

Motion for Askerødder



Velkommen til Motionsklubben i Askerød!

Vi mødes og udfylder indmeldingsskemaet (husk dit sundhedskort) – her betaler du indmeldingsgebyr kr. 50,00 for brikken og kontingent på 50,00 kr. for den første måned.

Herefter skal du være opmærksom på at betale dit kontingent på **MobilePay 119381** pr. den første i måneden – hvor du skriver dit navn og adresse, så vi kan identificere betalingen. Du må gerne betale for flere måneder ad gangen.

I modsat fald vil din brik blive lukket – det koster 100,00 kr. at få åbnet den igen. Hvis du mister din brik, vil en ny også koste 100,00 kr. Ved gentagne lukninger af brikken på grund af restance, vil det ikke være muligt at blive medlem af Motionen mere.

HUSK:

Brikken er personlig, og du må ikke lukke andre ind.

Brug af maskinerne er på eget ansvar – hvis fejl kontakt Motionen sms 20995630.

Der må ikke ryges, spises eller drikkes i lokalet, kun vand i din drikkedunk.

Du skal have indendørssko på, når du bruger maskinerne og aftørre maskinerne med blåt papir, hvorpå du sprøjter spritten. Der må IKKE sprøjtes sprit direkte på maskinerne.

Ryd op og sæt alt på plads igen efter brug.

Du skal lukke vinduer, døre og slukke lyset, når du forlader lokalet. HUSK også at slukke for vifterne.

Du kan træne på følgende tider: Se skema på væggen i motionslokalet.

Bemærk, at de gule tider er rene dametider – og respekter, at den røde tid er til rengøring – se skema på væggen i motionslokalet.