# Ordensregler for KFUM PULZ Motionsrum

## ANSVAR OG ADGANG

- Hænder sprittes af inden træning.
- Al træning foregår på **eget ansvar**.
- **Adgang er kun tilladt for personer over 15 år** med **personlig adgangsbrik** og medlemskab af KFUM PULZ.
- KFUM-foreninger har fri adgang i **egne træningstider** – trænere/instruktører har adgang via adgangsbrik.
- **Gæster på Sportshotellet** og **medarbejdere i Pulzion** har adgang.
- **Børn mellem 10 og 14 år** må benytte motionsrummet **gratis** i følge med en **forælder, der er medlem**.

---

## ADFÆRD

- Vi ønsker, at **alle får en god oplevelse** – vis hensyn og støt gerne hinanden med sparring og motivation.

---

## BEHANDLING AF UDSTYR

- Brug kun udstyret til de øvelser, det er beregnet til, og behandl det med omtanke.
- Håndvægte skal sættes ned – ikke smides.
- **Alt udstyr lægges på plads efter brug.**
- Maskiner og udstyr kan aftørres efter brug med sæbevand ved behov.
- Pulzion aftørrer alle maskiner og udstyr dagligt på hverdage.
- Det er ikke tilladt at fjerne udstyr fra motionsrummet.

---

## BEKLÆDNING

- Du skal bære **træningstøj og rene indendørssko**.
- **Udendørssko er ikke tilladt**.

---

## FEJL OG MANGLER

- Eventuelle fejl eller mangler skal meldes til kontoret i Pulzion.

Med venlig hilsen
KFUM PULZ