



## INTYG FÖR MINDERÅRIG

Åldersgränsen för att få träna på Friskis&Svettis gym är från det år man fyller 13 år. Det krävs också att målsman skriver under detta minderårigintyg och därmed ger sitt godkännande. Nedan avgör målsman även om en personlig gyminstruktion ska genomföras samt att både minderårig och målsman har tagit del av våra trivselregler.

**Målsman kryssar i ett av följande alternativ:**

- Träningen gäller UNG (det år medlem fyller 13 år t.o.m det år medlem fyller 15år) UNG intro genomförd.
- Undertecknad målsman har i samförstånd med den minderårige kommit fram till att träning får påbörjas omgående. (En gyminstruktion är alltid att rekommendera och kan bokas vid senare tillfälle).

Motionärens för- och efternamn: \_\_\_\_\_

Personnummer: \_\_\_\_\_

Mobilnummer: \_\_\_\_\_

Mobilnummer till målsman: \_\_\_\_\_

Jag har förstått trivselreglerna som står nedan och intygar att jag kommer att följa dessa.

Ort och datum: \_\_\_\_\_

Minderårig namnteckning: \_\_\_\_\_

Namnförtydligande: \_\_\_\_\_

Jag som är målsman till minderårig ovan har förstått och talat med minderårig om vad som gäller för instruktion och trivselregler nedan.

Ort och datum: \_\_\_\_\_

Målsmans namnteckning: \_\_\_\_\_

Namnförtydligande: \_\_\_\_\_

### Trivselregler

För att skapa en trivsam träningsmiljö ber vi dig att:

- Träna i rena inneskor och rena träningskläder. Skoskydd eller byte/rengöring av skor gäller vid entré.
- Vara försiktig med användning av parfym, hårspray och lotion.
- Torka av maskiner och lägg tillbaka vikter och redskap efter dig.
- Hjälptill med att hålla lokalerna fräscha och trivsamma.
- Var rädd om träningsutrustningen och dig själv.
- Lämna plats för andra i maskinerna mellan dina set på gymmet.
- Parkera din bil eller cykel på avsedd parkeringsplats.
- Aldrig fota/filma andra personer utan deras tillåtelse. Det är tillåtet att fota/filma sig själv. Det är totalförbud att fotografera eller filma i alla omklädningsrum.