



Brf Sjötingan informerar

GYMREGLER

Öppettider*

Måndag – Torsdag 7.00 – 21.00

Fredag 7.00 – 21.00

Lördag – Söndag 10.00 – 19.00

*) Observera att dörren låses en halvtimme tidigare

1 person/medlem per nyckel/tag

Medlemskapet är personligt och läggs in på din tag

Åldersgräns 16 år, du måste kunna legitimera dig

Barn under 16 år får inte vistas i lokalen.

Torka av maskiner och dynor/bänkar efter användning
med anvisat medel och papper

Använd utrustningen enligt uppsatta instruktioner och med
gott omdöme

Vila inte i maskinerna utan ge andra en möjlighet
att träna mellan seten

Inga uteskor i lokalen. Använd gymnastikskor för inomhusbruk

Vårdad klädsel. Inga bara överkroppar.

Om vi alla hjälps åt att följa reglerna kommer alla att
trivas och få ut mer av sin träning

Överträdelse beivras med 6 månaders avstängning

Städning sker tisdagar och fredagar 8.00 - 8.30