

## **REGISTRIERUNG**

Vor dem Training mittels Mitgliederausweis

## **TRAININGSAUSRÜSTUNG**

In allen Trainingsräumen darf nur mit sauberen Turnschuhen trainiert werden. Trainieren in Socken ist nicht erlaubt. Während des geleiteten Trainings ist das Trainingsshirt des Boxclubs zu tragen. Für die Trainings an den Kraft- und Ausdauer-Geräten ist ein Handtuch mitzubringen und zu gebrauchen. Für das Boxtraining sind Boxhandschuhe und ein Zahnschutz Pflicht.

## **HYGIENE**

Die Trainingsgeräte sind nach dem Gebrauch zu reinigen und an Ihren ursprünglichen Ort hinstellen. Abfälle sind in die dafür vorgesehenen Behälter zu entsorgen. Die Garderobe ist kein Kleiderdepot. Getränke sind im Trainingsbereich nur in Bidons oder verschliessbaren Behältern erlaubt. Esswaren sind in den Trainingsräumlichkeiten nicht erlaubt.

## **ÖFFNUNGSZEITEN / GELEITETE TRAININGSEINHEITEN**

Das Gym darf nur während den Öffnungszeiten genutzt werden. Unsere Gruppentrainingsstartzeiten sind strikte einzuhalten. Wer mehrmals unpünktlich zu den Gruppentrainings erscheint kann durch den Boxclub Knockout ausgeschlossen werden. Bereits bezahlte Beiträge werden nicht rückerstattet.

## **SORGFALTSPFLICHT**

Alle Gäste haben das Gym mit aller Sorgfalt zu behandeln und sich an die Hausordnung und an die Anweisungen des Personals zu halten.

## **KAUF VON VERBRAUCHSMATERIAL UND GETRÄNKEN**

Wir verkaufen Verbrauchsmaterial für das Training – es gilt Ware gegen TWINT-Zahlung  
Wir verkaufen Getränke im Gym – es gilt Selbstbedienung gegen TWINT-Zahlung

## **KULTUR UND PHILOSOPHIE**

- Wir gehen respektvoll miteinander um
- Wir sagen Grüezi und Tschüss genau so wie Danke und Bitte
- Weisungen sind strikte zu befolgen und einzuhalten
- Mobbing, Lästerei und nicht befolgen der Weisungen des Boxclub Knockout und der Trainer hat ein Gymverbot als Konsequenz. Es besteht kein Anspruch auf Rückerstattung