

Virkisty Vapaalla ry Tays keskussairaala-kampuksen henkilökunnan kuntosali

*Kuntosalin ja ryhmäliikuntatilojen järjestyssäännöt
(päivitetty 6/2024)*

Kohderyhmä

Pirhan ja konserniyhtiöiden*) työsuhteessa olevat työntekijät, joiden viran/toimen sijoitus on Taysin kampuksella.

*)

Tytäryhteisöt:

Coxa Oy

Fimlab Laboratoriot Oy (Pirkanmaan alue),

Tays Sydänkeskus Oy,

SK Hankinnat Oy ja KOY Kissantassu

Osakkuusyhteisö:

Tuomi Logistiikka Oy

Salin sijainti ja avoinna olo

H-siiven 00-kerrroksessa.

Kulku esim. H-siiven ruokalan sisäänkäynnin viereisestä porraskäytävästä 00-kerrokseen.

- työntekijöille päivittäin kello 5.00 – 23.00.
- Perheenjäsenille (yli 12-vuotiaat samassa taloudessa asuvat) yhdessä henkilökuntaan kuuluvan kanssa arkisin kello 18.00 - 23.00 ja viikonloppuisin 5.00 – 23.00

Salin käyttömaksu

Yhdistyksen hallitus päättää käyttömaksuista vuosittain. Käyttömaksu on henkilökohtainen. Maksu suoritetaan erikseen myös jokaisesta perheenjäsenestä.

Maksulla ei ole palautusoikeutta ts. ilmoittautuminen on aina sitova. Yhdistys ei ole korvausvelvollinen ilmoittautujan huolimattomuudesta johtuvissa virheissä ilmoittautumisessa.

Salille on mahdollista käydä tutustumassa fasiliteetteihin ennen ostopäätöstä jaosvetäjän kanssa erikseen sovittuna ajankohtana. Varsinaisia maksuttomia tutustumiskäyntejä harjoittelumielessä ei ole.

Salille kulku

Salille kuljetaan yhdistykseltä saadulla henkilökohtaisella Timecon-kulkunapilla. (Käytäntöön siirrytty 1.1.2023)

Lupaa ei saa luovuttaa kenellekään.

Perheenjäsen kulkee salille työntekijän kanssa.

Kun mukana on yksi tai useampia perheenjäseniä, tehdään heistä virvalaisen kulkuluvalla erilliset leimaukset (oman leimauksen lisäksi) kuntosalin oven leimauspäätteellä.

Kadonneen kulkuluvan tilalle perustettavasta uudesta kulkuluvasta veloitetaan käyttäjältä 15 euron maksu. Kulkuluvan katoamisesta on ilmoitettava viipeettä jaosvastaavalle, elina.ranta@pirha.fi.

Toimintaan liittyminen

KUNTOSALIN KÄYTTÄJÄKSI LIITTYMINEN

1. Maksa **henkilökohtainen** kuntosalin **käyttömaksu:**
12 kuukauden jäsenyys tai 6 kuukauden jäsenyys

Maksu suoritetaan erikseen jokaisesta perheenjäsenestä.
Maksun maksamalla käyttäjä sitoutuu noudattamaan
kuntosalin **järjestyssääntöjä**.

2. Saat jaosvastaavalta sähköpostiisi herätteen
kulkutunnistelähetyksen jätöstä sisäpostin kuljetettavaksi.
Lupien lähetyksiä tehdään pääsääntöisesti viikoittain.

Jäsenyyden jatkaminen

KÄYTTÖOIKEUDEN JATKAMINEN

1. Maksa uusi 12 kuukauden tai 6 kuukauden jäsenyys
2. Saat jaosvastaavalta ilmoituksen kulkuluvan uudelleen aktivoinnista noin viikon sisään ilmoittautumisesta.
Luvituksia tehdään pääsääntöisesti viikoittain.

Jäsenyyden irtisanominen

KUN HALUAT POISTUA TOIMINNASTA,

-> ilmoita siitä jaosvastaavalle sähköpostitse,
elina.ranta@pirha.fi.

Saat paluuviestissä kulkuluvan palautusohjeet.

Salietiketti (1/3)

Muiden henkilöiden kuin perheenjäsenten tuonti kuntosalitiloihin on ehdottomasti kielletty.

Liikuntatilat ns. jumppasalit ovat vapaasti yhteiskäytössä pl. ohjatut ryhmäliikuntatunnit. Jumppasalia ei saa varata itsenäisesti omaan käyttöön.

Kuntosalin ja liikuntatilojen käyttö tapahtuu omalla vastuulla.

Laitteiden, välineiden ja varusteiden käytössä tulee noudattaa huolellisuutta. Laittevalmistajat, VirVa ry eivät vastaa käyttäjälle kuntosalilla tai liikuntatiloissa mahdollisesti käyttäjien piittaamattomuudellaan tai huolimattomuudellaan aiheuttamista vahingoista.

Salietiketti (2/3)

- Vapauta laite välillä muiden käyttöön, jos ohjelmaasi sisältyy liikesarjoja/-pareja, joiden suorittaminen tarkoittaisi yhden laitteen varaamista käyttöösi huomattavan pitkäksi aikaa.
- Käytä treenipyyhettä ja puhdista laitteet ja välineet käyttösi jälkeen.
- **Palauta välineet paikoilleen!**
- Jätä ulkokengät eteisen hyllyille ja käytä sisäkenkiä.
Sisäkengät kuljetetaan mukana, ei jätetä hyllyille/kaappeihin.
- Huomioi muut salilla olijat stereoiden äänenvoimakkuutta säätäessä.

Salietiketti (3/3)

- Huolehdi turvallisuudesta – keskity treeniisi
Älä riko itseäsi tai laitteita käyttämällä laitetta, jonka toimintatarkoitusta et tunne.
Älä myöskään käytä rikkoutunutta laitetta. Älä urheile loukkaantuneena.
- Puku- ja suihkutilat ovat käytössä joutuisaan vaatteidenvaihtoon ja hygieniasta huolehtimiseen.
- Kaapin voi varata käyttöön vain salikäynnin/ryhmäliikuntatunnin ajaksi.

Näin toimien kaappeja riittänee kaikille kävijöille ruuhkaiseenkin aikaan. Pukukaappien käytöstä tehdään satunnaistarkastuksia.

- Tarkista aina lähtiessäsi, että kuntosalin ovi menee lukkoon.

Jos tiedät olevasi viimeinen lähtijä salilta, sammutathan stereot ja valot, kiitos.

Hygieniaohjeistus

- Hyvinvointialueen infektioyksikön henkilöstölleen antamia yleisiä infektioiden ehkäisyohjeita mm. käsi- ja yskimishygieniaan on luonnollisesti kuitenkin noudatettava.
- Laitteiden ja välineiden puhdistamisella on nähty omat hyvät puolensa myös yleisen siisteyden kannalta. Näin ollen käyttäjiä kehoitetaan jatkamaan jo covid-epidemian aikana tutuksi tullut toimintatapaa.
- Timecon-leimaukset on hyvä tehdä myös lähtiessä (yleinen turvallisuusnäkökulma).

Muuta

Laite- tai välinerikoista tulee ilmoittaa kuntosalivastaavalle osoitteeseen elina.ranta@pirha.fi.

Laitteille tehdään säännölliset vuosihuollot.

Jaosvetäjälle voi lähettää myös uusien laitteiden/välineiden hankintaesityksiä tai muita salitoimintaan liittyviä kehittämisehdotuksia.

Ilkivaltaa aiheuttaneelta ja tai varkauden tehneeltä peritään tapahtumasta aiheutuen vahingonkorvaus. Varkaustapauksissa tai muista rikostapahtumista tehdään asiaan kuuluvat viranomaisilmoitukset.

Yksittäiseltä käyttäjältä voidaan kieltää kuntosalitilojen käyttö järjestyssääntöjen noudattamatta jättämisestä.

Virva ry voi tarvittaessa muuttaa sääntöjä ja antaa lisäohjeita.