**KÕRVEKÜLA SPORDIHOONE JÕUSAALI KODUKORD**

* **10-15 AASTASED LAPSED VÕIVAD JÕUSAALIS TREENIDA AINULT KOOS TÄISKASVANUD TREENERI VÕI JUHENDAJAGA, KES VIIBIB TREENITAVA KÕRVAL NING JUHENDAB KOGU TREENINGU KESTEL!**
* **Alates 16. eluaastast saab jõusaalis treenida iseseisvalt.**
* **Kasuta jõusaali treeningseadmeid ja vahendeid heaperemehelikult.**
* **Inventari pahatahtliku rikkumise eest, vastutad materiaalselt.**
* **Hantlid ja raskused pane alati pärast kasutamist riiulile tagasi.**
* **Puhasta treeningseade pärast kasutamist.**
* **Suhtu sõbralikult teistesse jõusaali kasutajatesse, vajadusel paku oma abi.**
* **Jõusaali tule treeningjalanõudega, mida kasutad ainult siseruumides. Treenimine plätudes pole lubatud.**
* **Jõumasinatel treenides palume jälgida, et raskused ei liiguks omavahel suure hooga (müra tekitades) kokku.**
* **Treeningutel osaledes vastutad oma tervisliku seisundi eest.**
* **Jõusaal on avatud E-R 16.00-21.00.**