



Personer under 18 år behöver vårdnadshavarens medgivande för att kunna träna hos oss. Som medlem ska föreningens medlemsvillkor samt trivselregler följas. Medlemmen samt vårdnadshavare ansvarar för att hålla sig uppdaterade på föreningens villkor och regler. För medlem under 13 år sker träning alltid tillsammans med vuxen (20+ år).

## Medlemmens uppgifter:

Medlemmens namn:	Medlems personnummer:
------------------	-----------------------

## Vårdnadshavarens uppgifter:

Målsmans namn:	
Målsmans personnummer:	Målsmans telefonnummer:
Målsmans mailadress:	

Jag godkänner medlemsvillkor och integritetspolicy samt ger mitt godkännande till att medlemmen, vars uppgifter står ovan, får köpa träningskort samt träna hos Friskis&Svettis Norrköping i enlighet med gällande åldersgränser.

\_\_\_\_\_  
Namnteckning vårdnadshavare

\_\_\_\_\_  
Datum

Jag som minderårig har förstått reglerna nedan och intygar att jag kommer att följa dessa.

\_\_\_\_\_  
Namnteckning minderårig

\_\_\_\_\_  
Datum

1. Bemöt vår personal, våra ideella funktionärer och andra medlemmar på ett respektfullt sätt.
2. Respektera gränser för ytterskor.
3. Träna i rena ändamålsenliga kläder och skor.
4. Använd ej starkt doftande produkter.
5. Bidra till en schysst ljudmiljö. Vissa övningar i gymmet låter givetvis mer än andra men var rädd om medmotionärernas hörsel.
6. Lämna plats för andra mellan dina set på gymmet.
7. Hantera våra lokaler, inventarier och vår träningsutrustning med varsamhet.
8. Torka av all utrustning efter användning och ställ tillbaka det du använt på sin plats.
9. Fotografera aldrig någon annan än dig själv utan tillåtelse.
10. Bidra till att hålla omklädningsrum, duschtrymmen och bastu trivsamma, fräscha och hygieniska. Respektera våra basturegler.
11. Följ de regler och anslag som finns på anläggningen eller som personal eller funktionär informerar dig om.