

Huisregels Lakeside Gym voor een Respectvolle Sportomgeving

Welkom bij Lakeside Gym! We zijn toegewijd aan het creëren van een positieve en respectvolle omgeving voor al onze leden. Hier zijn onze huisregels om ervoor te zorgen dat iedereen kan genieten van een veilige en gezonde sportervaring:

1. Toegang en Lidmaatschap:

Leden dienen hun persoonlijke QR-code te tonen bij binnenkomst. Lidmaatschap is persoonlijk en niet overdraagbaar.

2. Algemene Regels en Gedrag:

Draag schone, gesloten sportschoenen en passende sportkleding. Respecteer medeleden en houd de ruimte schoon.

Gebruik een schone, al dan niet door Lakeside Gym beschikbaar gestelde, handdoek tijdens de training. Wanneer er gebruik wordt gemaakt van een handdoek van Lakeside Gym dan dient deze na de training in de aangewezen wasmand gedeponneerd te worden. Het is niet toegestaan deze handdoek mee te voeren buiten de trainings- of kleedruimte van Lakeside Gym. Gebruik niet meer dan één handdoek tijdens een training.

Roken, het gebruik van verboden middelen, alcohol en drugs zijn ten strengste verboden. Het gebruik van grip verhogende poeders, inclusief magnesium poeder, is niet toegestaan. Houd de kleedkamers en doucheruimtes schoon en vermijd scheren in de kleedkamers.

3. Veiligheid en Noodsituaties:

Volg de instructies van het personeel bij noodsituaties.

Meld direct onveilige situaties aan het personeel. Gebruik altijd je persoonlijke QR-code om binnen te komen bij Lakeside Gym, ook als de deur al open staat. Laat nooit mensen binnen zonder geldige en persoonlijke QR-code.

Volg de aanwijzingen van het personeel op en respecteer de regels van Lakeside Gym.

Ken en respecteer je eigen capaciteiten; vraag om hulp indien nodig.

Laat de apparatuur beschikbaar voor anderen en behandel je medesporters met respect en vriendelijkheid.

Samenkomen in grote groepen en rondhangen bij één toestel is niet toegestaan.

4. Apparatuurgebruik:

Maak apparatuur na gebruik schoon. Gebruik veiligheidsclips bij gewichtstraining. Ruim altijd de gebruikte spullen op. Breng de gewichten, schijven, bars en toebehoren terug naar de daarvoor bestemde opslagplaats. Houd niet meer dan één apparaat bezet tijdens de training. Gebruik de apparatuur niet langer dan een redelijke termijn.

5. Persoonlijke Verantwoordelijkheid:

Lakeside Gym is niet verantwoordelijk voor verlies of diefstal van persoonlijke eigendommen. Meld blessures onmiddellijk aan het personeel.

6. Privacy en Beeldmateriaal:

Gebruik mobiele telefoons met respect; telefoneren is verboden in trainingsruimtes.. Maak geen foto's of video's van anderen zonder expliciete toestemming. Maak geen foto's of video's die inbreuk maken op de privacy van anderen.

Houd het geluidsniveau laag en vermijd luidruchtig gedrag.

Verbaal en/of lichamelijk geweld, evenals ongewenste intimiteiten, worden niet getolereerd.

7. Gasten en Bezoekers:

Leden zijn verantwoordelijk voor hun gasten. Gasten dienen zich aan het huisreglement te houden.

8. Kinderen en Jongeren:

Kinderen onder de 18 jaar hebben toestemming van een ouder/voogd nodig.

Jongeren onder begeleiding van een volwassene hebben toegang.

9. Lesroosters en Groepslessen:

Meld je op tijd aan voor groepslessen. Respecteer de instructies van de groepsinstructeur.

10. Voedings- en Drankbeleid:

Gebruik geen glaswerk in de fitnessruimte. Eet en drink alleen in de daarvoor bestemde zones. Eten en niet-afsluitbare drinkbekers zijn niet toegestaan in de sportruimten. Het is niet toegestaan om de drinkbekers en of mokken van Lakeside Gym mee te voeren buiten de trainingslocatie. De door Lakeside Gym beschikbaar gestelde dranken zoals koffie en thee zijn niet bedoeld om mee te nemen buiten de trainingslocatie.

11. Huisdieren:

Huisdieren zijn niet toegestaan in de sportfaciliteit.

12. Aanvullende Gedragsregels:

Uit respect voor diversiteit en om een inclusieve omgeving te behouden, vragen we leden om politieke standpunten buiten de club te houden.

Seksueel intimiderend gedrag wordt niet getolereerd en zal resulteren in passende maatregelen.

13. Huisregels Bij Grove Overtreding:

Grove overtredingen kunnen leiden tot het ontzeggen van toegang zonder restitutie van de contributie.

We danken je voor je medewerking aan het handhaven van deze regels. Lakeside Gym streeft naar een gezonde, respectvolle en veilige gemeenschap voor al onze leden. Veel plezier met sporten!