

Konditerem – Fitness room

KONDITEREM HASZNÁLATI SZABÁLYOK

A Konditerem az A épület alagsorában található. Megközelíthető a porta mögötti lépcsőn keresztül. A terem eszközeit mindenki kizárólag saját felelősségére – fittségi állapotát ismerve – használhatja. A Konditeremre a Kollégium mindenkori házirendje is vonatkozik.

CSAK AZ HASZNÁLHATJA A TERMET, AKI ALÁÍRÁSÁVAL ELFOGGADJA A KONDITEREM HASZNÁLATI SZABÁLYAIT.

Kulcsot a portán lehet felvenni

- A Konditerem kulcsát a portán lehet felvenni kollégiumi belépőkártya leadása ellenében (ha a hallgató műszaki okokból nem rendelkezik belépőkártyával, akkor fényképes igazolvány ellenében). A Konditerem kulcsának leadásakor a belépőkártyát (igazolványt) a hallgató visszakapja.
- A Konditeremért a kulcsot felvevő személy felel.
- A felelősségvállalás akkor is érvényes, ha a kulcsot felvevő hallgató elhagyja a Konditermet, de nem adja le a portán a kulcsát. A felelősségvállalás akkor is érvényes, ha a Konditeremben más hallgatónak adja át a kulcsot. (Ebben az esetben a portán regisztrálni kell a kulcs átadását – a belépőkártya felvétele és leadása mellett.)
- Ha a Konditerem ajtaja már nyitva van (valaki felvette a kulcsot a portán és kinyitotta már a termet), az edzésre érkező hallgatók a Konditerembe érve regisztrálják magukat (Név, koll. szobaszám, dátum (éééé.hh.nn), belépés időpontja (óó:pp)).
- Minden használat előtt ellenőrizni kell a gépek és a felszerelések állapotát, amennyiben rendellenesség, vagy műszaki hiba észlelhető, azt haladéktalanul jelezni kell a portán!

Konditerem rendje

- A konditermet csak a felelősségvállalási nyilatkozatot aláírt személy használhatja 6 órától 23 óráig.
- A teremben egyedül tartózkodni tilos!
- Minden vendégre kötelező érvényű a rend és a tisztaság betartása, alapvető elvárás a másik vendég tiszteletben tartása, a kulturált viselkedés.
- A teremben csak sportfelszerelésben, váltócipőben szabad tartózkodni. Higiéniai okok miatt fedetlen testrész nem érintkezhet a padokkal. Javasolt minden személynek saját törölközőt használni, amellyel leteríti az álló és fekvő felületeket.
- Az eszközök csakis a rendeltetésüknek megfelelő gyakorlathoz használhatók.
- A gépek és eszközök használatát követően minden használó köteles a gépeket alaphelyzetben, a súlyzótarcsákat az eszközöknek rendszeresített tároló helyre történő visszahelyezéssel hátra hagyni.

Konditerem – Fitness room

FITNESS ROOM USE RULES

The Fitness room is located in the basement of building A. It can be accessed via the stairs behind the reception. Everyone can use the equipment of the hall solely at their own risk - knowing their own fitness level. The current regulations of the Dormitory also apply to the Fitness Room.

ONLY THOSE CAN USE THE ROOM, WHO ACCEPT THE RULES OF USE OF THE ROOM BY SIGNING.

You can pick up the key at reception

- The key of the Fitness room can be picked up at the reception upon handing in a dormitory entry card (if the student does not have an entry card for technical reasons, then by handing in a photo ID). When handing over the key of the Fitness room, the student will be given back the entry card (photo ID).
- The person collecting the key is responsible for the Fitness room.
- The responsibility is also valid if the student who collects the key leaves the Fitness room, but does not hand in the key at the reception. The assumption of responsibility also applies if the key is handed over to another student in the Fitness room. (In this case, the handover of the key must be registered at the reception - in addition to picking up and handing in the entry card.)
- If the door of the Fitness room is already open (someone picked up the key at the reception and opened the room), the students arriving for training has to register itself at the reception before entering the Fitness room (Name, dormitory room number, date (yyyy.mm.dd), time of entry (hh:mm)).
- Before each use, the condition of the machines and equipment must be checked, if an abnormality or technical fault is detected, it must be reported to the reception immediately!

Fitness room rules

- The Fitness room can only be used by the person who has signed the declaration of responsibility from 6 a.m. to 11 p.m.
- It is forbidden to be alone in the room!
- Tidiness and cleanliness is binding on all guests, the other is a basic expectation
- respect for guests, cultured behavior.
- You have to wear sports equipment and change shoes in the hall. Because of hygienic reasons, uncovered body parts cannot come into contact with the benches. It is recommended to each person to use his/her own towel to cover sitting and lying surfaces.
- The tools can only be used for the exercise that corresponds to their intended purpose.
- After using the machines and tools, all users are obliged to leave the machines in their default position and return the weight plates to the storage space provided for the tools.