

# STC Säkerhets och trivselregler

**På STC tränar alla människor i alla åldrar. Glädje, passion, personlighet, proffsighet och gemenskap präglar våra klubbar.**

*Som medlem på STC ska du uppleva glädje, passion, personlighet, proffsighet och gemenskap varje gång du tränar eller besöker våra tränings- och friskvårdsanläggningar. STC värnar om en trevlig atmosfär för alla människor i alla åldrar. Vi ber dig därför att uppvisa en positiv, hjälpsam och respektfull attityd till övriga medlemmar, gäster och personal.*

*För allas säkerhet och trivsel har STC tagit fram säkerhets- och trivselregler. Vi ber dig respektera och följa STC:s regler. Om du är osäker på något, fråga gärna någon av våra medarbetare.*

## **SÄKERHET**

### **STC:s regler för din och andra medlemmars säkerhet**

- 1.** Väskor och ytterplagg-/skor får inte medtagas i gymmet. Detta ska låsas in i skåp. Använd ett lås till skåpet i omklädningsrummet, som du anser säkert.
- 2.** Undvik att låsa in dina värdesaker i omklädningsrummet. STC ansvarar inte för värdesaker.
- 3.** STC:s personal genomför säkerhetskontroll vid stängning. Detta innebär bl.a. att låsta skåp bryts upp och töms.
- 4.** Du ska ha ett aktuellt foto av dig själv i medlemssystemet för att kunna identifiera dig, där ansiktet syns tydligt. Undantag kan göras för personer med bevisad skyddad identitet.
- 5.** Väktare eller STC:s personal utför medlemskontroller, därför ska medlem alltid ha sitt medlemskort och id kort med sig i lokalen.
- 6.** Endast betalande medlemmar får vistas på träningsanläggningen.
- 7.** Du får inte släppa in eller ut någon annan än sig själv till träningsanläggningen.
- 8.** Barn och ungdomar under 15 år får inte vistas på träningsanläggningen utan sällskap och under uppsikt av Medlem som är 20 år eller äldre.
- 9.** Vid problem eller akuta (ej vid sjukdom) situationer ringer till STC jourtelefon eller närmast öppna klubb.
- 10.** Allt som är förbjudet enligt svensk lag är förbjudet på STC. Stöld, hot, trakasserier och all annan olaglig verksamhet på STC:s träningsanläggning, kommer att polisanmälas.
- 11.** Du måste lämna träningsanläggningen senast vid stängning eller på anmodan från STC:s personal.
- 12.** Du får inte förtära alkoholhaltiga drycker på träningsanläggningen.
- 13.** Egna säkerhets- och trivselregler gäller för STC Kids Club.
- 14.** Absolut förbjudet att öppna eller blockera nödutgångarna.
- 15.** Följ alltid anvisningar från STC:s personal.
- 16.** Vid sjukdoms- eller skadefall ring alltid SOS 112.

## **TRIVSEL OCH ORDNING**

STC:s regler för din och andra medlemmars trivsel och för ordning

- 1.** På STC tränar alla människor alla åldra vi värnar om alla människors lika värde. STC kräver att medlemmar visar varandra hänsyn och respekt oavsett kön, könsöverskridande identitet, funktionsnedsättning, etnisk tillhörighet, trosuppfattning, sexuell läggning eller ålder. Man får inte agera eller uppträda på sätt som kan upplevas, som kränkande eller nedsättande av andra i våra lokaler. Detta gäller även ord, kroppsspråk, klädsel och andra uttrycksformer.
- 2.** Använd alltid lämpliga och rena träningskläder och inneskor när du tränar hos oss.
- 3.** Låt alltid andra medlemmar som tränar använda träningsutrustningen när du själv vilar. Visa hänsyn och samsas om utrustningen.
- 4.** Visa hänsyn till medlemmar, grannar, personal, och vår träningsutrustning. Släpp eller släng aldrig vikter i golvet och bete dig aktsamt.
- 5.** Torka av träningsutrustningen efter användning med papper och ytdesinfektionen som finns i sprayflaskorna som du finner runt om på träningsanläggningen. För att spara på miljön kan du ta med egen handduk.
- 6.** Lägg tillbaka träningsredskap och utrustning efter användning på avsedd plats.
- 7.** Det är förbjudet att använda all typ av kalk i våra lokaler.



- 8.** Vid sen ankomst till gruppträning kan du nekas deltagande med hänsyn till övriga deltagare på träningspasset.
- 9.** Endast anställda instruktörer och personliga tränare hos STC får träna och instruera medlemmar i STC:s lokaler.
- 10.** Du får inte marknadsföra/sälja egna eller annans varor/tjänster i eller kring av STC förhyrda lokaler och parkeringsplatser.
- 11.** Visa hänsyn när du använder din mobiltelefon. Den ska vara på ljudlöst, ockupera inte träningsutrustning när du surfar eller sms:ar. Om du måste prata i telefonen vill vi att du visar hänsyn till andra medlemmar på träningsanläggningen.
- 12.** Fotografering och filmning i STC:s lokaler får enbart ske efter godkännande av ansvarig på träningsanläggningen. Fotografering och filmning för privat bruk är däremot tillåtet så länge ingen annan medlem tar illa upp eller kommer med i bild. I omklädningsrum, eller där förbudsskylt förekommer, är fotografering eller filmning aldrig tillåtet.
- 13.** Det kan förekomma personal av det motsatta könet i våra omklädningsrum. Om kvinnlig personal måste gå in för att rondera eller städa i herrarnas omklädningsrum, eller manlig personal i damernas, så aviseras detta innan de går in i omklädningsrum.
- 14.** Rakning i duschen är inte tillåten.
- 15.** Använd en handduk att sitta på när du bastar.

#### **DOPING OCH DROGER-Absolut förbjudet på STC**

STC tar tydligt avstånd från doping och droger och har nolltolerans vad det gäller dopingklassade preparat. Doping för STC är användande av prestationshöjande medel, både illegala och legala, som definieras som dopingpreparat av World Anti-Doping Agency (WADA). STC antidopingpolicy förbjuder villkorslöst användande av sådana prestationshöjande medel hos både medarbetare och medlemmar. En av STC godkänd tredje part har rätt att i STC lokaler genomföra oannonserade dopingtester. Användning leder till omedelbar avstängning.

#### **AVSTÄNGNING ELLER UPPSÄGNING AV MEDLEMSKAP**

##### **Om du INTE följer STC säkerhets- och trivselregler?**

STC har rätt att stänga av dig som medlem för viss tid eller säga upp ditt medlemskap med omedelbar verkan om du bryter mot dessa säkerhets- och trivselregler. Uppsagd medlems betalningsskyldighet för pågående avtalsperiod består. Kontantkort återbetalas ej. Se i STC:s allmänna villkor.

#### **KOM IN I GEMENSKAPEN.**

**Lycka till med träningen!**

