



BETRIEBSREGELN

In unserem POSEIDON möchten wir den Bedürfnissen vieler Menschen gerecht werden. Damit das „TIME OUT“ auch wirklich erholsam ist, bitten wir Sie, Ihr Handy leise oder ausgeschaltet im Schrank zu lassen. Das Telefonieren im Poseidon ist nur in dringenden Fällen gestattet. (z.B. wenn Sie auf Piquet sind) Bitte bringen Sie immer Ihren Mitgliederausweis mit, damit Sie sich ein- und auschecken können.

Hygiene

Hygiene ist das oberste Gebot im POSEIDON. Sicher leisten auch Sie Ihren Beitrag. Heftpflaster lösen sich in den Duschen von der Haut, deshalb bitten wir Sie vor Betreten des Duschbereichs diese zu entfernen. Aus hygienischen Gründen möchten wir Sie bitten, in allen Bereichen nur mit Handtuch zu trainieren und dieses auch als Unterlage zu verwenden. Die Geräte können nach Gebrauch mit dem bereitstehenden Desinfektionsmittel gereinigt werden. Bitte trainieren Sie zu Ihrer eigenen Sicherheit nur mit festen, geschlossenen, sauberen Turn- oder Geräteschuhen. Während des Trainings ist Kaugummi kauen gefährlich und deshalb verboten.

Bekleidung

Strassenschuhe (auch Strassenturnschuhe) dürfen nur bis zur Theke getragen werden. Für die anschliessende POSEIDON-Benützung gilt folgende Regelung:

Im Fitnessbereich sind saubere Turn- oder Geräteschuhe, oder Socken zu tragen. Schuhe mit abfärbendem Profil sind nicht gestattet. Trainingsbereiche, dürfen nicht ohne Oberbekleidung benützt werden.

Verpflegung

Scherben bringen nicht immer Glück: Gläser und Tassen müssen im Bistro bleiben. Getränke im Trainingsbereich sind nur in verschliessbaren Plastikflaschen erlaubt. Das Verpflegen im Trainingsbereich ist nicht erlaubt, dafür haben wir unseren Bistrobereich.

Garderoben & Wertschränke

Wir bitten Sie die Strassenkleider am Garderobenständer ordnungsmässig aufzuhängen. Schliessen Sie Ihren Wertsachen-Schrank unbedingt ab. Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass für den Verlust von mitgebrachten Wertgegenständen, auch im Schrank eingeschlossenen, keine Haftung übernommen wird. Leeren Sie bitte Ihren Schrank nach jedem Besuch, schliessen Sie keine Sachen über Nacht ein.

Duschen

Hygienemassnahmen sind etwas sehr privates. Rasieren, Zähne putzen, Haartönungen und Körperpeelings bitte nicht unter der Dusche. Vor der Massagesitzung unbedingt gründlich duschen und abseifen. Nach einem intensiven Arbeitstag, bei starkem Körpergeruch ist evtl. auch das Duschen vor dem Training ratsam.

Bitte trocknen Sie sich vor dem Verlassen der Dusche gut ab. Nachfolgende POSEIDON Benützer sind Ihnen dankbar, wenn sie sich auf trockenem Boden umkleiden können.

Fitnessbereich

Ausdauergeräte 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.

Wir bitten Sie nicht auf den Geräten zu Pausieren! Um Wartezeiten zu vermeiden, machen Sie bitte „Ihr“ Gerät während Ihrer Pause frei: „wir wechseln uns ab,“ das macht Spass! Das leise Absetzen von Hanteln hat den besseren Trainingseffekt und stört auch die Mittrainierenden nicht. Bitte vermeiden Sie auch Geräusche wie Schreien und Stöhnen während des Trainings.

Kinder sind in der Kinderbetreuung am besten aufgehoben und zwischen den Geräten ernsthaft gefährdet. Deshalb dürfen Kinder nicht auf die Trainingsfläche! Ältere Kinder dürfen im Bistrobereich gerne auf Ihre Eltern warten, wenn sie den Betrieb nicht stören.

Wir danken Ihnen für Ihr Verständnis und freuen uns, Sie zu den regelmässigen und zufriedenen POSEIDON Gästen zählen zu dürfen.

Ihr **POSEIDON Team**

