

# Hausordnung

Wir begrüßen Sie herzlich im Fitness-Center des SV Ilmenau v. 1923 e.V. und werden uns bemühen, Ihnen den Aufenthalt in unserem Hause so angenehm wie möglich zu gestalten.

Die nachfolgende Hausordnung soll sicherstellen, dass der gepflegte Charakter unseres Fitness-Centers im Interesse aller Mitglieder erhalten bleibt.

Wir bitten Sie daher freundlich um Beachtung.

## Allgemeines

Nur **Mitglieder** sind berechtigt, sämtliche Einrichtungen des Fitness-Centers, während der offiziellen Öffnungszeiten uneingeschränkt zu nutzen.

Den Weisungen unseres Personals, Aufsichts- bzw. Tresenkräften ist uneingeschränkt Folge zu leisten.

Änderungen der Öffnungszeiten bzw. unseres Leistungsangebotes behalten wir uns vor.

## Rezeption und Solarium:

Bitte hängen Sie Ihren **Mitgliedsausweis** (bei Neueinsteigern den Schnupperzettel) an das Schlüsselbrett unter den entnommenen Schranckschlüssel.

Sollte der Ausweis ausnahmsweise vergessen worden sein, ist ein Spickzettel mit Vor- u. Nachnamen am Schlüsselbrett zu hinterlassen. Grundsätzlich hat niemand einen Schlüssel an sich zu nehmen, ohne seinen Vor- u. Nachnamen am Schlüsselbrett zu hinterlassen.

Vergessen Sie bitte nicht, vor dem Verlassen des Gebäudes den Schranckschlüssel wieder an das Schlüsselbrett zu hängen und Ihren Mitgliedsausweis/Schnupperzettel mitzunehmen.

Falls Sie das **Solarium** benutzen möchten, tragen Sie sich bitte in die ausliegende Benutzerliste ein. Das Solarium ist nach jeder Benutzung mit der bereitstehenden Sagrotanlösung zu desinfizieren und anschließend abzureiben.

## Turnschuhe und Sportkleidung

**Turnschuhe** sind bitte grundsätzlich erst im Fitness-Center anzuziehen. Achten Sie bitte darauf, dass die Turnschuhe sauber sind. Bei Zuwiderhandlung wird der Zutritt in die Trainingsräume nicht gestattet. Das Betreten der Trainingsräume ist nur in Sportkleidung erlaubt.

Wir empfehlen das Mitbringen von Badelatschen und Handtüchern für den Nassbereich.

## Umkleideraum

Um einen reibungslosen Ablauf zu gewährleisten, möchten wir Sie bitten, den **Umkleideraum** nur für die Dauer des Umkleidens in Anspruch zu nehmen.

Die Ablageflächen vor den Umkleideschränken sind für nachfolgende Nutzer freizuhalten und sollten nicht zur Ablage von Kleidungsstücken, Schuhen und Sporttaschen benutzt werden.

Bitte keine Schuhe in die Schränke stellen. Aus hygienischen und räumlichen Gründen können Trainingskleidung, Handtücher, Schuhe, Taschen usw. nicht im Fitness-Studio aufbewahrt werden.

Um eine ausreichende **Belüftung** zu gewährleisten und um Pilzbefall zu vermeiden, müssen die Fenster auf Kippstellung geöffnet bleiben. Sollte jemand den Wunsch haben, dass Fenster während des Umkleidens bzw. Duschens schließen zu wollen, kann er dieses tun, hat aber dafür zu sorgen, dass das Fenster danach wieder in Kippstellung geöffnet wird.

## Verhalten im Trainingsraum

Die Mitglieder sind an die Anweisungen der **Trainer(innen)** bzw. der jeweiligen **Aufsichtspersonen** gebunden. Bei der Benutzung der Sportgeräte sind aus hygienischen Gründen unbedingt Handtücher auf die Sitzflächen zu legen. Insbesondere bei den Cardiogeräten ist bitte darauf zu achten, den Tropfschweiß durch Handtücher aufzufangen. Um die Cardiogeräte langfristig in einem guten Zustand zu erhalten, benutzen Sie bitte nur die dafür vorgesehenen Pedale bzw. Trittflächen aus Metall.

Die beweglichen Geräte, wie z.B. Hantelscheiben, Hanteln und dergl. müssen nach Gebrauch an den jeweiligen Aufbewahrungsort zurückgebracht werden. Legen Sie die Gewichte sowohl bei Freihanteln als auch bei Maschinen während des Trainings vorsichtig und leise ab. Das Fallenlassen von Gewichtsplatten und Hanteln ist zu vermeiden. Um Wartezeiten zu vermeiden, bitten wir, keine Geräte zu blockieren, sondern bei Bedarf abwechselnd zu trainieren.

Nehmen Sie Rücksicht auf Ihre Mittrainierenden.

Aus versicherungstechnischen Gründen ist der Aufenthalt von Kindern und Jugendlichen bis zum 16. Lebensjahr im Kraft- und Cardioraum strengstens verboten.

## Saunabereich und Solarium

Bitte betreten Sie den **Sauna- und Solariumbereich** aus hygienischen Gründen nur mit Badelatschen. Die Saunakabinen sind ebenfalls nur mit Badelatschen zu betreten.

Vor dem Saunagang ist unbedingt zu duschen. Während des Saunagangs legen Sie bitte ein Handtuch in angemessener Größe (Badetuch) unter Ihren Körper. Das Aufhängen von Handtüchern über den Saunaöfen sowie der Verzehr jeglicher Art in den Saunakabinen sind strengstens verboten. Das Mitbringen von Getränken/Speisen in Glas- und Porzellanbehältern ist ebenfalls untersagt (Plastikflaschen, Kunststoffbecher außerhalb der Saunakabinen sind erlaubt).

Verlassen Sie bitte den **Ruheraum** aufgeräumt und ordentlich. Lassen Sie bitte keine Speisereste, Trinkgefäße, Tageszeitung u. ä. zurück und legen Sie die Decken auf den Liegen bitte wieder zusammen.

Das **Solarium** ist nach jeder Benutzung mit der bereitstehenden Sagrotanlösung zu desinfizieren und anschließend abzureiben.

Im Interesse aller sollte ganz besonders im Saunabereich ein hygienischer und ordentlicher Umgang herrschen.

## Duschbereiche

Bitte betreten Sie die **Duschbereiche** aus hygienischen Gründen und wegen der Rutschgefahr nur mit Badelatschen. Trocknen Sie sich vor Verlassen der Duschbereiche vollständig ab, um den Fußboden in den Umkleideräumen trocken zu halten.

Duschen, Waschbecken, Toiletten und dergl. bitten wir, sauber zu verlassen.

## Fernseher, Musikanlage, Ventilatoren, Fenster

Die Einstellungen der **Fernseher** und **Musikanlagen** bleibt ausschließlich dem Personal vorbehalten.

Die Einstellungen der **Ventilatoren**, das Öffnen bzw. Schließen der **Fenster** erfolgt nach mehrheitlichem Beschluss der anwesenden Mitglieder.

## Getränke u. Rauchen

**Getränke** können Sie an unserer Rezeption käuflich erwerben (Stundung ist nicht möglich).  
Selbst mitgebrachte Getränke sind nur in Plastikflaschen erlaubt.  
Lassen Sie bitte keine Trinkflaschen in den Räumen zurück.  
Das **Rauchen** ist im Fitness-Center einschließlich der Bistroräume nicht gestattet.

## Wertsachen

Der SV Ilmenau v. 1923 e.V. übernimmt keinerlei Haftung für mitgebrachte **Wertsachen**,  
Kleidung u.ä.

## Sachbeschädigung

**Sachbeschädigungen** im Fitness-Center werden auf Kosten des Verursachers behoben.

## Haftungsausschluss

**Haftung** des SV Ilmenau v. 1923 e.V. für eventuell auftretende Schäden, welche sich das Mitglied bei der Benutzung unserer Einrichtungen bzw. Inanspruchnahme unser Leistungen zuzieht, ist ausgeschlossen.

## Gäste

Sie haben selbstverständlich die Möglichkeit, mit der Bitte um vorherige **Anmeldung**, einen oder mehrere Gäste zum Probetraining mitzubringen. Ein Termin für das Probetraining speziell im Kraft- u. Cardioraum ist vorab zu vereinbaren. Der Gast hat die Möglichkeit, das Fitness-Center für eine Woche kostenlos zu nutzen (schnuppern) und tut dieses auf eigenes Risiko.

## Schlussbemerkung

Verhalten Sie sich bitte kameradschaftlich. Es ist besser, einem Anfänger zu helfen, ihm praktische Tipps und Hilfestellung zu geben, als ihn auszulachen.  
Jeder fängt einmal „klein“ an und ist für jede Unterstützung dankbar.  
Sollten Sie irgendwelche Mängel (Sauberkeit, defekte Geräte u.ä.) erkennen, oder Änderungswünsche haben, teilen Sie diese bitte unserem Personal mit.

Vielen Dank für Ihre Bereitschaft, aktiv an der Erhaltung unseres Fitness-Centers mitzuwirken.

Der Vorstand