

Veiligheid en reglement bij International Health Spa B.V.

International Health Spa B.V. zal hierna worden aangegeven als IHS.

1 Veiligheid / aansprakelijkheid / overmacht

- 1.1 IHS is niet aansprakelijk voor diefstal en/of verlies van persoonlijke eigendommen.
- 1.2 Beoefening van enigerlei tak van sport en/of gebruik van de faciliteiten binnen IHS geschiedt geheel op eigen risico. Eventuele schade en daaruit voortvloeiende kosten zijn geheel voor eigen rekening. IHS zal worden gevrijwaard voor alle aanspraken ter zake.
- 1.3 In geval van overmacht en noodzakelijk onderhoud waaronder wordt verstaan iedere omstandigheid waarop IHS geen invloed heeft, noch redelijkerwijs kan hebben en die haar dienstverlening onmogelijk maakt wordt IHS ontslagen van haar verplichtingen uit hoofde van de met het lid gesloten overeenkomst. U kunt in geval van overmacht geen vergoeding voor de door u geleden schade van IHS vorderen.
- 1.4 Het lid van IHS dient een medische-contra-indicatie voor deelname te melden aan IHS
- 1.5 Het is het lid van IHS niet toegestaan gebruik te maken van de apparaten en faciliteiten, indien hij/zij onder invloed is van drank, drugs, medicijnen of als doping aangeduide middelen.

2 Overige bepalingen

- 2.1 Bij alle acties die IHS ontwikkeld kan geen dubbel voordeel plaatsvinden.
- 2.2 Alle gevallen waarin bovenstaande voorwaarden niet voorzien, worden ter beoordeling en beslissing aan de directie van IHS voorgelegd.

3 Huishoudelijk reglement trainingsruimtes algemeen

- 3.1 Het is in de accommodatie van IHS verboden te roken.
- 3.2 In de sportruimtes is het dragen van gepaste sportkleding en schoenen verplicht., slippers zijn i.v.m. veiligheid en hygiëne niet toegestaan.
- 3.3 Het is verboden de sportruimtes met buitenschoenen te betreden.
- 3.4 In verband met de hygiëne dient u bij het trainen op de toestellen / matjes een handdoek te gebruiken en de toestellen na gebruik schoon achter te laten.
- 3.5 Overtollig transpiratievocht dient u af te nemen met een handdoek of met het papier, dat u op de rollen in de fitnessruimte aantreft.
- 3.6 Het dragen van een hoofddeksel/ of cap is niet toegestaan, alleen met uitzondering bepaald door de directie.
- 3.7 Het is niet toegestaan de monitoren of andere elektronica te bedienen.
- 3.8 Het nuttigen van drank / etenswaar van buitenaf is niet toegestaan.
- 3.9 Na gebruik van losse gewichten, stangen en - of schijven bent u verplicht deze terug te plaatsen in de rekken.
- 3.10 Het onnodig langdurig bezet houden van toestellen is niet toegestaan.
- 3.11 Telefoneren in de fitnessruimte en groepslessen zaal is niet toegestaan.
- 3.12 Schade die ontstaat door het zich niet houden aan de instructies en/of vastgestelde reglementen zal in alle gevallen worden verhaald.
- 3.13 Fris en zonder kwalijke geuren, maakt het sporten tot een vreugdevol gebeuren.
- 3.14 Voor een gezellig samengaan is het prettig dat we elkaar verstaan. De voertalen in de club zijn Nederlands en Engels.
- 3.15 Het is verboden de algemene doucheruimte of douchecabine met schoenen te betreden.
- 3.16 Het dragen van diep uitgesneden haltershirts is niet toegestaan. Bodybuilding uiterlijk en gedrag is niet gewenst . Tevens heeft IHS een dopingconvenant ondertekend. Bij aantoonbaar gebruik wordt het lidmaatschap ontbonden en wordt de toegang geweigerd.

4 Huishoudelijk Reglement Sauna en Zwembad

- 4.1 Het dragen van badkleding is in de sauna- en zwemaccommodatie verplicht.
- 4.2 Voor gebruik van de baden is men verplicht te douchen. Na gebruik van sauna en stoomkamer bent u verplicht eerst te douchen voordat u gebruik mag maken van de baden.
- 4.3 Het gebruik van een handdoek om op te zitten of te liggen, is in de sauna verplicht.
- 4.4 Uit oogpunt van hygiëne en veiligheid is het dragen van slippers verplicht.
- 4.5 Het gebruik van een mobiele telefoon is i.v.m. privacy verboden.

- 4.6 Het reserveren van ligbedden en / of stoelen is niet toegestaan.
- 4.7 Scheren / ontharen is in de sauna's, stoomkamer en zwembadruimte ten strengste verboden.
- 4.8 Het nuttigen van etenswaar en drank is alleen toegestaan in de daarvoor aangewezen relaxruimte tussen de sauna's en zeker niet in de baden.
- 4.9 Het drogen van een handdoek in de sauna's is i.v.m. brandgevaar ten strengste verboden.
- 4.10 Duiken en springen in de baden is verboden.
- 4.11 Het is niet toegestaan om zelf oliën of dergelijke vloeistoffen aan het opgietswater in de sauna's toe te voegen, dit in verband met brandgevaar en irritaties.
- 4.12 U bent verplicht zich voor gebruik van het toilet eerst af te drogen.
- 4.13 U bent verplicht zich eerst af te drogen voor u de kleedkamer betreedt.
- 4.14 Lichamelijk contact is in de IHS accommodatie ten strengste verboden.
- 4.15 Iedere vorm van (seksuele) intimidatie, zowel verbaal als non-verbaal, agressie en of geweld in de IHS accommodatie wordt op geen enkele wijze getolereerd.
- 4.16 De wellnessruimte is een ruimte voor ontspanning. Om die reden vragen wij u rekening met elkaar te houden en op zachte toon met elkaar te praten. Dit zoveel mogelijk in het Nederlands of Engels.
- Alle gevallen en of situaties waarin bovenstaande regels niet voorzien, worden ter beoordeling en beslissing aan de directie van IHS voorgelegd.