

Huisreglement

Welkom in onze club.

Om je onmiddellijk thuis te voelen geven we een korte handleiding mee. Als ieder zich aan deze richtlijnen houdt is het aangenaam om te trainen.

Kleedkamers

In ruil voor een geldige lidkaart leen je een sleutel om een kleedkastje te gebruiken. Na je training geef je de sleutel terug af en krijg je je lidkaart terug. Gebruik je lidkaart steeds om aan te melden, ook al hoef je geen sleutel te hebben.

Hygiëne

- Men kan gebruik maken van een douchematje om de vloer en de voeten droog te houden.
- De kleedkamer dient netjes achtergelaten te worden, de kastjes gesloten.
- Gelieve geen haren in de bloempotten te gooien.

Training

- Zorg voor nette en hygiënische kleding, degelijke sportschoenen die je enkel en alleen binnen gebruikt.
- Gebruik een handdoek om op de toestellen en matten te leggen. Verwijder zweetsporen van de toestellen zodat ook de volgende een net toestel kan gebruiken.
- Bij de groepslessen vragen we tijdig in de les aanwezig te zijn. Elke les duurt 55 minuten, een opwarming is zeer belangrijk.

Veiligheid

- Warm voldoende op (ook als het warm is buiten) en stretch na je training.
- Zet voor ieders veiligheid alle halters en vrije baren terug op zijn plaats. Dit voorkomt ongevallen en uren zoekwerk.
- Werkt een toestel niet optimaal geef ons dan een seintje.

Trainingsschema

- Het trainingsschema dient strikt gevolgd te worden.
- Vraag tijdig een afspraak voor een nieuw schema. (Ten minste twee dagen op voorhand)
- Bij vragen betreffende je schema, wend je tot de begeleider die je graag te woord zal staan.
- Heb je klachten of tips, meldt ze ons.
- Verbruik enkel afsluitbare drankbusjes in de zaal en geef de lege verpakking terug af aan het onthaal.
- In de fitnesszaal mag er alleen gedronken worden op de cardio toestellen.
- Wij rekenen op je sportiviteit, geen eigen dranken meebrengen.

Opzeg Abonnement

- Wanneer je wenst te stoppen vernemen wij dat graag van jou bij een persoonlijk gesprek. Maak hiervoor op voorhand een afspraak.
- Om je abonnement te beëindigen verwittig je ons ten laatste de 14^{de} van de maand.