



## Användningsinstruktioner för gymmet

Öppethållningstider: **måndagar-fredagar kl. 07.00-21.00** och **lördagar-söndagar kl. 08.00-18.00**. Avvikande öppethållningstider informeras på anslagstavlan och på idrottsväsendets hemsidor. Nyckeln är personlig, låna inte ut den till någon annan. Kontakta idrottsväsendet om nyckeln försvinner. Pantavgiften återfås när du återlämnar nyckeln intakt. Staden uppbär en halvårsavgift (6 mån) av alla nyckelinnehavare. Halvårsavgiften är 56 € (kommuninvånare 28 €). Avgiften uppbärs av alla användare som innehaft en nyckel under tiden 1.1 – 30.6 och/eller 1.7 – 31.12. **Engångsbesök till gymmet är ej möjliga och nyckeln är alltid i kraft tillsvidare.** Faktureringen sker två gånger om året (vår och höst).

Personer under 16 år får använda gymmet endast i sällskap av en vuxen. **Tillträde till gymmet är strängt förbjudet för barn under 12 år.**

Det är förbjudet att använda uteskodon i gymmet. Renlighet, ordning och gott uppförande bör iakttas i utrymmet. Gymmet är inte öppet för allmänheten när ledd verksamhet pågår i utrymmet. På anslagstavlan och på idrottsväsendets hemsidor finns information om när ledd verksamhet pågår. Omklädningsrummen får användas av gymmets användare (nummer 2 och 3 för kvinnor samt nummer 4 och 5 för män). Hangö stad ansvarar inte för värdesaker som lämnas i omklädningsrummen. I gymmet eller direkt utanför finns förvaringsskåp för användarna. Dessa får inte reserveras för mera än två timmar i följd och eget lås bör tas med.

Apparaterna, som fungerar med lufttryck, bör alltid tömmas på motstånd efter avslutad träning. För att ändra riktning på motståndet måste lufttrycket först tömmas. Lösvikter, hantlar och övriga redskap skall alltid återbördas till sina rätta platser. Belysningen släcks och CD-spelaren/radion stängs av då du lämnar gymmet tomt.

OBS ! Du är skyldig att meddela idrottsväsendet om du märker att något försvunnit eller gått sönder. Även vandalism bör anmälas.

Kontaktuppgifter : [taru.alho@hanko.fi](mailto:taru.alho@hanko.fi), tel. 040 518 9564  
[krista.grundstrom@hanko.fi](mailto:krista.grundstrom@hanko.fi), tel. 040 869 7406  
[tobias.ohman@hanko.fi](mailto:tobias.ohman@hanko.fi), tel. 040 135 9405  
[rukkiarena@hanko.fi](mailto:rukkiarena@hanko.fi), tel. 0400 474 005 (idrottsplatsköterna)