

1. Der Zutritt in die Kraftwerk Sport & Fitness GmbH ist nur mit einem gültigen Transponderband möglich, welches am Drehkreuz vorgelegt werden muss.
2. Aus hygienischen Gründen ist die Nutzung der Trainingsgeräte nur gestattet, wenn Sitzflächen, Matten und Polsterungen mit einem ausreichend großen Handtuch abgedeckt werden. Ferner ist das jeweilige Trainingsgerät nach Nutzung in einem sauberen Zustand zu verlassen. Schweißrückstände sind mit Hilfe der dafür zur Verfügung gestellten Desinfektionsmittel und Papiertüchern zu entfernen.
3. Getränke können nur in den dafür vorgesehenen Trinkbecher mit Deckelverschluss auf die Trainingsflächen bzw. in den Bistro- und Saunabereich mitgeführt werden. Gläser sind aufgrund der Verletzungsgefahr nur im Bistrobereich gestattet. Der Verzehr von Lebensmitteln und Alkohol ist im Trainingsbereich untersagt.
4. Das Training in der Kraftwerk Sport & Fitness GmbH ist nur mit sauberen Turnschuhen erlaubt. Im Kursbereich ist aus Verletzungsgründen festes Schuhwerk obligatorisch. Das Tragen von nicht abfärbenden Turnschuhen ist obligatorisch. Das Tragen von Straßenschuhen ist sowohl im Trainingsbereich als auch im Nassbereich untersagt.
5. An allen Kraftmaschinen wird nach dem Intensitäts-Trainingsprinzip in einem Durchgang bzw. einem Satz trainiert. Ein Mehrsatztraining ist ausschließlich im Freihantelbereich möglich.
6. Hanteln und Gewichtsscheiben sind nach Gebrauch an die dafür vorgesehenen Plätze (Hantel- und Scheibenständer) zurückzulegen.
7. Im Interesse aller Mitglieder darf die Trainingszeit an einem Ausdauergerät 15 Minuten nicht überschreiten, es sei denn, es ist mindestens ein Gerät der gleichen Trainingsgruppe frei. Sobald alle Geräte besetzt sind (z.B. alle Laufbänder), muss jeder Aktive, der schon länger als 15 Minuten an einem der Geräte trainiert, unverzüglich und unaufgefordert das Ausdauergerät für wartende Mitglieder freimachen. Das Ausdauertraining kann selbstverständlich an einem Herz-Kreislauf-Gerät einer anderen Trainingsgruppe fortgesetzt werden.
8. Nach dem Duschen bzw. vor dem Verlassen der Duschräume ist aufgrund von Rutschgefahr ein vollständiges Abtrocknen erforderlich.
9. Die Benutzung von Badelatschen ist im Nassbereich obligatorisch.
10. Das Rasieren und Enthaaren von Körperteilen in den Duschräumen und Umkleidekabinen ist aus hygienischen Gründen untersagt.
11. Zur Benutzung der Sauna ist ein großes Saunahandtuch zum Unterlegen mitzubringen (siehe auch Saunaregel).
12. Das Rauchen ist im gesamten Club nicht gestattet.
13. Kinder dürfen sich aus juristischen Gründen nicht auf der Trainingsfläche aufhalten.
14. Haftung: Das Betreten der Anlage ist auf eigene Gefahr. Für mitgebrachte Wertgegenstände und Garderobe übernimmt die Kraftwerk Sport & Fitness keine Haftung.

Viel Erfolg und Spaß beim Training wünscht die Kraftwerk Sport & Fitness GmbH