



Hausordnung SVKfit des Sportverein Kirchzarten e.V.

Wir bitten dich freundlichst um Beachtung:

1. Gesundheit

1. Die Benutzung wird grundsätzlich jedem Mitglied gestattet, sofern nicht ansteckend krank, betrunken oder unter Einfluss von Medikamenten.
2. Du als Nutzer versicherst, körperlich gesund zu sein und insbesondere nicht an einer Krankheit oder Verletzung zu leiden, die eine Ausübung der Mitgliedschaft in Frage stellt.
3. Gesundheitsschädigungen aufgrund unsachgemäßen Gebrauchs der Geräte/Einrichtungen hat der Sportverein Kirchzarten e.V. nicht zu vertreten.

2. Allgemeine Hinweise zur Fitnessraumnutzung

1. Deine eigenen Getränkeflaschen nimmst du bitte wieder mit.
2. Im Bereich der Fitnessgeräte sind nur Plastikflaschen erlaubt.
4. Als Trainierende/r achtest du bitte darauf, dass anderen trainierenden Personen nicht beeinträchtigt werden.
3. Alle Aushänge im SVKfit sind zu beachten und deren Inhalte zwingend einzuhalten.
4. Sachbeschädigungen an den Sportanlagen und in den Räumlichkeiten des SVKfit (Fitnessraum, Duschen, Kabinen,...) werden auf Kosten deren behoben, die sie bewirkt oder verursacht haben.

3. Hygiene und Kleiderordnung

1. Aus hygienischen Gründen benutzt du beim Training ein großes Handtuch (mind. 70x140 cm), welches die Auflageflächen des Körpers auf Sitz- und Lehnflächen der Geräte und auf den Matten bedecken sollte.
2. Zum Training sind saubere, feste Sportschuhe mitzubringen, die nicht bereits als Straßenschuhe verwendet wurden. Deine Badelatschen, Flip Flops und Sandalen sind nicht erlaubt.
3. Straßenschuhe sind vor dem SVKfit auszuziehen. Als Straßenschuhe gelten alle Schuhe, die du vor Betreten des SVKfit getragen hast.
4. Saubere Sportbekleidung ist mitzubringen.
5. Aus hygienischen Gründen ist das Training nur mit bekleidetem Oberkörper gestattet.
6. Die Sitze und Griffe der Geräte müssen nach dem Benutzen mit dem vorhandenen Desinfektionsmittel und Tüchern gesäubert werden.

4. Ein- und Ausgang

1. Der Aufenthalt von Kindern im Gerätebereich ist nicht gestattet.
2. Minderjährige dürfen ab ihrem 15.Geburtstag die Geräte unter den folgenden Voraussetzungen nutzen:
 - a. einer schriftlichen Einverständniserklärung der Erziehungsberechtigten oder
 - b. in Begleitung eines Übungsleiters im Rahmen einer Übungseinheit
3. Das SVKfit darf aus Sicherheitsgründen nicht alleine genutzt werden. Es müssen sich mindestens 2 Personen im Raum befinden.



5. Nutzung der Trainingsgeräte

1. Die Nutzer sind an die Weisung der Trainer und Übungsleiter des Sportverein Kirchzarten e.V. bzw. der jeweiligen Aufsichtsperson gebunden.
2. Beim Training mit Gewichtsscheiben, die an den Hantelstangen befestigt werden, müssen immer Feststellringe benutzt werden.
3. Mit sämtlichen Kurz- und Langhanteln, sowie den Gewichtsscheiben darf nur im Freihantelbereich trainiert werden.
4. Gewichtsscheiben dürfen nur auf die dazu passenden Stangen montiert werden (bitte die Lochgröße beachten).
5. Die beweglichen Geräte wie z.B. Hanteln, Scheiben und dgl. müssen nach Gebrauch an den jeweiligen Aufbewahrungsort zurück gebracht werden.

7. Hinweise

1. Vor Beginn des Trainings, bei Ankunft im SVKfit checkst du bitte mit deiner Chipkarte am Empfang ein und nach Trainingsende wieder aus.
2. Wenn du das SVKfit als Letzter verlässt, sind folgende Punkte zu erledigen:
 - a. elektronische Geräte und Beleuchtung ausschalten
 - b. Fenster schließen
 - c. Eingangstür abschließen

Vielen Dank und viel Spaß beim Training!