



UNSERE SPIELREGELN FÜR EINEN **STRESSFREIEN TRAININGSABLAUF**

01

Bei Eintritt ins MediFitness bitte mit dem eGym-Band über unseren Check-in-Point einchecken.

02

Vor dem Verlassen des MediFitness bitte mit dem eGym-Band auschecken (Check-Out).

03

Bei An- und Abfahrt ist bezüglich der Lautstärke Rücksicht auf die Anwohner zu nehmen.

04

Das Rauchen ist im MediFitness untersagt.

05

Das Essen ist auf der Trainingsfläche untersagt.

06

Das Trainieren mit freiem Oberkörper ist aus hygienischen Gründen untersagt. Es ist auf eine angemessene, saubere Sportbekleidung zu achten.

07

Getränke dürfen nur in Plastikflaschen mitgeführt werden. Glasflaschen sind aus Sicherheitsgründen untersagt. Getränkeflaschen sind anschließend wieder mitzunehmen.

08

Umziehen bitte nur in den Umkleieräumen. Schließfächer (Spinde) sind nur während der Trainingszeit zu nutzen. Beim Verlassen des MediFitness sind die Schließfächer entsprechend zu leeren. Nach Schließung werden sämtliche Schließfächer geleert.

09

Das Training hat in angemessener Lautstärke stattzufinden. Die Mobiltelefone sind auf „lautlos“ zu stellen und das Telefonieren auf der Trainingsfläche ist nicht gestattet.

10

Jeder Besucher hat darauf zu achten, keine andere Person zu gefährden.

11

Die Trainingsgeräte sind pfleglich zu behandeln.

12

Das Reservieren von Geräten ist untersagt.

13

Alle Geräte sind sauber zu verlassen. Hierfür stehen Flaschen mit Desinfektionsmittel und Papierhandtücher zur Verfügung. Auf den Sitzflächen der Trainingsgeräte ist ein Handtuch aufzulegen. Handtücher sind mitzubringen.

14

Trainingsgegenstände (Hanteln, Stangen etc.) sind nach Gebrauch geordnet an Ihre Plätze zurückzustellen. Gewichte sind leise abzusetzen. Übertriebene Pressatmung sowie lautes Stöhnen o.ä. ist zu vermeiden.

15

Im Fitnessbereich sind feste, saubere Schuhe zu tragen.

16

Straßenschuhe sind auf der gesamten Trainingsfläche und in den Kursräumen nicht erlaubt.

17

Das Abstellen von Trainingstaschen auf der Trainingsfläche oder im Kursraum ist nicht erlaubt.

18

Kursteilnehmer werden gebeten sich am Check-in-Point des Kursraumes anzumelden.

19

Das Mitbringen von Tieren ist untersagt.

20

Bei Unstimmigkeiten und Problemen wenden Sie sich bitte an unsere Mitarbeiter. Den Anweisungen des Personals ist uneingeschränkt Folge zu leisten. Bei Verstößen gegen diese Hausordnung ist das Personal berechtigt, Ermahnungen und Hausverbot zu erteilen.

Wir machen Rüsselsheim gesünder!