

# WOF CLUBREGELN

## Allgemein

- » In unseren Anlagen möchten wir den Bedürfnissen vieler Menschen gerecht werden. Damit der „kleine Urlaub zwischendurch“ auch wirklich erholsam ist, bitten wir dich, einige Dinge zu beachten.
- » Bitte habe Verständnis dafür, dass für den Verlust von mitgebrachten Wertgegenständen – auch im Spind eingeschlossenen – keine Haftung übernommen wird.
- » Aus hygienischen Gründen möchten wir dich bitten, in allen Bereichen nur mit Handtuch zu trainieren und dieses auch als Unterlage zu verwenden.
- » Bitte trainiere zu deiner eigenen Sicherheit nur mit festen, geschlossenen, sauberen Sportschuhen.
- » Scherben bringen nicht immer Glück: Gläser und Taschen müssen im Bistro bleiben. Getränke im Trainingsbereich sind nur in verschließbaren Plastikflaschen erlaubt.
- » Sicher ist sicher: Trage deine Mitgliedskarte bzw. das Silikonarmband IMMER bei dir! Gehen diese verloren, erheben wir eine Gebühr gemäß aktueller Gebührenliste.
- » Leere bitte deinen Spind nach jedem Besuch und schließe keine Sachen über Nacht ein.
- » In unseren Anlagen gilt: Für Schäden haftet der Verursacher.
- » Bitte bringe immer deinen Mitgliedskarte bzw. das Silikonarmband mit.
- » Leider kommt es immer wieder vor, dass die Mitgliedskarte bzw. das Silikonarmband „verliehen“ wird. Sicher hast du Verständnis dafür, dass wir Missbrauch dieser Art nicht dulden können und in nachgewiesenen Fällen Anzeige erstatten.

## Auf der Trainingsfläche

- » Cardiogeräte bitte nach Gebrauch reinigen – der nächste Nutzer freut sich!
- » Benutzte Gewichte, Hanteln, Scheiben möchten nach Gebrauch dorthin zurück, wo sie hingehören, damit auch der Nächste sie finden und benutzen kann.
- » Um Wartezeiten zu vermeiden mache bitte „dein“ Gerät während deiner Pause frei – „wir wechseln uns ab“ macht Spaß!

- » Das leise Absetzen von Hanteln hat den besseren Trainingseffekt und stört auch die Mittrainierenden nicht. Bitte vermeide auch Geräusche wie Schreien und Stöhnen während des Trainings.
- » Die Nutzung von Kreide-, Magnesia- oder ähnlichen Pulvern ist aus hygienischen Gründen nicht gestattet.

## Im Kursbereich

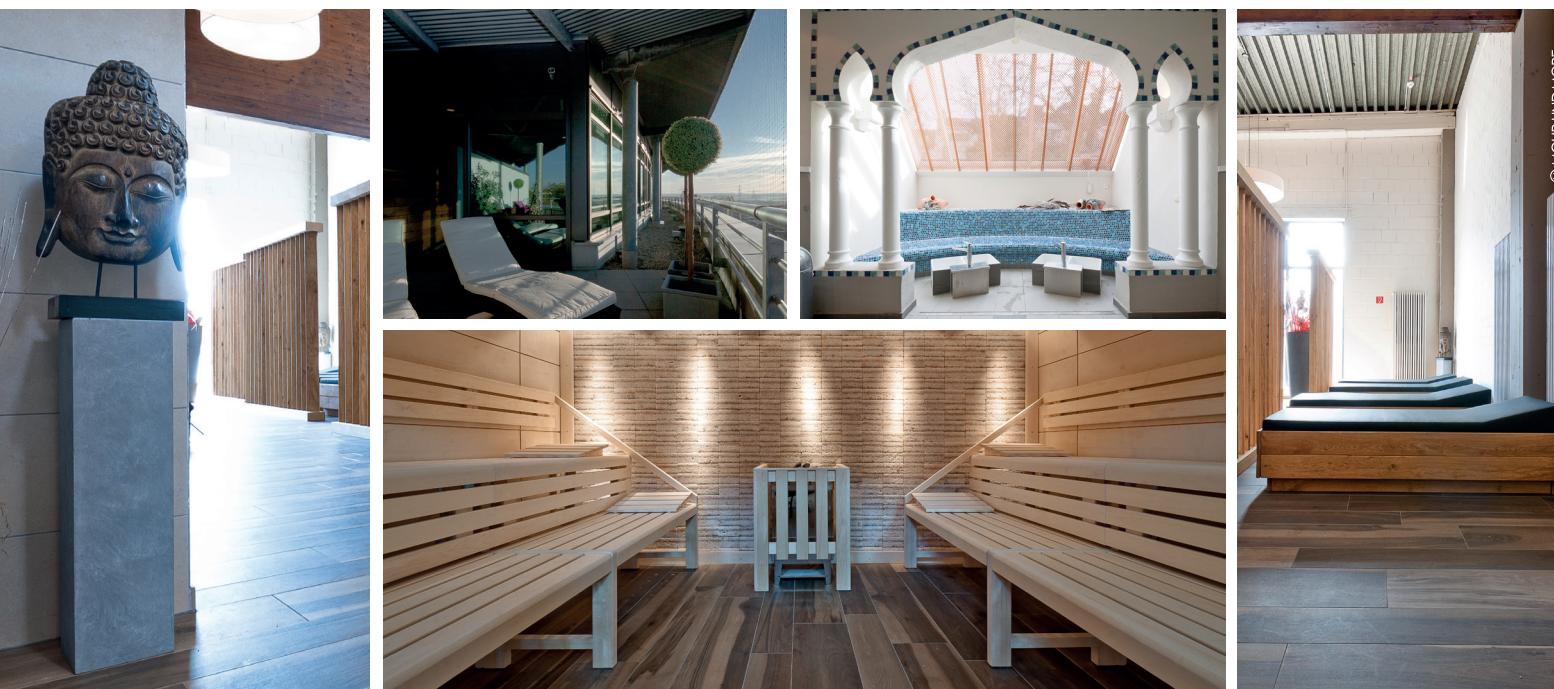
- » Der frühe Vogel fängt den Wurm: Wenn die Aufwärmphase eines Kurses abgeschlossen ist, bitten wir von einer Teilnahme abzusehen, da das Verletzungsrisiko zu hoch ist.
- » Aus Sicherheitsgründen können die Kursräume nicht außerhalb der Kurszeiten genutzt werden.
- » Wir turnen für Jede/n! Auch mit nur einem Teilnehmer findet der Kurs deiner Wahl statt – es gibt keine „Mindestteilnehmerzahl“.
- » Das benutzte Equipment bitte „zurückbauen“ und an den entsprechenden Aufbewahrungsort zurückbringen (Steps auf der niedrigsten Stufe kreuzweise gestapelt, Gummibänder aufgehängt usw.).
- » In unseren Indoorcycling-Kursen brauchst du eine gut gefüllte Trinkflasche, darüberhinaus empfehlen wir die Herzfrequenzkontrolle mittels einer Pulsuhr.
- » Im Anschluss an den IC-Kurs bitte Rad und Boden in einen trockenen und sauberen Zustand zurücksetzen sowie alle Schrauben an Sattel und Lenker lösen.

## In den Nassbereichen

- » Gib „Langfinger“ keine Chance und schließe deine Wertsachen auch während des Duschens und Saunierens ein.
- » Hygienemaßnahmen sind etwas sehr Privates. Rasieren, Zähne putzen, Haartönungen und Körperpeelings bitte nicht unter der Dusche/in der Sauna verwenden.
- » Bitte trage immer Badelatschen.
- » Bitte trockne dich im Duschbereich ab.

Da wir stets bemüht sind uns zu verbessern, nehmen wir Anregungen, Wünsche und Kritik gern entgegen. Wende dich hierfür bitte an deinen Anlagenleiter oder hinterlasse uns eine Bewertung am Sayway Feedback-Point.

# WOF SAUNAREGELN



Liebe Mitglieder,

in unserem Wellnessbereich möchten wir euch eine angenehme Atmosphäre schaffen, in der ihr euch wohl fühlen und die Seele baumeln lassen könnt. Damit alle Gäste ihren Aufenthalt genießen können, bitten wir folgende Hinweise zu beachten.

- » Die Sauna ist ein Ort der Entspannung und die Privatsphäre unserer Mitglieder ist uns ein besonderes Anliegen. Daher gilt im gesamten Saunabereich striktes Handyverbot. Darüber hinaus bitten wir um ruhiges, zurückhaltendes Verhalten, so dass man die Seele richtig baumeln lassen kann.
- » Vor Nutzung der Saunen bitte gründlich in den Umkleiden duschen und waschen. Die Saunaduschen dienen lediglich der Abkühlung.
- » Bitte benutzt ein ausreichend großes Handtuch, das du unter den ganzen Körper legst. Dies gilt für die Liegen im Ruhebereich und die Saunen, damit sich dort keine Schweißflecken bilden.
- » Bitte tragt Badelatschen.

- » Die Saunen werden unbekleidet benutzt. In den Ruhebereichen tragt bitte einen Bademantel oder legt ein Handtuch um.
- » Eigenständige Aufgüsse sind nur möglich, wenn alle in der Sauna befindlichen Mitglieder zustimmen. Einreibungen mit Salz, Honig oder ähnlichem sind nicht erlaubt.
- » Liegen und Bänke können nicht reserviert werden. Bitte nutzt für die Handtücher die Haken an den Wänden.
- » Der gesamte Bereich, einschließlich der Außenbereiche, ist eine Nichtraucherzone. Darüber hinaus ist der Alkoholkonsum aus Sicherheitsgründen nicht gestattet.
- » Gläser und Tassen stellen ein Sicherheitsrisiko dar und sind im gesamten Wellnessbereich nicht erlaubt.
- » Die Saun Nutzung ist ab 18 Jahren erlaubt und wir bitten darum, keine Kinder mit in den Saunabereich zu nehmen.
- » Der Austausch von Zärtlichkeiten ist eine wunderschöne Sache. Unser Saunabereich ist dafür jedoch nicht der geeignete Ort. Wir bitten in dieser Hinsicht um Zurückhaltung.

Wir wünschen einen angenehmen und entspannten Aufenthalt in unserem Wellnessbereich.