



Information om träning under tid då personal ej är på plats.

Tider som gäller är söndag till torsdag 05:00 – 23:00, fredag och lördag 05:00 – 21:00. Receptionen är bemannad måndag till torsdag mellan 08:30 - 20.00, fredag 9.00 – 19, lördag 9 – 12 samt söndag 16 – 20. (Reservation för ändringar.)

För att träna på tider då personal ej är på plats behöver du aktivera ditt medlemskort med en personlig kod samt skriva på en överenskommelse där du säger ja till gällande regler. Detta görs i receptionen. Endast medlemmar som har Allkort eller Gymkort kan träna under denna tid. Åldersgräns: Från det år man fyller 15 år samt medlem under 18 år behöver målsmans närvaro vid överenskommelsens underskrift.

Inpassering

Du drar ditt kort i läsaren bredvid dörren och trycker in din personliga kod. När du väl är inne och tagit av dig skorna checkar du in som vanligt i någon av incheckningsstationerna och får din biljett. Att varje person checkar in sig krävs för att vi vid stickkontroller ska kunna se om du kommit in och registrerat dig på rätt sätt.

Inpassering utan giltigt kort debiteras med 1 000 kr och den som släppt in någon som inte har giltigt kort stängs av i tre månader.

Du kan passera in 30 min innan stängning och lämnar lokalen senast 23:00 söndag-torsdag och 21:00 fredag-lördag.

Så här funkar det på morgonen:

- Entrédörr kan du öppna med kortet + kod från aktuell öppettid. Dörren öppnar sig och du kan gå in. Dörren går i lås efter dig och du måste se till att den stängs ordentligt. Du får inte släppa in andra personer, även om de är medlemmar.
- För din säkerhet har vi kameror som bevakar entré och reception.
- Musik och belysning går på timer. De slås på strax före öppning och stängs av vid stängning.
- Du ska checka in som vanligt på incheckningsskärmar.
- Städning kommer att ske på morgonen måndag – fredag under träningstid så vänligen hjälp till att underlätta för städpersonalen så de smidigt kan göra sina uppgifter.

Så här funkar det på kvällen:

- Det är ditt ansvar att veta stängningstiderna. Du måste vara ute ur byggnaden innan aktuell stängningstid. Dörrarna går automatiskt i lås och larmet slås på. Försignal med tonstötar samt delvis nedsläckning av belysning påbörjas 20 minuter innan aktuell stängningstid.
- Om du är kvar i anläggningen efter kl. 23:00 sön-torsdag, kl. 21:00 fredag-lördag, kommer larmet att utlösas vilket leder till en väktarutryckning som du själv får bekosta.
- Du måste alltid lämna anläggningen vid stängning.

Annat som är bra att veta:

- Det är alltid musik på när gymmet är öppet.
- Belysning i omklädningsrum styrs av rörelsedetektorer
- När lokalerna är obemannade så hänvisas samtliga till omklädningsrummen på samma våning som gymmet då den nedre våningen är låst och larmad under dessa tider.
- Belysning i övriga utrymmen är tidsstyrd.
- Bastun har egna öppettider. Du hittar dem på bastudörrarna.
- Dagkortet gäller för inpassering mån-sön 05:00-14:00.
- I övrigt gäller våra trivselregler med att plocka undan efter sig, vara rädd om utrustningen och hålla sig till allmänt vett och etikett. Vår starka förhoppning är så klart att våra medlemmar ser detta som en stor förmån som man är rädd om!

Hälsningar

Friskis&Svettis Uddevalla