

TRIVSELREGLER!

För att alla ska trivas har vi några enkla ordningsregler som vi ber samtliga medlemmar att följa. **Missbruk av dessa regler kan leda till omedelbar avstängning.**

Åldersgräns & Medlemskap

- Av säkerhetsskäl och för allas trivsel är det **inte tillåtet för barn att vistas i gymmet**, varken under träning eller som medföljande. Vår utrustning och miljö är inte anpassad för små barn, och det finns risk för olyckor. Det är däremot okej att ha **barn med i barnvagn** (som lämnas i entrén), eller barn som sitter i "vänthörnan" i entrén, **under hela passet**.
- **Åldersgräns för träning:** 13 år i sällskap av vuxen. Kort behövs.
- **Ungdomsrabatt:** Medlemmar mellan 13–17 år får **25 % rabatt** på ordinarie priser. Kontakta oss för en rabattkod före du tecknar medlemskap.
- **Träna själv:** Medlemmar får träna på egen hand från **16 års ålder**.
- **Endast aktiva medlemmar:** Gymmet är endast till för dig med ett aktivt medlemskap. Det är **absolut förbjudet att ta med en icke-betalande gäst** utan överenskommelse. Om någon vill provträna ett pass, kontakta oss i förväg. Överträdelse leder till **omedelbar** avstängning.

Trivsel & Utrustning

- **Användning av kalk:** Får endast användas sparsamt i den funktionella träningsytan. Tvätta händerna innan du använder gymmaskiner och rengör eventuella kalkrester med sopborste eller fuktat papper.
- **Plocka undan efter dig:** För en ren och trevlig träningsmiljö, lägg alltid tillbaka redskap och vikter på sin plats efter användning.
- **Yoga & tystnad:** Under yogaklasser är gymmet **stängt för övrig träning**. Se vårt schema på hemsidan – en påminnelse sätts även upp vid dörren under pågående klass.

Utrustning & Lokalen

- **Inga uteskor på gymgolvet** – dessa ska lämnas i skohyllan i entrén.
- **Ta med dina skor hem efter träningen** – kvarglömda saker plockas undan kontinuerligt.

- **Musikanläggning:** Det är okej att använda anläggningen under träning, när du tränar ensam i lokalen, men **visa hänsyn till ljudnivån**, då vi har en pizzeria vägg i vägg. När flera vistas i lokalen samtidigt, använd hörlurar.

Säkerhet & Regler

- **Stöld eller förskingring** av utrustning, drycker eller förbrukningsmaterial leder till omedelbar avstängning.
- **Dopingkontroller** kan genomföras oanmält i lokalen.
- **Avboka gruppPASS i god tid** (4 timmar i förväg) – Vi vill att andra ska ha chansen att träna hos oss, om du inte kan. För sen avbokning, leder till automatiskt spärr av kortet, som behöver låsas upp för 40:-. För dig som köpt passet separat förblir hela summan förbrukad.
- **Vi ansvarar ej för värdesaker** – ta med dina personliga tillhörigheter hem efter träningen.

Vi uppskattar din hjälp med att hålla gymmet rent och trivsamt för alla! Tack för att du är en del av vår gemenskap!

För frågor - maila oss på **info@peppamera.se**



GYM, PASS & FUNKTIONELL TRÄNING | ÖPPET FÖR ALLA