

## Laukaan kunnan kuntosalien käytösäännöt

Nämä säännöt koskevat Laukaan kunnan ylläpitämiä kuntosaleja, joita ovat Leppäveden liikuntahallin kuntosali, Lievestuoreen koulun kuntosali, Sydän-Laukaan koulun kuntosali ja Vihtavuoren liikuntahallin kuntosali. Säännöt ovat voimassa 1.1.2025 alkaen toistaiseksi.

### Kuntosalin käyttö

Laukaan kunnan ylläpitämät kuntosalit ovat ensisijaisesti kunnan koululais- ja opiskeluryhmien, liikuntaryhmien, erityisryhmien ja seuratoiminnan käytössä. Kunnan kuntosaleille myydään myös kaikille avoimia kuntosalikortteja omatoimiseen harjoitteluun. Kuntosalikorttien hinnat ovat sivistyslautakunnan päättämiä ja ne ilmoitetaan kunnan verkkosivuilla sekä kuntosalien ilmoitustauluilla.

Kuntosalien käyttöoikeus (ns. kuntosalilätkä) on henkilökohtainen, ja jokaisen kuntosalin käyttäjän on maksettava kuntosalimaksu. Jokaisella kuntosalin käyttäjällä on oltava lunastettuna oma kulkulätkä (Esmikko-kulkujärjestelmä), jota tulee käyttää saliin tultaessa. Kuntosalin käyttöoikeus ja kulkulätkä ostetaan Laukaan kunnan verkkokaupasta ja kuntosalivastaavilta. Alennuksiin oikeuttavien hintaluokkien käyttäjien on pyydettäessä todistettava oikeus alennukseen. Ohjeet löytyvät Laukaan kunnan verkkosivuilla.

Kuntosalien käyttö on sallittu vain aukioloaikojen mukaisesti. Kuntosalien aukioloajat on ilmoitettu kunnan nettisivuilla ja kuntosalien ilmoitustauluilla. Osa kuntosalien arkipäiväajoista on varattu koululaisten tai muiden ryhmien käyttöön. Kuntosalien varaukset on nähtävillä Timmi-tilanvarausjärjestelmässä ja kuntosalien ilmoitustauluilla.

Kuntosaleihin voi tutustua vain kunnan henkilöstön kanssa. Tutustumispyynnöt voi osoittaa sähköpostitse [kuntosalit@laukaa.fi](mailto:kuntosalit@laukaa.fi) tai ottamalla yhteyttä liikuntapalveluiden työntekijöihin.

### Kuntosalin käytön ikäraajat

Kuntosalit eivät ole lasten leikkipaikkoja. Alle 6-vuotiaiden oleskelu kunto- ja voimailusaleilla on turvallisuussyistä kielletty.

6-12 vuotiaat lapset saavat harjoitella oman kehon painolla ja vapailla painoilla (esim. kevyet käsipainot, tangot ja kahvakuulat sekä kuminauhat.) kuntosaleilla huoltajan, opettajan/ohjaajan tai valmentajan valvonnassa. Kunto- ja voimailusalien painopakalliset ja paineilmalaitteet ei ole mitoitettu lapsille. Huom. huoltajan tai valmentajan kanssa harjoittelevilla lapsilla tulee myös olla lunastettuna oma kuntosalin käyttöoikeus ja kulkulätkä.

12-16-vuotiaiden nuorten suositellaan käyvän kuntosalilla ensisijaisesti opettajan, ohjaajan, valmentajan tai huoltajan kanssa. 12-16-vuotiaat nuoret saavat käydä itsenäisesti kuntosalilla sen jälkeen, kun ovat suorittaneet kuntosalilätkään oikeuttavan kuntosalipassin. Kuntosalipassin voi suorittaa Laukaan kolmella yläkoululla. Kuntosalipassin suorittaminen on maksutonta. Kuntosalipassin vaiheet ovat seuraavat:

1. Kuntosaliopastus 1,5h: Liikunnanohjaajan kanssa käydään läpi kuntosaliharjoittelun perusasioita sekä kuntosalikäyttämisen periaatteita. Opastusaikataulut ilmoitetaan kunnan verkkosivuilla ja koulukohtaisesti.
2. Kuntosaliharjoittelun osaamisen tsekkaus liikunnanohjaajan kanssa.
3. Mahdollisuus ostaa oma kuntosalilätkä voimassa olevan hinnaston ja ohjeiden mukaan.
4. Omatoiminen kuntosaliharjoittelu voi alkaa!

### Kuntosalin käyttäjän vastuut ja velvollisuudet

Jokainen kuntosalin käyttäjä kuntoilee oman kuntonsa mukaisesti ja harjoittelee omalla vastuulla. Kuntosalin ylläpitäjä on vastuussa siitä, että laitteet, välineet ja olosuhteet ovat kunnossa ja asianmukaisesti huollettu.

Jokaisen käyttäjän on muistettava kunnioittaa muita salin asiakkaita ja käyttäytyä sen mukaisesti (esim. sopiva kielenkäyttö ja äänenvoimakkuus, musiikin soittaminen, painojen kolisuttelu). Kuntosalilaitteita ei voi varata pitkäksi aikaa omaan käyttöön eikä yksi henkilö voi varata useampaa laitetta kerralla.

Kuntosalilaitteita tulee käyttää niiden ohjeiden mukaisesti, eikä niitä saa käyttää muuhun kuin tarkoituksenmukaiseen toimintaan. Jos laite on rikkoutunut, tulee siitä ilmoittaa kuntosalivastaaville puhelimitse, sähköpostitse [kuntosalit@laukaa.fi](mailto:kuntosalit@laukaa.fi) tai vapaa-aikatoimistoon [vattitoimisto@laukaa.fi](mailto:vattitoimisto@laukaa.fi).

### Siisteydestä huolehtiminen

Kuntosalit siivotaan salin käyttöasteen määrittelemän siivousohjelman mukaan useita kertoja viikossa.

Jokainen kuntosalin käyttäjä on velvollinen pitämään kuntosalin järjestyksessä ja siistinä. Oman käytön jälkeen on huolehdittava seuraavista asioista:

- Irtopainot ja kuntoiluvälineet palautetaan niille varatuille paikoille.
- Ylimääräiset hiet pyyhitään pois laitteesta käytön jälkeen talon puhdistusaineella ja tarvittaessa käytetään treenipyyhettä.
- Ulkokengät ja takit tulee jättää pukuhuoneisiin.

Kuntosalilla suositellaan käytettäväksi sisäharjoitteluun sopivia jalkineita tai tossuja. Paljain jaloin tai ulkokengät jalassa harjoittelu kielletty.

### **Päihteiden käyttö kielletty**

Alkoholin, nuuskan tai muiden huumaavien aineiden käyttö tai harjoittelu niiden vaikutuksen alaisena on ehdottomasti kielletty.

### **Kuntosalien valvonta**

Kunnan henkilökunta valvoo tilojen käyttöä. Vapaa-aikapalveluiden nimeämällä kuntosalivastaavalla tai valvojalla on oikeus selvittää asiakkaiden kulkuoikeus kuntosaleille, puuttua tiloissa tapahtuviin väärinkäyttöihin ja tarvittaessa poistaa henkilö kuntosalilta tai liikuntatilasta.

### **Väärinkäytökset**

Kuntosalin käyttöoikeuden väärinkäytöksestä tai kuntosalisääntöjen rikkomisesta seuraa kulkulätkän mitätöinti 3 kk ajaksi ja tarvittaessa 60 € lisämaksu. Jos henkilö on kuntosalilla ilman käyttöoikeutta, hän joutuu ostamaan kulkulätkän ja lisäksi maksamaan 60 €:n lisämaksun. Mahdolliset ilkeistä johtuvat lisäsiivoustyöt laskutetaan erikseen.

Havaituista epäkohdista tai väärinkäytöksistä voi ilmoittaa kuntosalivastaaville tai vapaa-aikatoimistoon [vattitoimisto@laukaa.fi](mailto:vattitoimisto@laukaa.fi).