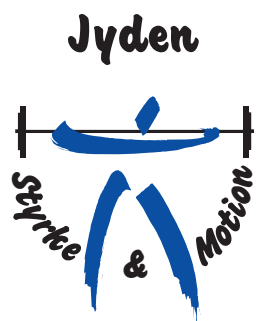


# Regelsæt for træning i Jyden Styrke & Motion



## Jyden Styrke & Motion Gym Rules

### Medlemskab

Alle der er fyldt 14 år, er velkomne som medlem. For børn under 14 år kan bestyrelsen give dispensation til et betinget, midlertidigt medlemskab, hvis træningen er del af et behandlingsforløb, genoptræning eller lignende.

Opretholdelse af medlemskab for inaktive medlemmer, er betinget af at medlemmet på anfordring giver samtykke til opbevaring af persondata. Det er medlemmets eget ansvar at medlemsprofilen altid er opdateret med korrekte kontaktoplysninger, herunder e-mailadresse og telefon. En medlemsprofil må ikke overdrages til andre personer.

### Træning i centeret

Man må kun træne i centeret hvis man har et gyldigt abonnement eller en gyldig dagsbillet. Al ophold og træning i centeret, herunder enhver brug af maskiner og redskaber, sker på eget ansvar. Det er den enkelte persons egen forpligtelse at tegne såvel ansvars- som ulykkesforsikring. Omklædning skal ske i omklædningsrummet. Under træning skal der benyttes anstændig og ikke-stødende beklædning. Træning i bar overkrop er ikke tilladt. Fodtøj skal være rene, indendørs træningssko eller strømper. Træning i bare fødder er ikke tilladt. Udstyr og faciliteter skal ryddes op, efterhånden som træningen skrider frem. Alle maskiner, redskaber, håndvægte m.v. skal efter afsluttet øvelse aftørres ved brug af fremsatte sprayflasker og klude. Enhver brug af talkum, kridt og lignende er forbudt. Uforsvarlig behandling af inventaret kan medføre erstatningspligt.

### Brug af nøglebrik

Alle medlemmer skal **ALTID** bruge egen personlig nøglebrik ved indgang i centeret – også selv om døren allerede er åben. Nøglebrikken er personlig og må ikke overdrages til andre. Et medlem er altid ansvarlig for brugen af den personlige nøglebrik. **Det er IKKE tilladt at lukke andre personer ind, heller ikke selv om disse er medlemmer!** Eneste undtagelse er, hvis en person er i besiddelse af en gyldig dagsbillet. Der foretages jævnligt kontrol af nøglebrikker/medlemskab i centeret.

### Doping

Alle former for brug eller formidling af doping er forbudt! Jyden Styrke & Motion er underlagt DGI's retningslinjer på området, og brug eller formidling af doping medfører indberetning af medlemmet til relevante organisationer og myndigheder. Anti Doping Danmark er berettiget til at foretage dopingtest blandt medlemmerne, som har pligt til at medvirke. Nægter man dette, medfører det øjeblikkelig eksklusion fra foreningen.

### Dagsbillet

En dagsbillet giver adgang til ubegrænset træning for én navngiven person på den dato, hvor billetten er købt. Som gæst er man også underlagt dette regelsæt. En dagsbillet skal altid købes, inden man går ind i centeret. Kvittering skal på forlangende kunne fremvises enten elektronisk eller i papirform.

### Øvrige regler

Mad og drikkevarer må ikke indtages i træningscenteret. Det er dog tilladt at medbringe væske i plastflasker og drikkedunke. Der må ikke ryges i centeret, heller ikke e-cigaretter. Det er ikke tilladt at indtage eller være under indflydelse af alkohol, euforiserende stoffer eller ulovlige medikamenter under ophold i centeret. Mobiler, tablets og lignende skal være på lydløs. Ønsker man at høre anden musik end den der spilles i centerets højttalere, skal man benytte sig af hørebøffer/earpods. Det er ikke tilladt at fotografere/filme andre personer. Overtøj, udendørs fodtøj, tasker m.v. skal opbevares i omklædningsrum eller anden anvist plads. Alle former for værdigenstande medbringes på eget ansvar. Det er ikke tilladt at udvise adfærd der kan opfattes som stødende eller respektløs. Dette omfatter sproglige ytringer, kropssprog og andre udtryksformer. Videoovervågning af både indgangsområdet og selve træningscenteret kan uden yderligere varsel blive iværksat, hvis bestyrelsen skønner det relevant. Motionscenteret må ikke benyttes til kommercielle formål uden forudgående aftale med bestyrelsen. Centeret skal altid forlades senest ved lukketid. Anvisninger fra instruktører, bestyrelse/ledelse eller multicenterets personale skal altid følges.

### Sanktioner ved regelbrud

Hvis et medlem bryder en eller flere af disse regler, kan det medføre bortvisning, spærring af nøgle og/eller en karantæne, som fastsættes af bestyrelsen. Der ydes i ingen tilfælde refusion for eventuelt resterende abonnement. Ved spærring af nøgle kan medlemmets nøglebrik ikke anvendes igen, før den på ny er blevet kodet på motionscenterets kontor. Gebyr for kodning udgør kr. 125,- som skal betales med betalingskort.

Regelsæt senest revideret: 21.10.2020.

### Membership

Anyone over the age of 14 years, is welcome as a member. For children under the age of 14, the board can provide a dispensation for a limited time as a conditional membership if the workout is part of care trajectory or rehabilitation.

Retention of membership for inactive members is subject to the member giving consent to the storage of personal data upon request. It is the members own responsibility that the member profile is always up to date with correct contact information, including e-mail and phone number. A member profile must not be transferred to another person.

### Working Out in The Gym

One is only allowed to work out in the gym if one has a valid subscription or a valid one-day ticket.

Any stay and workout in the gym, including any use of machines and equipment, is at own risk. It is each person's own responsibility to take out policies for liability and casualty insurances. Change of clothes must be done in the changing room. Decent and non-offensive clothes must be worn during workout. Working out with an un-covered upper body is not allowed. Shoes must be clean, indoor trainers. Working out barefoot is not allowed.

Equipment and facilities must be tidied up as the work out progresses. All machines, tools, dumbbells, barbells etc. must be wiped off using the cloths and spray bottles provided. Any use of talc, chalk or similar is not allowed.

Irresponsible use of the equipment may lead to a compensation claim.

### Use of Key Tag

All members must **ALWAYS** use their own, personal key tag when entering the gym – even if the door is already open. The key tag is personal and must not be handed over another person. The member is always responsible for the use of the key tag. **It is NOT allowed to let in other persons in the gym, even if they are members!** The only exception is if the person has a valid one-day ticket.

Verification and check of memberships and key tags is carried out in the gym regularly.

### Doping

Any use or distribution of doping (Drugs) is forbidden! Jyden Styrke & Motion complies to the rules of DGI governing this area, and the use or distribution of doping (Drugs) will lead to the member being reported to relevant associations and authorities. Anti Doping Danmark has the authority to perform doping tests amongst the members, who are obliged to participate. Any member refusing participation will be expelled from the club with immediate effect!

### One-day Ticket

A one-day ticket gives access to unlimited workout for one named person only, on the date of ticket purchase. As a guest, one must also comply with these rules. A one-day ticket must always be purchased before entering the gym. Upon request, a receipt must be shown in either hard or soft copy.

### Other Rules

Consumption of food and beverages in the gym is not allowed. However, it is allowed to bring along water in plastic bottles.

Smoking is not allowed in the gym, neither the use of e-cigarettes.

It is not allowed to consume or be under the influence of alcohol, psychedelic drugs or illegal medicine when staying in the gym.

Mobiles, tablets and similar devices must be muted. If one wants to hear other music than played in the gym, headphones or earbuds must be used. It is not allowed to film or take photos of other persons.

Outdoor clothing, shoes, bags etc. must be stored in the changing room or assigned place. Valuables are kept at one's own risk; Jyden Styrke & Motions takes no responsibility whatsoever. It is not allowed to express a behavior which can be perceived as offensive or disrespectful. This includes vocal expressions, body language and other ways of expression.

CCTV surveillance of the entrance area and the gym itself, can be put into operation without further notice if the board sees fit.

The gym must not be used for commercial purposes without prior agreement with the board.

The gym must be vacated no later than the official closing time.

Instructions from the instructors, board members or staff from the Multicenter must always be observed.

### Consequences of Rule Violations

If a member violates one or more of the rules, it may lead to dismissal from the gym, suspension of key tag and/or a membership time suspension to be decided by the board. There will be no reimbursement of remaining subscription value.

When the key tag is suspended, the key tag will not work again until it has been unlocked in the gym's office. There is a unlocking fee of DKK 125.- which must be paid by payment card.

In the case of discrepancy between the English and the Danish version of the Jyden Styrke & Motion Gym Rules, the Danish version shall apply.

Gym rules revision date: 21.10.2020