

Hausordnung für Goldau

Damit sich alle wohlfühlen

Allgemeines

- Saubere Trainingsbekleidung.
- Saubere, geschlossene Sportschuhe, mit welchen Sie nicht von der Strasse kommen.
- Immer mit Handtuch trainieren.
- Essen und Trinken ist nur an den Tischen erlaubt – Ausnahme mit Bidon.
- Kinder haben keinen Zutritt zu den Trainingsräumen und den Garderoben, auch nicht in Begleitung Erwachsener.
- Kein Eintritt ohne Badge – Verlust kostet CHF 60.-.
- Bitte benutzen Sie das Handy diskret.

Garderoben

- Alle Strassenkleider, Schuhe, Taschen, Schlüssel etc. müssen in der Garderobe deponiert werden – bitte schliessen Sie Ihre Sachen wegen Diebstahlgefahr ein.
- Die Schliessfächer sind nur während der Trainingszeit zu nutzen, ansonsten werden Sie vom Personal geräumt.
- Rücksichtsvolle Besucher trocknen sich vor dem Verlassen der Nassräume gut ab und hinterlassen keine nasse Visitenkarte. Nachfolgende Besucher wissen es zu schätzen.

Kraftraum

- Es ist nicht erlaubt ohne T-Shirt bzw. barfuss zu trainieren.
- Legen Sie immer ein Handtuch auf das Sitz- und Rückenpolster.
- Geben Sie das Gerät nach Beendigung der Übung wieder frei.
- Gewichtsscheiben und Freihanteln sind nach Gebrauch zu versorgen.
- Bitte Kraftgerät zwischen den Trainingssätzen unbedingt freigeben.
- Bitte desinfizieren Sie die Cardio – Geräte nach jedem Gebrauch.

Wichtig!

Wenn Sie als letztes das Fitnesscenter verlassen, stellen Sie alle TV- und Radiogeräte ab und löschen Sie das Licht!