

# Regler for Motionsklubben Broager

## **OPFØRSEL**

Vi beder dig om af følge vores regler - det sikrer en optimal træningsoplevelse for alle.  
Det er ikke tilladt at tage billeder eller filme andre medlemmer i klubbens lokaler uden deres samtykke.

## **HELBREDSTILSTAND OG PERSONSKADE**

Træning sker på eget ansvar. Et medlem er selv ansvarlig for at være i en helbredstilstand, der tillader deltagelse i aktiviteter hos Motionsklubben Broager.  
Motionsklubben Broager tager ikke ansvar for personskader på et medlem, som følge af forkert brug af udstyr eller skader opstået ved overtrædelse af de anvisninger i dette regelsæt. Det er ens egen forsikring der skal dække evt. skader.

## **BEHANDLING AF UDSTYR**

Det er strengt forbudt at betræde Motionsklubben Broagers lokaler med udendørs fodtøj. Vores udstyr skal behandles med respekt og må kun benyttes til de øvelser det er beregnet til.  
Håndvægte skal have gulvkontakt, før man slipper.

**Husk altid at lægge udstyret på plads efter brug.**

Maskiner/udstyr (sæderne) rengøres efter brug.

## **BEKLÆDNING**

Det er ikke tilladt at træne i udendørs fodtøj og bare fødder. Det er ligeledes ikke tilladt at træne i bar overkrop samt kun i sports-bh.

## **MEDLEMSBRIK**

Der er kun adgang for Motionsklubben Broagers aktive medlemmer.  
Medlemsbrikken er personlig og misbrug af brikken medfører øjeblikkelig bortvisning. Hvert medlem skal lukke sig ind med egen brik, selvom man ankommer samtidig med andre.

**Du skal kunne forevise din brik ved anvisning. Der vil jævnligt blive foretaget kontrol.**

## **OPBEVARING I KLUBBEN**

Skabene til omklædning er ikke personlige og skal tømmes efter brug. Motionsklubben Broager er ikke ansvarlig for de ting, der opbevares i skabene/lokalet.

**HUSK AT DET ER DIN OG MIN MOTIONSKLUB**  
**Bestyrelsen for Motionsklubben Broager**