

Règlement intérieur

1. Réception

Lorsque vous entrez au TC, veuillez faire le check-in automatique avec votre bracelet automatique, idem quand vous quittez le centre en faisant le check-out.

2. Hygiène

Dans le TC Training Center: Pour des raisons d'hygiène, veuillez s.v.p. toujours poser un linge sur les sièges resp. dossiers des machines. Portez des chaussures de sport adaptées à la pratique du fitness. Lorsque vous avez terminé votre entraînement à un engin, laissez-le dans un état de propreté adéquat (sueur!). Si nécessaire, nettoyez-le avec le produit de désinfection mis à disposition.

Dans le Budo Center Fribourg. Veuillez utiliser des souliers spéciaux pour aller des vestiaires aux dojos. Otez vos chaussures et laissez-les sur les étagères à l'entrée du dojo avant de pénétrer dans celui-ci pieds nus.

Ne pénétrez jamais dans les locaux du TC Training Center & Budo Center Fribourg avec des souliers de ville ni des chaussures de sport sales.

Il est interdit de fumer dans tous les locaux du TC et du BC!

3. Comportement dans les locaux d'entraînement

Dans toutes les zones d'entraînement, il est interdit de s'entraîner torse nu.

Pour votre entraînement, suivez les recommandations des instructeurs et tenez votre carte personnelle d'entraînement à jour. C'est uniquement de cette manière que nous pourrons, par un accompagnement optimal, contribuer au succès de votre entraînement.

4. Boissons

La direction du TC Training Center vous est reconnaissante de ne pas apporter de boissons de l'extérieur. Les boissons servies au bar sont d'excellente qualité et sont offertes à des prix corrects. Des gourdes doivent être utilisées pour toutes les boissons qui ne sont pas consommées au bar (risque de renverser les boissons). Les gourdes sont mises à disposition par le TC Training Center.

5. Douches et vestiaires

Veuillez laisser les douches, WC, lavabos et tables de coiffure après utilisation dans le même état de propreté que celui que vous aimeriez trouver vous-même à ces endroits.

6. Sauna/Solarium

Veuillez couvrir les sièges et les chaises longues de la zone de relaxation avec un linge avant de l'utiliser. Respectez les règles du sauna.

Nettoyez la surface du solarium après chaque utilisation avec le produit de désinfection prévu à cet effet. Respectez les règles du solarium.

7. Enfants

La salle de musculation n'est pas un endroit pour les enfants (danger de blessures). Les enfants sont les bienvenus au paradis enfants (consultez les horaires de la garderie).

8. Fermeture

Veuillez quitter la salle d'entraînement 15 minutes avant la fermeture. Ainsi, il vous restera suffisamment de temps pour vous doucher et vous changer, car le centre de fitness ferme à l'heure prévue.

9. Substances interdites

Tous les produits vendus au TC Training Center sont agréés par l'OFSP et ne contiennent pas de substances interdites. Les membres qui consommeraient ou feraient commerce de substances interdites seraient exclus des locaux du TC.

Merci de votre compréhension.