

Unsere Regeln im Fitnessstraining

- Keine Gewichtsplatten knallen lassen, Kurz- und Langhanteln nicht fallen lassen, sondern absetzen
- Gewichtsscheiben und Kurzhanteln nach dem Training zurück auf die Ständer
- Ausreichend große Handtücher beim Training: Sitz- und Rückenpolster sind vollständig mit einem Handtuch zu bedecken
- Kein Schweiß auf Geräte und Böden!
- Keine Geräteblockade durch Handynutzung oder lange Pausen auf den Geräten
- Keine Telefongespräche im gesamten Trainingsbereich
- Keine Taschen oder Rucksäcke auf der Trainingsfläche
- Aus Sicherheitsgründen sind Glasflaschen im gesamten Vitalis nicht erlaubt