

Regler for bruk av treningsrommet

(per 03.06.16)

- All trening er på eget ansvar. Er dere usikre på hvordan apparatene fungerer, ta kontakt med instruktør eller styret i DIL så dere unngår å skade dere.
- Ikke legg verdisaker igjen i garderobene!
- Etter at dere er ferdige med et apparat, sprøyt på desinfisering og tørk av med papir. Papiret kastet så i søplet.
- Vis hensyn med tanke på volumet på musikken, dersom det er andre brukere på samme tid.
- NB: bruk rene sko inne i treningsrommet. Skoene dere ankommer hallen i, settes nede i garderoben eller nede i gangen.
- På dagtid i skole tiden er det ikke tilgang til garderobesiden siden skolen har tatt beslag i disse. Da bruker en eventuelt WC nede i gangen.
- Det er ikke lov og låne nøkkelkort til noen andre. Nøkkelkortene er personlig for den enkelte. Brudd på dette kan føre til at nøkkelkortet blir inndratt.
- Minste aldersgrense er 13 år, men da må en ha med en av foreldrene/besteforeldre når en trener. Da bør de helst være med inn i treningsrommet, men kan også sitte på tribunen slik at de har oversikt over hva som skjer i treningsrommet og kan komme til unnsetning.
- I fra en er 16 år og til en blir 18 år er det KRAV om at en må ha med seg en over 18 år for å kunne trene. Det vil si at den over 18 år bestemmer treningstiden, for når han/hun går hjem må de mellom 16 og 18 gjøre det samme.

Er det vanskelig å få til dette i en travel hverdag kan vi gi dispensasjon fra denne regelen, med at foresatte påtar seg det fulle og hele ansvaret for at deres ungdom trener alene i treningsrommet. Dette gjøres ved å «printe» ut skjemaet som ligger ute på Dirdal IL sin nettside under treningsrom. Fyller ut det som står, signer (minst 1 av foreldrene) og lever til Geir Helge.

- Nøkkelkortet kan bli inndratt dersom en ikke overholder aldersbestemmelsene over.
- I fra en er 13 år og til en blir 18 år går det enkelte barn under abonnementet til en av foreldrene.
- Forbudt å ta med barn i treningsrommet
- Rydd opp etter dere og hold orden.
- Ved uvettig bruk og hærverk på apparatene kan en bli stilt erstatningsansvarlig.
- Gi beskjed til Mam (mob 472 77 941) ved feil eller mangler på utstyr.