

Måsens träningslokal

Tider

| | | | |
|----------|-------------|-----|-------------|
| Mån-tors | 06.30-22.00 | Lör | 08.00-23.00 |
| Fre | 06.30-23.00 | Sön | 08.00-22.00 |

Regler

- Endast boende och medlemmar i föreningen tillåtna i lokalen; dvs vänner och gäster får ej lov att nyttja träningslokalen
- Träning sker på egen risk; du ansvarar själv för att ditt hälsotillstånd är sådant att du utan risk kan använda utrustningen
- Max fem personer i lokalen åt gången
- Inga ytterskor, ej heller barfota – endast rena inneskor / strumpor
- Prata lågmält
- Ingen musik (förutom i egna hörlurar)
- Vikter släpps inte utan läggs varsamt på golvet
- Akta rören i taket och vid väggarna
- Träningslokalen får endast nyttjas på ovan angivna tider
- Nyttjandetider och utbud av utrustning kan komma att ändras
- Torka upp och städa efter dig – vi håller tillsammans lokalen fräsch
- Visa hänsyn gentemot dina grannar i byggnaden
- Kom ihåg att släcka lampan och låsa dörren

Kontakt

Kontakta gärna styrelsen om du har frågor eller önskemål gällande träningslokalen: brf.masen.lund@gmail.com

Övrigt

Hur tycker ni ventilationen fungerar vid träning? Vi vill gärna ha feedback. Behövs exempelvis en fläkt eller ytterligare ventilation? Kommentera nedan eller maila oss!

Kommande tillskott till lokalen:

- Mattor till stretching
 - Träningsgummiband
 - Stabiliserande matta under crosstrainern
 - Rengöringsspray till utrustningen
-
- Annat ni vill ha; utrustning eller tillbehör? Hör gärna av er via mail eller skriv upp det ni önskar till lokalen här nedan!