



Ergänzung zur Hausordnung: indoor cycling

Wir bemühen uns, Ihnen den Aufenthalt in unserem Fitness-Studio so angenehm wie möglich zu gestalten. Die Hausordnung soll sicherstellen, dass der gepflegte Charakter unseres Fitnessstudios im Interesse aller Mitglieder und Kunden erhalten bleibt.

1. Allgemeines

Die Punktekarte ist personengebunden und kann nicht übertragen werden. Bitte achten Sie auf den Gültigkeitszeitraum, da es sich um eine Saisonpunktekarte handelt.

2. Vor Kursbeginn

Bitte melden Sie sich am Empfang an. Beachten Sie, dass Sie **vor Kursbeginn** auf Ihrer **Punktekarte unterschreiben**.

Zum angegebenen **Zeitpunkt des Kursbeginns** sollten alle Teilnehmer umgezogen und bereit für den Kursbeginn sein. Check-In und Umkleidezeiten sind durch die Teilnehmer entsprechend einzukalkulieren.

3. Kursanmeldung und Absage

Nutzen Sie bitte die **ausliegende Kursliste** bzw. lassen Sie sich in Ihren Wunschkurs rechtzeitig eintragen. Nur so ist gesichert, dass die Kurse nicht ungewollt ausfallen. Falls Sie trotz Anmeldung nicht zum Kurs erscheinen können, **melden Sie sich bitte rechtzeitig** (mind. 6 Stunden vor Kursbeginn) ab. Haben Sie bitte Verständnis, dass **bei Anmeldung und Nichterscheinen**, fehlender Absage oder übermäßiger Verspätung **ein Kurspunkt** von der Punktekarte abgebucht wird. Sollte unsererseits eine Kursabsage notwendig sein, werden wir Sie über Ihre hinterlegten Kontaktdaten darüber informieren.

4. Hygieneregeln & Trainingskleidung

Wie im gesamten Fitnessstudio und bei allen Trainingseinheiten ist ein **ausreichend großes Handtuch** zur Unterlage usw. zu verwenden.

Das Betreten der Trainingsräume ist nur in sauberer und angemessener **Trainingskleidung** sowie mit sauberen indoor-**Sportschuhen** gestattet.

Das Benutzen von **Klickschuhen** für das indoor cycling ist erlaubt. Diese dürfen auf Grund von möglichen Bodenbeschädigungen erst unmittelbar vor dem Kursraum angezogen werden.

5. Bei Kursende

Jeder Teilnehmer wird gebeten, **die indoor cycling-Bikes** mit dem vom Studio bereitgestellten Reinigungs-/Desinfektionsmittel und Papiertüchern **nach Kursende zu reinigen** - denn, beim indoor cycling kommt man ordentlich ins Schwitzen. Sie und Ihre Mittrainierenden danken es Ihnen und Sie freuen sich auch beim nächsten Kurs über gepflegte Bikes. Der Kursraum ist aufgeräumt und sauber zu hinterlassen.

6. Traineranweisungen & Gesundheit

Den **Anweisungen der Trainer und Personals** ist generell Folge zu leisten.

Jedes Training birgt ein gewisses **Verletzungsrisiko**. Bitte klären Sie regelmäßig Ihre **Sporttauglichkeit** mit einem Arzt ab. Bei Schmerzen oder Unwohlsein brechen Sie bitte das Training ab und suchen einen Arzt auf. Wir übernehmen **keine Haftung** bei gesundheitlichen Problemen, sonstigen Schäden oder Verletzungen, die durch das Training entstehen können. Unsere Trainingsempfehlung: Training mit Pulsuhr.

Bei Rückfragen stehen wir gerne zur Verfügung.

Ihr Team der SportOase Pforzheim



**Squash
Badminton
Sauna
Bistro**

Steingrubenweg 4-6 • 75177 Pforzheim
Hinter dem Wartbergfreibad • A8-Ausfahrt Pforzheim-Nord

Tel. 07231-52 919 • www.sportoasepforzheim.de