

HUIS-/GEDRAGSREGELS FITNESS

Van harte welkom bij Hoenderdaal. Om ervoor te zorgen dat iedereen het naar zijn zin heeft bij Hoenderdaal, hanteren wij de volgende huis-/gedragsregels:

- ⇒ Fitness- en groepslessen ruimte uitsluitend betreden met schone en niet afgevenende sportschoenen.
- ⇒ Gebruik van een handdoek is verplicht, transpiratievocht dient na gebruik verwijderd te worden met de daarvoor bestemde reinigingsmiddelen.
- ⇒ Je dient fitnessapparatuur op een verantwoorde en veilige manier te gebruiken, vraag bij twijfel instructies aan een fitnessstrainer.
- ⇒ Het is niet toegestaan meerdere apparaten tegelijk bezet te houden.
- ⇒ Informeer bij onze fitnessstrainer naar de mogelijkheden om je trainingsschema aan te passen.
- ⇒ Ben je geïnteresseerd in een van onze (fitness) testen, informeer bij de fitnessstrainer naar de mogelijkheden.
- ⇒ Dranken in de fitness- en groepslessen ruimte uitsluitend nuttigen middels het gebruik van een bidon of afsluitbare fles.
- ⇒ Het nuttigen van etenswaren en gebruik van kauwgom is in de fitness- en groepslessen ruimte niet toegestaan.
- ⇒ Telefoneren in de fitness- en groepslessen ruimte is niet toegestaan.
- ⇒ Vrije gewichten dienen na gebruik opgeruimd te worden.
- ⇒ Voor gebruik van het sauna, dien je eerst te douchen.
- ⇒ Kinderen onder de 12 jaar mogen niet in de fitnessruimte komen.
- ⇒ Jassen en tassen zijn niet toegestaan in de fitness- en groepslessen ruimten. Deze kun je in de kleedkamer kosteloos opbergen in de daarvoor bestemde lockers.

■■■ **JE HAALT HET BIJ HOENDERDAAL**