangler eller at noe er ødelagt.

Ha ei flott treningsøkt