



Medlemsvilkår, trening på Tysfjord Asvo for ungdom mellom 13 og 18 år i regi av DIL.

Tysfjord Asvo treningssenter er lokalisert på Drag og er et ubetjent treningssenter hvor medlemmene gis adgang gjennom instruktør/foresatt.

Hva tilbyr Drag Idrettslag - Ájluovta Valástallamsiebrre?

- Styrketrening for ungdom av mellom 13 og 18 år som er medlemmer av DIL
- Trening to dager i uken, der treningstidene er lukkede
- Det skal være minst én foresatt/instruktør på hver trening. Og denne/disse skal ha politiattest
- Felles veiledning/bruk av manualer og apparater ved første gruppetrening
- Hvert medlem kan trene etter eget ønske og behov
- Det vil kunne gis personlig veiledning og oppfølging ved behov, avhengig om der er kyndig instruktør/foresatt tilgjengelig
- Tilbud om et styrketreningssprogram for nybegynnere, med øvelser for hele kropp
- Sirkeltrening når det er instruktør/foresatt er tilgjengelig

Hva kreves det av medlemmet?

- Medlemskapet er personlig og kan ikke overlates eller overdras til andre
- Medlemmet må være fylt 13 år og ikke eldre enn 18 år
- Medlemskapet gjelder når medlemskontingent til DIL er betalt. Denne er ikke refunderbart
- Medlemmet plikter å ikke slippe inn andre/uvedkommende gjennom inngangsdør
- Trening i et ubetjent treningssenter stiller særlige krav til aktsomhet hos medlemmet. Det er mulig å skade seg på treningsapparater ved at man kommer i klem, får muskelstrekk etc. eller ved funksjonsfeil i apparatet. Alle medlemmer plikter å lære apparatens funksjonalitet før bruk. Det anbefales å trene sammen med andre.
- All trening skjer på eget ansvar. Medlemmet er ansvarlig for at han/hun er fysisk og psykisk skikket til å nyte godt av de ytelser som tilbys. Medlemmet aksepterer at hverken DIL eller Tysfjord Asvo ikke bærer ansvar for skader på person eller gjenstander eller tap på gjenstander. Dette gjelder uavhengig av om skaden eller tapet oppstår under eller som følge av medlemmet eller andres opphold i senteret. Medlemmet plikter selv å påse at treningsutstyr fungerer før bruk. Medlemmer plikter tilsvarende å oppbevare personlige eiendeler på en hensiktsmessig måte
- Barn kan ikke medtas inn på senteret av sikkerhetsmessige årsaker
- Det er ikke mulig å oppbevare personlige eiendeler i lokalet
- Medlemmet plikter å benytte rent treningstøy og rene innesko som ikke sverter
- Apparaterne vil bli rengjort med foreskrevet rengjøringsmiddel hver morgen (ma – fr). Brukeren kan om ønskelig rengjøre apparatet (håndtak og sete) selv før bruk. Sprayflasker med foreskrevet rengjøringsmiddel og papir er tilgjengelig i lokalet. Papir kastes i avfallsdunk etter bruk. Sprayflasker settes tilbake
- Åpningstider er gjennom avtale med DIL. Det tas forbehold om endringer i tilbudet
- Medlemmer plikter å holde orden og rydde på plass utstyr, flasker, etc. etter bruk.
- Medlemmet plikter å forlate treningssenteret etter oppsatt treningstid
- Enhver befatning med dopingsmidler benevnt i IOC's liste vil medføre livsvarig utestengelse fra Tysfjord ASVO treningssenter
- Misbruk eller overtredelse av ovennevnte regler vil medføre advarsel og ved gjentagelse medføre stenging av medlemskap uten refusjon av innbetalt medlemsavgift.



For øvrig gjelder Tysfjord Asvos kontroll av treningssenter/speilsal
Ved feil eller mangler på utstyr eventuelt andre skader/mangler på senteret forplikter medlemmene å gi beskjed, helst ved å notere ned en beskjed i notatbok i lokalet eller ringe ansvarshavende. Telefonnummer er oppslått i lokalet og på Tysfjord Asvos hjemmeside.

Medlemskontrakt Tysfjord Asvo treningssenter
Sebrulasjkontrákta Tysfjord Asvo lásjmudallamguovdásj

Personlige opplysninger om medlem
Persávnálasj diedo sebrulattja birra

Navn Namma	
Adresse Adressa	
Postnummer/ sted Poasstanummar/ bájkke	
Tlf mobil Tlf. mobijlla	
E – post E – poassta	
Fødselsår Riegádimbiejvve (jage)	

Medlemmet aksepterer med dette våre medlemsvilkår og Tysfjord Asvos smittevernregler.
Medlemmet er informert om at han/hun må holde seg oppdatert om endringer i regelverk og/eller rutiner.

Dato
Biejvve

Foresattes underskrift
Sebrulattja vuollájtjála