

# JÕUSAALI SISEKORRAEESKIRI

- Jõusaali tulles registreeri ennast alati administraatori juures.
- **Alla 8 aastastel lastel on jõusaalis viibimine keelatud!**
- 8-13 aastased lapsed võivad jõusaalis treenida ainult koos täiskasvanud treeneri, juhendaja või lapsevanemaga, kes viibib treenitava kõrval ja juhendab kogu treeningu kestel!
- Alates 14. eluaastast saab jõusaalis treenida iseseisvalt.
- Jõusaali tule treeningjalanõudega, mida kasutad ainult siseruumides, **ÄRA TREENI PLÄTUDES EGA PALJAJALU!**
- Jõusaalis kasuta alati sobivaid riideid (**palja ülakehaga treenimine on keelatud**).
- **Puhasta alati treeningseade pärast kasutamist**, puhastusaine on jõusaalis seinal.
- Soovitame kasutada treeningrätikut.
- Küsi julgesti nõu treenerilt harjutuste, treeningseadmete kasutamise või reguleerimise kohta.
- Ära hõiva treeningseadmeid ainult endale, anna puhkepauside ajal võimalus neid ka teistel kasutada.
- Ära lase raskustel ja hantlitel põrandale kukkuda, pane raskused alati peale kasutamist riiulile tagasi.
- Ära tõsta raskuseid pingi polsterdatud kohale.
- Jõusaali vara tahtlik rikkumine või varastamine toob kaasa klubikeelu.
- Ära lase jõusaali kõrvalisi isikuid.
- Jõusaali pääsmele kirjutab administraator kehtivus aja, palume seda jälgida ning omavoliliselt seda muuta ei tohi.
- Jõusaali pääse on nimeline ning seda on keelatud edastada kolmandale isikule.
- Spordihoonesse pääseb E-N kuni kella 20.00-ni ning tuleb lahkuda hiljemalt 21.00 ja R kuni kella 19.00-ni ning tuleb lahkuda hiljemalt 20.00

Kui jõusaali külastaja ei pea kinni Jõusaali Sisekorraeeskirjadest on õigus administraatoril tühistada jõusaali pääse ning maksumust ei tagastata.

**Meil on videovalve!**