**Prevádzkový poriadok**

1. **Príchod a registrácia:**
   * Pri príchode na recepciu si pripravte svoju členskú kartu alebo doklad totožnosti na overenie totožnosti.
   * Noví členovia musia vyplniť registračný formulár.
2. **Hygiena a zdravie:**
   * Pred začatím cvičenia si umyte ruky na jednom z prístrojov na umývanie rúk umiestnených v priestore.
   * V prípade, že ste chorí alebo máte príznaky ochorenia (napríklad horúčku, kašeľ, kýchanie), zostaňte doma a nedochádzajte do fitnescentra.
3. **Oblečenie a obuv:**
   * Nosíte vhodné športové oblečenie a obuv s neznačkovou podrážkou, ktorá neškodí povrchu.
   * Nepoužívajte vonkajšiu obuv na tréningových plochách.
4. **Vybavenie a zariadenie:**
   * Pred použitím akéhokoľvek zariadenia si prečítajte návod na obsluhu, ak ho neovládate.
   * Po skončení cvičenia upratujte a čistite zariadenie, ktoré ste použili.
5. **Hlučnosť a rešpekt voči ostatným:**
   * Dôrazne žiadame, aby ste rešpektovali iných členov a dbali na tiché správanie v celom fitnescentre.
6. **Základné bezpečnostné pravidlá:**
   * Dávajte pozor na svoje okolie a dbajte na bezpečnosť seba aj iných.
   * V prípade nezrovnalostí, havárie alebo zranenia okamžite kontaktujte personál fitnescentra.
7. **Vlastná hygiena:**
   * Po použití toalety vždy umyte ruky a venujte pozornosť čistote a poriadku v sprchách a šatniach.
8. **Používanie uterákov a osušiek:**
   * Každý člen je povinný si nosiť vlastný uterák a poúživať ho pri cvičení (najmä pod hlavu na kožené časti strojov). Uteráky si je možné zapožičať na recepcii (za poplatok). Prosím, nezabudnite ich použiť a od nás požičané si neodnášajte domov.
9. **Stravovanie:**
   * Konzumácia jedla je povolená len v oblasti vymeškanej na tento účel.
   * Používanie alkoholu alebo drog v fitnescentre je zakázané.
10. **Záverečné upozornenie:**
    * Každý člen je zodpovedný za svoje osobné veci. Nezanechávajte cennosti bez dozoru.
    * Personál fitnescentra si vyhradzuje právo vylúčiť člena, ktorý porušuje tieto pravidlá alebo ohrozuje bezpečnosť ostatných.