



Ordningsregler

För att erhålla tillträde till den gemensamma styrketränningslokalen i hus Tor skall följande dokument undertecknas och skickas till personalenheten, att: Margaretha Svensson

Följande ordningsregler är till för allas trivsel, och vi uppmanar dig att följa dem. Brott mot ordningsreglerna kan leda till avstängning.

1. Tillträde till styrketränningslokalen ges endast anställd vid HiG. Passerkortet är personligt och ska uppvisas tillsammans med giltigt legitimation på anmodan.
2. Plocka av och återställ vikterna på avsedd plats efter användning
3. Återställ redskap eller annan utrustning till rätt plats
4. Släpp ur luften ur tryckluftsmaskinerna efter användning
5. Torka av maskiner och bänkar efter användning
6. Solariet skall avtorkas med desinfektionsmedel och papper efter användning.
7. Använd ej skor som du har haft ute
8. Skräp skall slängas i papperskorgarna
9. Kläder eller annan personlig utrustning får ej kvarlämnas i omklädningsrum eller annat gemensamt utrymme
10. Om något träningsredskap går sönder meddelas detta omgående till nedanstående personer

Tips!

Att använda handduk under träningspasset är inget måste men kan öka din egen och andras trivsel i styrketränningslokalen samt underlätta avtorkning av utrustning!

Träning bör ej ske i bar överkropp!

Tänk på dina medtränande, tvätta träningskläderna ofta!

Felanmälan:

Björn Karlsson, Friskvårdsgruppen, bko@hig.se

Margareta Svensson, personalenheten msn@hig.se

Jag har tagit del av ovanstående ordningsregler

.....
Ort och datum

.....
Namnunderskrift

.....
Arbetsplats/institution

.....
Namnförtydligande

.....
Personnummer