

TURVALLISUUS- JA JÄRJESTYSSÄÄNNÖT

ELIXIAN kuntosalilla on turvallista ja viihtyisää treenata, kun noudatat ja kunnioitat turvallisuus- ja järjestyssääntöjämme.

1. Noudata ELIXIAN henkilökunnan antamia ohjeita treenaamisesta ja välineiden käytöstä.
2. Käyttäydy salilla hyvän tavan mukaisesti ja kunnioita treenikavereita.
3. Ainoastaan ELIXIAN henkilökunta voi ohjata ja treenauttaa jäseniä salilla.
4. Loukkaantumisvaaran takia alle 15-vuotiailla lapsilla ei ole pääsyä harjoitussaleihin tai puku huoneisiin. ELIXIAN lastenhoidon ja muiden erityistilanteiden ja jäsenyyksien yhteydessä, ELIXIA voi sallia lasten pääsyn keskuksen.
5. Tullessasi salille ota ulkokengät pois jalasta ja jätä ne niille osoitetuille paikoille tai pukukaappiin.
6. Käytä treenatessa treenivaatteita ja sisäliikuntakenkiä. Paljain jaloin ja sukat jalassa harjoittelu on kielletty. Paljas ylävartalo tai epäasiallisesti koettava pukeutuminen ei ole sallittua ELIXIAssa.
7. Huolehdi puhtaudestasi ja henkilökohtaisesta hygieniasta. Käytä pientä pyyhettä salilaitteiden alustoilla. Huomioi allergikot hajusteiden käytössä.
8. Salilla voi käyttää vain nestemäistä magnesiumia.
9. Kuivaa laitteet käytön jälkeen. Löydät käsipaperia ja puhdistusainetta useista eri paikoista salilla.
10. Painojen pudottelu on kielletty. Käsittele treenivälineitä ja painoja turvallisesti.
11. Treenin jälkeen palauta käyttämäsi painot ja treenivälineet niille kuuluville paikoille.
12. Salilaitteiden varaaminen kokonaan omaan käyttöön on kielletty.
13. Saavu ryhmäliikuntatunnille ajoissa. Tunnille osallistuminen kesken tunnin on kielletty.
14. Jäsentä pyydetään välttämään matkapuhelimen käyttöä.
15. Noudata salilla hyvän valokuvauksen pelisääntöjä. Salimme ei ole julkinen tila, muiden jäsenten kuvaaminen ilman lupaa on kielletty.
16. ELIXIA suhtautuu kielteisen torjuvasti dopingiin ja huumeisiin. ELIXIAN antidopingsääntö (WADA) kieltää ehdottomasti suorituskykyä kohottavien aineiden käytön sekä työntekijöiltään, että jäseniltään.
17. ELIXIA ei vastaa jäsenen menetetyistä omaisuuksista kuntosalin sisällä.
18. Tavaroiden säilyttäminen pukukaapeissa yön yli on kielletty. Tarkastamme kaapit säännöllisesti. Pukukaappeihin jääneitä tavaroita säilytämme 14 vuorokautta.
19. Huomioithan, että keskukselta tulee olla poistunut sulkemisaikaan mennessä.
20. Jos huomasit että jokin laite on rikki, infoathan siitä asiakaspalvelua.

Turvallisuus- ja järjestyssääntöjen noudattamatta jättäminen oikeuttaa jäsensopimuksen irtisanomiseen.

**KIITOS, ETTÄ NOUDATAT TURVALLISUUS-
JA JÄRJESTYSSÄÄNTÖJÄMME.**

SINUSSA ON VOIMAA

ELIXIA

SAFETY AND HOUSE RULES

It is safe and cosy to train at ELIXIA, if you follow and respect our safety and house rules.

1. Follow the instructions about the training and the use of the equipment given by the ELIXIA staff.
2. Remember good manners and respect the fellow trainees.
3. Only the ELIXIA staff is allowed to give training instructions to the members.
4. Due to the risk for injuries, the children under 15 years of age are not permitted to enter the training areas or the locker rooms. The children may be granted admission to the club in connection with the ELIXIA childcare services, other special occasions and memberships.
5. Leave your outdoor shoes on the appointed place or in your locker.
6. Use training clothes and indoor training shoes. It is prohibited to train barefoot or on socks. It is not allowed to train with bare upper body or use clothing that is considered inappropriate.
7. Take care of tidiness and your personal hygiene. Use a small towel on the platforms of the training equipment. Notice that there are people allergic to perfumes.
8. You are only allowed to use fluid magnesium in the gym.
9. Wipe the training equipment after the use. Tissue paper and detergent are available at several points around the gym.
10. Don't drop the weights. Handle the training equipment and weights safely.
11. After the use return the weights and the training equipment in their own place.
12. It is not allowed to reserve the training equipment entirely for your own use.
13. Be in time in the group training class. It is not allowed to enter the class after the class has started.
14. Avoid the use of the mobile phone.
15. Follow the photography etiquette. The club is not a public place; it is prohibited to take photos or video from other members without permission.
16. ELIXIA takes a negative attitude towards doping and drugs. ELIXIA's anti-doping rule (WADA) absolutely prohibits the staff and the member from the use of performance-enhancing drugs.
17. ELIXIA is not responsible for the member's lost property in the gym.
18. It is prohibited to keep your belongings in the lockers over the night. We check the lockers regularly. The belongings that have been left in the lockers will be retained for 14 days.
19. Remember to leave the club by the closing time.
20. Inform the customer service for any broken or defective equipment.

ELIXIA has the right to terminate the membership if you don't follow the safety and house rules.

***THANK YOU FOR FOLLOWING OUR
SAFETY AND HOUSE RULES.***

SINUSSA ON VOIMAA

ELIXIA