

# Trivselsregler

- Medlemmet plikter å holde seg orientert om, og følge trivselsreglene og avtalebetingelsene som gjelder på sentrene. Disse finnes som oppslag ved inngangen på sentrene og [www.Narvik.kraftsportssenter.no](http://www.Narvik.kraftsportssenter.no)
- Adgangskort. Dette er personlig og skal alltid registreres ved ankomst. Medlemmet har ikke under noen omstendigheter tillatelse til å slippe andre inn på senteret. Dette medfører et gebyr på kr 1.500,-.
- Det er strengt forbudt å ta med inn, innta alkohol eller noen annen form for stimuli eller doping som står oppført på Antidoping Norge sine lister.
- Kle deg funksjonelt, og ta hensyn til andre. Bruk rene treningsklær, rene innesko som ikke setter merker, bukse, tights eller shorts som går ned på låret, t-skjorte eller singlet som er dekkende opp til armhuler og med breie seler over og bak på ryggen. Bare føtter eller bar overkropp er ikke tillatt ved Kraft Narvik. Utesko settes på anviste plasser eller i skapet. Bruk skoposer!
- Medlemmet er selv ansvarlig for sine saker og låser dem inn i ett skap under trening. Hengelås kan kjøpes i resepsjonen. Glemmer du å ta med tingene dine hjem etter treningen, åpnes skapet og tingene samles inn etter stenging.
- Vi oppfordrer til bruk av håndkle i treningsstudioet, sykkelsalene og på mattene i gruppetreningstimene.
- Alt utstyr skal ryddes på plass etter bruk. Styrke- og kondisjonsapparater, sykler og matter rengjøres ved hjelp av sprayflaske og papir etter bruk.
- Bruk kalkball ved klatring. Vis køkultur og ikke okkuper en rute over lengre tid. Hold klatreutstyr og tau samlet og rett deg etter instruks fra personalet.
- Vi forbeholder oss rett til å utestenge personer som ikke følger reglene. Ta hensyn og bidra til å skape et godt og sunt treningsmiljø.