

REGLER FOR MOTIONEN

1. For at kunne træne i Motionen, skal man være over 18 år, børn har ingen adgang.
2. Træning og ophold i Motionen er under eget ansvar. Det er egen forsikring, der dækker, hvis ulykken sker.
3. Man må IKKE tage gæster med.
4. Overhold træningstiden, forlad lokalet, når tiden er slut.
5. Maks. 30 minutter pr. maskine, så andre kan komme til.
6. Skift sko inden du træner – det er forbudt at træne med udendørssko.
7. Overhold god ro og orden, respekter de andre brugere.
8. Overholdes reglerne IKKE, lukkes brikken øjeblikkeligt og genåbnes IKKE igen.

1. Rygning forbudt.
2. Det er ikke tilladt at spise og drikke i lokalet. Dog må der drikkes vand i forbindelse med træning.
3. SPRIT maskinen af efter brug.
4. Ryd op efter dig selv.
5. Brug skraldespanden.
6. Lyset skal slukkes når man går.

1. Kontingent betales senest d. 5. i måneden eller kontakt første onsdag i måneden, hvis ikke lukkes brikken
2. Gitte og Grethe træffes på 20 99 56 30, send en sms eller på mail motion@askeroed.com.
3. Ved mistet brik, betales der kr. 100,00 for en ny.
4. Hvis en maskine går i stykker, tag et billede af maskinen og kontant venligst Ejendomskontoret på askeroed@bo-vest.dk
5. Der gøres jævnlige rent i Motionen.
6. Man kan træne hver dag mellem kl. 06:00 – 22:00. Søndag kun til kl. 20:00
7. På følgende tider er der kun adgang for kvinder:
Mandag kl. 14:00 - 18:00 /Tirsdag kl. 10:00 - 14:00 /Torsdag kl. 10:00 - 14:00 /Fredag kl. 14:00 - 18:00/Søndag kl. 10:00 - 14:00. Respekter det venligst.

1. Nøddugang – det er forbudt at åbne døren
2. Åbnes vinduerne, skal de lukkes inden man forlader lokalet
3. Ovenlysvinduet lukker automatisk