**ORDNINGSREGLER**

* Motionsrummet (i källaren på Sturegatan 100A) får användas vardagar mellan klockan 8.00 – 20.00
* Träning sker på eget ansvar och på egen risk.
* Utrustningen ska användas på ett korrekt sätt för att undvika skador på dig själv och på utrustningen.
* Skadad utrustning får inte användas och ska fel anmälas till ansvarige person.
* All lös utrustning ska hängas upp på avsedd plats.
* Använd endast inomhusskor på gymmet, ytterskor ställer vi på anvisad plats.
* Jackor och väskor ska hängas vid entrén.
* Från dagen du fyllt 18 år får du träna själv på gymmet.
* Kom ihåg att släcka samt städa upp efter dig om du lämnar gymmet sist. Städ utrustning finns på gymmet.
* Träning i bar överkropp är inte tillåtet.
* Släpp inte in obehöriga, alla som har rätt att träna använder sin kod (erhålls vid på skrivning av medlemskap)
* Träna inte med pågående infektion/infekterat sår. Inte bara för din egen skull, bakterier kan överföras vidare vid hudkontakt eller via träningsredskap.
* Håll en rimlig ljudnivå och undvik att störa andra motionärer.
* Hjälp till att hålla rent och snyggt! Torka alltid av dynor, redskap och maskiner efter dig.
* Greppförstärkande medel som magnesium eller kalk, bådepulver och flytande, är inte tillåtet.
* I motionsrummet råder nolltolerans mot droger och alkohol
* Rökning är förbjuden
* HSB brf Bergsmannen tar avstånd från alla former av sexuella trakasserier, kränkande särbehandling, hot och våld.
* Boka en tid för träning, det ska vara max sex personer samtidigt i lokalen
* Bryter man mot dessa regler stängs man omedelbart av (medlemskapet upphör)

Styrelsen