

HÖLMENS

FITNESSCENTER

Att tänka på för trivsel

Checka alltid in dig

Gruppträning – boka dig för att vara säker på plats, avboka så reserv kan få platsen.

Använd inomhusskor

Använd träningskläder - bar överkropp passar bäst på stranden

Torka av maskinerna efter dig

Magnesium eller liknande är inte tillåtet att använda i lokalen

Släpp inte vikterna i golvet – utnyttja den extra träning det ger att lägga ner dem istället

Häng/ställ tillbaka vikter och lösa redskap som du använt

Köpa varor –betala innan – lätt att glömma annars

Åldersgräns 18 år

Ungdomar 13-17 år kan lösa ungdomskort och träna med målsman

Medföljande barn under 13 år får ej vistas i gymmet utan endast sitta i soffan

Vill du sola – swisha betalning innan påbörjad solning

Är ytterdörren stängd så vänligen stäng den efter dig

Har du frågor, synpunkter om detta eller har du kanske andra ideér?

Kom gärna till oss eller lägg en lapp i förslagslådan!

Väl mött!

Mattias & Daniel med personal

