

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 und Einhaltung.

Allgemeines

Nur **Mitglieder** sind berechtigt, sämtliche Einrichtungen des Fitness-Centers, während der offiziellen Öffnungszeiten uneingeschränkt zu nutzen. Den Weisungen unseres Personals, Aufsichtskräften ist uneingeschränkt Folge zu leisten. Änderungen der Öffnungszeiten bzw. unseres Leistungsangebotes behalten wir uns vor.

Rezeption und Zutritt

Bitte hängen Sie beim Betreten des Gebäudes Ihren **Mitgliedsausweis** (bei Gästen zum Probetraining den Schnupperzettel) an das Schlüsselbrett unter den entnommenen Umkleide-Schrankschlüssel.

Sollte der Ausweis ausnahmsweise vergessen worden sein, ist ein leserlicher 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.

Wir empfehlen während des Aufenthaltes den Schrankschlüssel an das Schlüsselbrett zu hängen, damit dieser im Gebäude nicht verloren geht. Bei Verlust des Schlüssels stellen wir die Neuanschaffung eines Schlosses und die fachgerechte Öffnung des Schrankes mit 50 Euro in Rechnung.

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

Sportschuhe und Sportkleidung

Das Betreten der Trainingsräume ist nur in Sportkleidung und sauberen Sportschuhen, welche zuvor noch nicht im Außenbereich getragen wurden. Bei Zuwiderhandlung wird der Zutritt in die Trainingsräume nicht gestattet.

In den Nassbereichen sind Badelatschen zu tragen.

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.

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.

Die beweglichen Geräte, wie z.B. Hantelscheiben, Hanteln, Kleingeräte, Matten 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, Hanteln usw. 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.

Benutzte Gerätschaften sind grundsätzlich von den Trainierenden am Ende der Nutzung eigenständig mit dem dafür bereitgestellten Desinfektionsmittel laut Vorgabe zu desinfizieren. Das Mitbringen und der Verzehr von Getränken ist auf der gesamten Trainingsflächen nur in Plastikflaschen gestattet.

Aus versicherungstechnischen Gründen ist der Aufenthalt von Kindern in den Sporthallen strengstens verboten.

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 Umkleieräumen trocken zu halten.

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

Saunabereich, Sauna und Infrarotkabine

Bitte betreten Sie den **Saunabereich** aus hygienischen Gründen nur mit Badelatschen. Für den Notfall sind im Ruheraum, Duschbereich, Saunakabine und Infrarotkabine Notklingeln angebracht. Machen Sie sich bitte vor dem Saunagang oder Nutzung der Infrarotkabine mit dem genauen Standort der Notklingeln vertraut. Das Mitbringen von Getränken/Speisen in Glas- und Porzellanbehältern ist nicht gestattet (Plastikflaschen, Kunststoffbecher außerhalb der Saunakabine ist erlaubt). Die Liegen im Ruheraum und Außenbereich dürfen nur im bekleideten Zustand (z.B. Bademantel) belegt werden. Verlassen Sie die Örtlichkeiten bitte aufgeräumt und ordentlich. Lassen Sie keine Speisereste, Trinkgefäße, Tageszeitung u. ä. zurück und legen Sie die Decken auf den Liegen wieder zusammen.

Die finnische **Saunakabine** darf grundsätzlich nur genutzt werden, wenn dem Nutzer keine gesundheitlichen Einschränkungen/Verbote bekannt sind. Der Saunagänger handelt hier immer eigenverantwortlich, auf eigenes Risiko und auf eigene Gefahr. Für die Eigensicherheit sollten immer mindestens 2 Personen zeitgleich die Sauna nutzen. Minderjährigen ist der Zutritt ohne Begleitung von Erziehungsberechtigten nicht gestattet.

Die Saunakabine ist bitte ohne Badelatschen zu betreten. Vor dem Saunagang ist unbedingt zu duschen. Während des Saunagangs legen Sie bitte ein Handtuch in angemessener Größe

(Badetusch) unter Ihren Körper. Um die Hygiene in der Saunakabine zu wahren und die Holzliegen/Ausstattung in der Kabine zu schonen, ist das Einreiben mit irgendwelchen Cremes, Salzen, Honig oder honigähnlichen Mitteln o.ä. strengstens untersagt. Wir weisen ausdrücklich darauf hin, dass wir bei Zuwiderhandlung dem Verursacher die Reinigung und Restauration in Rechnung stellen werden und ein Nutzungsverbot der Sauna aussprechen werden. Außerhalb der Saunakabine stellen wir Aufguss für den Saunaofen zur allgemeinen Verwendung bereit. Das Aufhängen von Handtüchern über dem Saunaofen und der Verzehr in der Saunakabine ist strengstens verboten.

Die **Infrarotkabine** darf grundsätzlich nur genutzt werden, wenn dem Nutzer keine gesundheitlichen Einschränkungen/Verbote bekannt sind. Der Nutzer handelt hier immer eigenverantwortlich, auf eigenes Risiko und auf eigene Gefahr. Minderjährigen ist der Zutritt ohne Begleitung von Erziehungsberechtigten nicht gestattet. Vor dem Nutzen der Infrarotkabine müssen Sie sich mit bestehenden Regeln, Schritten und Vorgehensweise vertraut machen. Die Regeln und die einzelnen Schritte sind außerhalb der Infrarotkabine links neben der Tür zum Nachlesen ausgehängt.

Im Interesse aller sollte ganz besonders im sensiblen Saunabereich ein hygienischer und respektvoller Umgang miteinander herrschen!

Mobiltelefone und Kameras

Wir weisen darauf hin, dass das Telefonieren im Trainings- und Ruhebereich grundsätzlich untersagt ist. Das Filmen und Fotografieren ist im gesamten Fitness-Center zum Schutze der Privatsphäre unserer Mitglieder ausdrücklich verboten (ausgenommen Überwachungskameras des Fitness-Centers).

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

Selbstverständlich besteht die Möglichkeit mit vorheriger **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.

März 2022

Der Vorstand