



## Nutzungsbedingungen Kraftraum der Abteilung FFG

### Training:

Zu den ausgehängten Öffnungszeiten kann trainiert werden. Ehrenamtliche Helfer haben die Aufsichtspflicht. Ihren Anweisungen ist Folge zu leisten.

Der Kraftraum ist eine zusätzliche Einrichtung für Mitglieder des TSV Eriskirch. Das Grundtraining basiert auf einem Zirkeltraining mit Zeitangabe. Weiter können die Teilnehmer alle Trainingsmöglichkeiten dieses Raumes nutzen. Es werden keine Trainingspläne erstellt, oder gesundheitliche Versprechen getätigt. Es dient lediglich der sinnvollen Bewegung des ganzen Körpers. Deswegen sollten auch alle Übungen im Zirkel ausgeführt werden.

Die Trainingsgeräte sind so konzipiert das sie einfach zu bedienen sind.

Einmal in der Woche gibt es eine Trainerstunde. Sie dient für Fragen und zur Einweisung neuer Teilnehmer. Die Trainingszeiten sind im Internet ausgeschrieben. Es darf nur an den Geräten trainiert werden, wenn eine Einweisung stattgefunden hat.

Für selbstverschuldete Überlastungen an den Geräten wird keine Haftung übernommen.

Mindesteinstiegalter ist 16 Jahre. Von 14 – 16 Jahren ist Rücksprache mit dem Trainer zu halten, ob es sinnvoll ist. Nach oben sind keine Grenzen gesetzt.

Unter 14 Jahren ist kein Training möglich.

Weiter ist den mit der Anmeldung ausgehändigten Spielregeln, Folge zu leisten.

### Anmeldungen:

Der Kraftraum wird über die Abteilung FFG des TSV abgewickelt. Sämtliche Anmeldungen und Kündigungen, die die Mitgliedschaft im Kraftraum betreffen, sind ausschließlich an diese Abteilung zu senden. Zuständig für die Mitgliederverwaltung ist Petra Rozanowske. Email: [prozanowske@t-online.de](mailto:prozanowske@t-online.de)

Die Nutzungsgebühr im Jahr beträgt 60 Euro für TSV-Mitglieder. Unabhängig vom Alter. Bei einem Start in der Mitte des Jahres wird die Gebühr, anteilmäßig bis zum 31.12 des Jahres berechnet.

Die Gebühren für die TSV Mitgliedschaft müssen separat entrichtet werden. Hierzu gibt es extra Anmeldungen. Die Staffelung hier geschieht nach Alter. Die Mitgliedsbeiträge sind auf der Homepage einzusehen.

Die Kraftraumgebühr ist für eine Familie ab 3 Teilnehmern ist reduziert auf 150 Euro. Die Buchung hier geschieht von einem Konto.

Die Häufigkeit der Nutzung ist frei. Empfehlenswert jedoch ein 2-3 maliges Training pro Woche.



Ohne Kündigung verlängert sich die Mitgliedschaft für den Kraftraum automatisch um ein Jahr. Kündigungsfrist ist der 31. Dezember des Jahres. Kündigungen müssen schriftlich erfolgen, und sind an die Abteilung FFG zu richten.

Bei längeren attestierten Krankheiten ist eine Rückzahlung oder Übertrag auf das nächste Jahr möglich.

Nichtmitglieder haben die Möglichkeit einmalig ein 3-Monat Abo zu erwerben. Kosten hierfür einmalig 45 Euro. Für Mitglieder 30 Euro.

### **Rundherum:**

Es darf nur mit sauberen separat mitgebrachten Turnschuhen trainiert werden. Aus hygienischen Gründen und zur Sicherheit sollte nicht Barfuß an den Übungen teilgenommen werden.

Als Unterlage ist ein ausreichend großes Handtuch mitzuführen. Und dieses auch zu benutzen.

Die Trainingstaschen können in den Umkleieräumen deponiert werden. Hierfür sind ausreichend Spinde angebracht. Wertsachen dürfen mit in den Trainingsraum gebracht werden.

Wenn Mobiltelefone mitgeführt werden, sind diese auf lautlos zu stellen. Telefoniert wird vor der Tür.

Getränke dürfen mit in den Trainingsraum gebracht werden.

Wir wünschen viel Vergnügen beim Training

Die Abteilung Fitness – Freizeit und Gesundheit (FFG)