



Ordningsregler för Väsby atletklubbs klubblokal

- **Endast klubbens medlemmar har rätt att träna i klubbens träningslokal**
Tillfälligt undantag kan göras för besökande medlem i annan kraftsportförening.

Medlem är, efter 31 januari, endast den som fyllt i och undertecknat ett medlemsavtal samt betalt medlemsavgift. Släpp inte in personer som inte är medlemmar.

Gästträning sker i samråd med styrelsen och detsamma gäller ”prova-på” träning.

- **Inga ytterskor innanför trapphuset**
Gäller även besökande
- **Upptåd lugnt i lokalen**
Undvik att störa andras träning
- **Håll musikvolymen på en nivå som kan godtas av alla i lokalen**
Endast dämpad musik emellan 21.00-08.00
- **Ställ tillbaka använd utrustning, stänger vikter, träplintar etc. på rätt plats efter avslutat pass**
- **Undvik överdriven användning av magnesium**
Magnesium är en fuktabsorbent (mot handsvett).
- **Är du osäker på en övning eller utrustning?**
Fråga hellre än att göra fel
- **Tveka inte att begära passning om du känner att det behövs**
- **Var beredd att hjälpa andra om så begärs**
- **Ansvar för ordningen i och städningen av lokalen åvilar samtliga medlemmar**
Tveka därför inte om att återställa utrustning eller att ta ett tag med dammsugare eller svabb när du ser att det behövs
- **Pälsdjursförbud**