**Medlemskontrakt för Insjöns gym**

1. **Allmänt**

Jag som medlem ansvarar för min tag och kod då denna är personlig. Den får inte nyttjas av annan.

Jag får inte släppa in icke medlemmar för träning. Om jag har med mig en vän för att provträna meddelar jag detta till någon i styrelsen på förhand.

Borttappad eller förlorad tag ska anmälas omgående till styrelsen så att denna kan avaktiveras.

Jag är medveten om att oregelbundna kontroller kommer göras för t.ex. medlemskap.

Jag följer de regler och anvisningar som kan anslås i lokalen.

Jag är nu medveten om att det kan komma att sättas upp synlig övervakningskamera för att se in/utgång av lokalen. Detta för att minimera risken för skadegörelse och/eller stölder.

1. **Avgift**

Avgiften för nytt träningsår skall betalas senast sista december. Om avgift ej erhållits så spärras min tag/mitt inträde tills avgift erhållits.

1. **Vistelse i lokalen**

Jag som medlem ansvarar för mitt medlemskap genom att vara skötsam och hålla ordnig i lokalen. Lägga tillbaka vikter och andra träningsredskap på sin plats när jag tränat färdigt.

Se till att lokal och inventarier hålls hela och fina. Rapportera till styrelsen om det uppstår något som måste åtgärdas (T.ex. om något är på väg eller har går sönder)

Då träning handlar om koncentration och focus visar jag respekt och hänsyn till övriga medlemmar.

Jag ser till att släcka, stänga öppnade fönster, stänga av stereon och att ytterdörren är ordentligt stängd när jag lämnar lokalen. Vi är inte ensamma i byggnaden och vi vill inte ha objudna gäster!

Jag har lokaliserat lokalens utrymningsvägar och vid ev. utrymning hjälps vi åt att se till att lokalen utryms och ser till att ingen är kvar i solarierum eller omklädningsrum.

Endast inneskor ska användas i lokalen och vi tränar inte med bar överkropp.

Lokalen kan användas mellan kl. 05.00-23.00 alla dagar förutom under städtiderna då lokalen stängd för städning. Denna tid kan komma att ändras och anslås i lokalen. 23.00-05.00 är det förbjudet att vistas i lokalen.

1. **Ansvar för ägodelar olycksfall mm.**

Barn under 14 får inte vistas i lokalen. Detta pga. skaderisk och ur försäkringshänseende.

Jag tränar på egen risk och Insjöns gym ansvarar inte för medlemmars skador i form av träning. Jag tar själv ansvar för att mitt hälsotillstånd är sådant att jag utan risk kan utnyttja lokalen och träningsredskap.

Insjöns gym ansvarar inte för förlust av kvarlämnade eller glömda kläder och övriga personliga saker.

Dopning och anabola steroider är absolut förbjudet och får inte användas i samband med träning i våra lokaler.

Jag har härmed läst igenom och tagit del av föreningens regler. Jag godkänner samtliga villkor i detta avtal mellan mig och Insjöns gym. Missköter jag mitt medlemskap kommer medlemskapet i föreningen att uteslutas och ingen återbetalning av medlemsavgift kommer ske.

…………………………………………………………………………… ……………………………………………………………………….

Medlems underskrift : Pers.nr:

……………………………………………………………………………

Namnförtydligande

…………………………………………………………………………… …………………………………………………

Telefon Datum

…………………………………………………………………………… ……………………………………………………………….. …………………………………………………

Målsmans underskrift om du är under 18 år Namnförtydligande Datum