

HYRYNSALMEN KUNTOSALIN SÄÄNNÖT

- Avain on henkilökohtainen. Väärinkäytöstä seuraa 50 € sakkomaksu. Väärinkäyttöä ovat:
 - Avaimen luovuttaminen toisen henkilön käyttöön
 - Oven avaaminen ulko- tai sisäpuolelta henkilölle, jolla ei ole saliavainta
- Kuntosalin omatoimisen käytön ikäraja on 15 vuotta
 - Alle 15-vuotias voi käydä kuntosalilla itsenäisesti 3 ohjauskerran jälkeen terveydenhuollon ammattilaisen suosituksesta. Lupaa haetaan perustellusti sivistyspalvelujen osastopäälliköltä (muutos ikärajasääntöön 1.4.2024 alk.)
 - 13–15-vuotias voi käydä kuntosalilla huoltajan kanssa (muutos ikärajasääntöön 1.2.2022 alk.). Sitä nuoremmat voivat käydä kuntosalilla huoltajan kanssa erityistapauksissa. Lupaa haetaan perustellusti sivistyspalvelujen osastopäälliköltä (muutos ikärajasääntöön 1.12.2023 alk.)
- Käytäthän vain sisäkenkiä treenatessasi
- Palauta käyttämäsi harjoitteluvälineet niille kuuluville paikoille, kuten levypainot ja käsipainot telineisiin
- Käytä kuntosalilla käydessäsi mahdollisimman vähän tuoksujä. Voimakkaat tuoksut aiheuttavat monille henkilöille oireita
- Kirjaathan epäkuntoiset laitteet ym., ilmoitustaululla olevaan vihkoon, jotta voimme huoltaa välineet mahdollisimman nopeasti kuntoon
- Haluamme mielellämme kuulla mielipiteesi salimme toiminnasta, anna rohkeasti palautetta

Aukioloajat

Kuntosali on avoinna joka päivä **klo 05:00-22:30**. Salille pääsee sisälle klo 21:30 asti, mutta kuntosalin tulee olla tyhjä klo 22:30.

Kiitos yhteistyöstä ja tervetuloa!

GYM RULES

- The key to the gym is personal. Misuse will result in a fine of 50€. Misuses are:
 - Handing your personal gym key to someone else
 - Let someone to the gym, who don't have own a gym key
- Age limit to the gym is 15 years
 - Under 15 years old can go to the gym on the recommendation of a healthcare professional after three guidance session (change to rules 1st of April 2024).
 - A 13-year-old can go to the gym with a guardian (change to rules 1st of Feb 2022). Children under the age of 13 can go to the gym with a guardian in special cases. The permit is justifiably applied for from the Head of Department of Education Services (change to rules 1st of Dec 2023).
- Wear indoor shoes only
- Return used the training equipment to their proper places, such as weight plates and dumbbells to the racks
- When going to the gym, don't use strong fragrances. Strong smells can cause symptoms in many people
- Report malfunctioning devices in a notebook on the bulletin board. We would love to hear your opinion on the operation of gym, feel free to give feedback.



Ihmeitä ei tapahdu yhdessä yössä mutta esim. ylihuomenna sopisi oikein hyvin.

Hymyhuulet

Opening hours: Gym is **open 5am to 10:30pm**. You can go inside to the gym until 9:30pm, but the gym should be empty until 10:30pm.

Thank you for your cooperation and welcome!