

Ordensregler Treningsrom 2



Mat er ikke tillat medbrakt eller spist i treningsrommet.

Ved organisert trening skal ansvarlig trener påse at treningsrommet er ryddig og rent etter endt økt.

All bruk av apparater skjer på eget ansvar. Frogner IL tar ikke ansvar for skade og feil bruk av utstyr i treningsrom.

Vis hensyn til andre brukere - benytt håndkle når du trener.

Rengjør treningsapparatene etter deg med desinfiseringsmiddel og papir.

Benytt kun innesko i treningsrommet.

Ikke kast medisinballen i veggen.

Brukere skal holde orden i lokalet. Utstyr skal settes på plass etter bruk. Bager og ytterklær skal ikke oppbevares i treningsrommet. Garderobe 11 og 12 kan brukes.

Nøkkelt kort er personlig. Mistet kort erstattes med kr.100
Under 16 år får ikke eget kort

Aldersgrense 16 år. Ved gruppebooking med trener, fra 8.trinn.
Mulighet for gruppetrening onsdag og fredag kl. 16-18.
Fra 8.trinn. treningsrom 2 kan brukes under foreldre sitt
abonnement (1 stk per 1 stk foreldre) og foreldrene må være
med når de skal trene.
Booking gjøres hos Radu Carlan.

Åpningstider
Mandag-Torsdag kl. 09-22
Fredag kl. 09-20

Dersom du har spørsmål, noe er defekt eller blir ødelagt mens du bruker utstyret, så er du ansvarlig for å melde dette så snart som mulig til sportslig koordinator i Frogner IL, Radu Carlan.

Tel. 94841759

Email. sportslig@frogneril.no