

Regler for Gadstrup Motion – fra 1. nov. 2022

Adgang til centeret

1. Motionscenteret er åbent fra kl. **05:00-24:00**.

Centeret skal være forladt udenfor dette tidsrum. Her er det låst og overvåget.

Hvis vagtselskabet blevet tilkaldt udenfor åbningstiden pga. du er til stede, skal du betale et gebyr på 2500 kr. – svarende til GM's udgift for en udkørsel – for at fortsætte dit medlemskab.

2. Alle skal registrere adgangskortet ved ankomst undtaget ved hold i Boxen. Kortet er personligt og må derfor ikke deles eller overdrages til andre ligesom det ikke er tilladt at lukke andre ind i centeret.
Snyd med kort og adgang udløser 1 mdrs. karantæne første gang – ved gentaget snyd (indenfor 1 år) forlænges karantæner m.v.
3. Du kan frit træne i alle centerets lokaler, når der ikke er holdtræning.
4. Børn er velkomne ved stolene ved indgangen.

Under træning

5. Vis hensyn, så det er et rart sted for alle at være.
6. Du træner under eget ansvar.
7. Du skal, som udgangspunkt, have modtaget instruktion i brug af maskinerne i forbindelse med første ordinære medlemskab.
8. I centeret skal du bruge indendørstøj og -sko eller strømper (maskinerne bliver ødelagt af jord og sand). Bare fødder eller overkrop er ikke tilladt. Hvis du ønsker at træne i tank-top eller sports-BH eller lign. skal beklædningen dække brystkassen.
9. Dine sko og overtøj skal så vidt mulig opbevares i entréen.
10. Du skal aftørre maskiner og redskaber efter brug og sætte redskaberne på plads.
11. Mobilsamtaler skal begrænses. Udvis hensyn og sæt din mobil på lydløs under træningen.
12. Det er ikke tilladt at tage billeder eller filme andre medlemmer samt lave opslag på sociale medier uden deres samtykke.

Hvis overstående regler ikke følges, kan det medføre advarsel, karantæne eller i yderste konsekvens udmeldelse.

Doping og udelukkelse

13. Gadstrup Motion følger Antidoping Danmarks regler og du accepterer ved indmeldelse, at du er bekendt med foreningens dopingpolitik, som angivet herunder.

Repræsentanter fra Antidoping Danmark kan uanmeldt foretage dopingkontrol.

14. Får du en positiv dopingtest, medfører det som udgangspunkt 2 års karantæne. Modsætter du dig test, betragtes det som en positiv prøve.
15. En positiv test kan betyde, at Antidoping Danmark herefter udelukker dig fra træning i alle centre og sportsgrene, der er tilknyttet Antidoping Danmark.
16. Salg af doping medfører politianmeldelse samt udelukkelse.