



# Regler for medlemskab og adfærd

## Regler for medlemskab af Gadbjerg Fitness

### § 1. Medlemskab.

Hos Gadbjerg Fitness er alle over 15 år velkomne.

Dit medlemskab er personligt og kan derfor ikke overdrages til, deles med eller benyttes af andre.

Ændringer i persondata, som f.eks. navn, adresse, e-mail, telefonnummer, bankoplysninger mv., bedes du venligst oplyse til Gadbjerg Fitness via dit medlemslogin. Medlemskabet er bindende for begge parter i en abonnementsperiode.

### § 2. Kontingenttyper.

1. Alle medlemmer betaler et indmeldelsesgebyr på 199,00 kr., hvor af 100,00 kr. er depositum for en nøglebrik.

2. Efter betaling af indmeldelsesgebyr og depositum er der mulighed for at vælge et 6 eller 12 måneders abonnement

### § 3. Nøglebrikker.

Nøglebrikken medbringes i fitnesscentret og anvendes til at åbne dørene, ved at køre den hen over læseren over dørhåndtaget. Bliver din nøglebrik væk eller beskadiget meddeles dette straks til Gadbjerg Fitness, så brikken kan spærres.

Du kan herefter via hjemmesiden [www.gadbjerg.dk](http://www.gadbjerg.dk) bestille en ny brik mod betaling af 100,00 kr. – brikken kan efter et par dage afhentes i centret, når der er en instruktør til stede.

### § 4. Tilmelding og betaling.

Indmeldelse og betaling sker via [www.gadbjerg.dk](http://www.gadbjerg.dk), hvis ikke du har Dankort, VisaDankort eller Netbank med mulighed for betaling med eDankort kan du henvende dig til kassereren eller på mail; [fitness@gadbjerg.dk](mailto:fitness@gadbjerg.dk) for aftale om betaling via kontooverførsel.

### § 5. For sen betaling.

Betales den løbende ydelse ved et abonnements fornyelse ikke til den aftalte tid jf. vores abonnementsbetingelser. Vil din adgangsbrik blive spærret, indtil betalingen har fundet sted.

### § 6. Varighed/abonnement.

Et abonnement fortsætter indtil det opsiges af en af parterne. Minimumsperioden for et abonnement er 6 måneder.

### § 7. Opsigelse.

Opsigelse af et abonnement kan ske løbende og skal foretages via medlemslogin på [www.gadbjerg.dk](http://www.gadbjerg.dk). Uanset årsag refunderes ikke for eventuel resterende forudbetalt periode af abonnement.

### § 8. Ændringer i priser og medlemsvilkår.

Gadbjerg Fitness forbeholder sig ret til prisændringer samt ændringer i medlemsvilkårene. Sådanne vil blive varslet ved opslag i centret og på [www.gadbjerg.dk](http://www.gadbjerg.dk) senest 30 dage før prisændringen træder i kraft.



#### § 9. Ansvar.

Al træning og ophold i Gadbjerg Fitness lokaler foregår på eget ansvar. Ved unge under 18 år, forbeholder Gadbjerg Fitness sig ret til at kræve en skriftlig tilladelse fra den umyndiges forældre. (Skal være fyldt 15 år før de må træne)

Under træning skal der altid anvendes tøj og sko, der er beregnet til træning og ophold i centret. Gadbjerg Fitness lokaler er vores allesammens sted, tag hensyn til plejehjemmets beboere og personale, når I befinder jer på Meta Mariehjemmet. Personalet på Meta Mariehjemmet har ikke ansvar for Fitnesscentret, hvorfor al henvendelse skal ske til Gadbjerg Fitness instruktører eller bestyrelse, hvis der opstår problemer eller spørgsmål.

Hjælp os med at holde det pænt og rent. Lokalerne er røgfri overalt og indtagelse af alkohol er forbudt.

Udstyr og faciliteter skal ryddes op/sættes på plads efterhånden som træningen skrider frem.

Mobiltelefoner skal være sat på lydløs og andre personlige effekter må ikke være til gene for andre trainende. Gadbjerg Fitness forbeholder sig ret til at indføre forbud mod mobiltelefoner i lokalerne, hvis der skulle opstå problemer herom.

#### § 10. Misligholdelse.

Ordensreglementet er hængt op i Gadbjerg Fitness lokaler.

Alle medlemmer forpligter sig til at overholde de fastsatte betingelser for ophold og benyttelse af redskaber m.m., herunder overholdelse af ordensreglementet samt henvisninger fra instruktører.

Mangel på dette udgør en væsentlig misligholdelse af kontrakten. Såfremt et medlem optræder truende eller på anden måde generer andre medlemmer eller Gadbjerg Fitness instruktører eller bestyrelsesmedlemmer, kan Gadbjerg Fitness uden varsel bortvise medlemmet, og medlemskabet ophører øjeblikkeligt. Dette gælder ligeledes ved grove overtrædelser af medlemsvilkårene, f.eks. doping, udlån af nøglebrikker eller ved at lukke personer ind i centret, som ikke selv er i besiddelse af nøglebrik.

#### § 11. Ændringer m.v.

Gadbjerg Fitness forbeholder sig ret til ændringer i åbningstider og instruktørvagtplanen. Ændringer bekendtgøres i centret.

#### § 12. Helbredstilstand og personskaade.

Al træning sker på eget ansvar. Du er selv ansvarlig for at være i en helbredstilstand, der tillader deltagelse i aktiviteter i Gadbjerg Fitness. Gadbjerg Fitness tager ikke ansvar for personskaader på et medlem, som følge af ulykker, forkert træning eller andres handlinger eller mangelfulde handlinger.

#### § 13. Værdigenstande.

Der er skabe i omklædningsrummet, som kan låses med nøgle, men der er ingen overvågning af rummet, hvorfor Gadbjerg Fitness ikke kan drages til ansvar ved evt. tyveri eller andet.

#### § 14. Personligt styrketræningsprogram.

Du kan booke en instruktørtimer via [www.gadbjerg.dk](http://www.gadbjerg.dk), under instruktørtimen bliver der udfærdiget et personligt træningsprogram til dig.

Vi anbefaler, at du får opdateret dit træningsprogram på en instruktørtimer hver 3. måned.



#### § 15. Anti Doping Danmark(ADD).

Gadbjerg Fitness samarbejder med Anti Doping Danmark og følger deres retningslinjer med henblik på at forebygge dopingproblemer i centret.

Anti Doping Danmark kommer på uanmeldt kontrolbesøg og alle medlemmer er forpligtede til at lade sig dopingteste på forlangende.

Ved en positiv dopingprøve vil medlemmet blive udelukket fra alle centre der samarbejder med Anti Doping Danmark i 2 år. Indbetalt kontingent tilbagebetales ikke.

Nægter et medlem at lade sig dopingteste, uanset årsagen hertil, betragtes dette som en positiv prøve.

#### § 16. Børn i centret.

Børn, som er så små, at de ligger i lift eller sidder i en autostol, må gerne medtages i centret, under hensyntagen til de øvrige medlemmer, der befinder sig i centret.

### **ORDENSREGLEMENT for Gadbjerg Fitness**

1. Alle medlemmer instrueres i brugen af maskinerne og får tilrettelagt et personligt træningsprogram af en af Gadbjerg Fitness' instruktører inden træningen påbegyndes.
2. I forbindelse med træningen skal der benyttes indendørs sko og sportstøj. Det er ikke tilladt at træne i bar overkrop. Omklædning skal ske i centrets omklædningsrum – ingen tasker i fitness centret.
3. Rygning og indtagelse af alkohol er forbudt overalt i centret.
4. Brug af talkum (eller andet pulver) er forbudt i centrets lokaler.
5. Det er ikke tilladt at smide med håndvægte eller vægtskiver, således at gulv eller andet beskadiges.
6. Udstyr og øvrige faciliteter efterlades i samme stand og på samme sted, som da de blev taget i brug. De må ikke placeres på det sorte nappabetræk på bænke eller maskiner.
7. Sæder og greb rengøres efter brug.
8. Udstyr, vægte og maskiner behandles med omtanke og under hensyntagen til centret og des øvrige medlemmer.
9. Maskiner, vægte, stænger og inventar skal behandles på en ordentlig og forsvarlig måde, således at det ikke beskadiges.
10. Papir, drikkevarer eller lignende skal fyldes i affaldsspandene.
11. Vis hensyn til andre der træner - Mobiltelefoner skal være sat på lydløs og andre personlige effekter må ikke være til gene for andre trænende, det er ikke tilladt at tale i telefon i centrets lokaler.
12. Der må ikke tages billeder under træning. MP3 eller mobiltelefon med headset til brug for musik må gerne anvendes.
13. Spædbørn er velkomne, blot de sidder i autostol eller medbringes i lift. Forældrene har ansvaret for at deres børns adfærd ikke forstyrrer øvrige medlemmer.
14. Drikkevarer er tilladt i centret, men ikke mad.
15. Værdigenstande opbevares på eget ansvar.
16. Brug af doping medfører bortvisning og udelukkelse i minimum 2 år. Salg af doping og brug af doping i gentagelsestilfælde vil medføre bortvisning og udelukkelse af centret for altid.

**Overtrædelse af ordensreglementet kan/vil medføre bortvisning.**