

Tays keskussairaala-kampuksen henkilökunnan kuntosali

toimintaohje ja järjestyssäännöt (päivitetty 12/2025)

Käyttöoikeus

**Virvalainen = Pirhan ja konserniyhtiöiden*)
työsuhteisilla, joiden viran/toimen ensisijainen
sijoituspaikka on Tays keskussairaala-kampuksella.**

**Virvalaisen samassa taloudessa asuvat yli 12-vuotiaat
perheenjäsenet.**

*)

Tytäryhteisöt:

Coxa Oy

Fimlab Laboratoriot Oy (Pirkanmaan alue)

Tays Sydänkeskus Oy,

SK Hankinnat Oy ja KOY Kissantassu

Osakkuusyhteisö:

Tuomi Logistiikka Oy

Salille kulku (H-siiven 00-kerroksessa)

- ▶ Salille kuljetaan **yhdistykseltä saadulla henkilökohtaisella kulkutunnisteella**. (Käytäntöön siirrytty 1.1.2023).
Kulkutunniste luovutetaan uudelle käyttäjälle ensimmäisen käyttömaksusuorituksen jälkeen.
- ▶ Kulkutunnistetta ei saa luovuttaa kenellekään. **Perheenjäsen kulkee salille virvalaisen kanssa**. Virvalainen tekee omalla kulkutunnisteellaan leimaukset jokaisesta salille mukanaan kulkevasta (käyttömaksunsa maksaneesta) perheenjäsenestä.

Aukioloajat:

- **virvalaisille** päivittäin kello 5.00 - 23.00
- **perheenjäsenille** henkilökuntaan kuuluvan kanssa arkisin kello 18.00 - 23.00 ja viikonloppuisin kello 5.00 - 23.00

Salin käyttömaksu

Yhdistyksen hallitus päättää käyttömaksuista vuosittain.

- ▶ Käyttömaksu on **henkilökohtainen**.
- ▶ Perheenjäsenille on oma käyttömaksunsa, joka maksetaan erikseen jokaisesta käyttäjäksi liittyvästä perheenjäsenestä (samassa taloudessa asuva yli 12-vuotias).
- ▶ Maksulla **ei ole palautusoikeutta** ts. ilmoittautuminen on aina sitova.
- ▶ Yhdistys ei ole korvausvelvollinen ilmoittautujan huolimattomuudesta johtuvissa virheissä ilmoittautumisessa.
- ▶ **Kadonneen kulkutunnisteen tilalle** perustettavasta uudesta kulkuluvasta veloitetaan käyttäjältä **15 euron kertasuoritteinen maksu**.
Huom! Kulkuluvan katoamisesta on ilmoitettava viipeettä jaosvastaavalle.

Kuntosalin käyttäjäksi liittyminen

Maksulinkit Virkisty Vapaalla ry:n verkkosivulla

1. Maksa henkilökohtainen kuntosalin käyttömaksu **valiten 12 kuukauden tai 6 kuukauden käyttömaksu.**
2. **Uusi jäsen:** Saat jaosvastaavalta **sähköpostiisi herätteen kulkutunnisteen luvituksen valmistumisesta ja tunnisteen lähetyksestä sisäpostitse.** Lähetyksiä tehdään pääsääntöisesti viikoittain.
Jo jäsenenä oleva (kulkutunnisteen omaava): Saat sähköpostiisi herätteen **kulkutunnisteen aktivoinnista.** Luvituksia tehdään pääsääntöisesti pari kertaa viikossa.

Uuden tunnisteen ja erääntyneen kulkutunnisteen käyttöjakso tulee voimaan luvituspäivästä.

Jos käyttömaksu uusitaan viimeistään viikkoa ennen voimassa olevan käyttöjakson umpeutumista, uusi käyttöjakso saadaan lisätyksi nykyisen käyttöjakson perään katkotta.

Jäsenyyden irtisanominen

1. Ilmoita jäsenyyden päättämisestä jaosvastaavalle sähköpostitse.
2. Saat paluuviestissä ohjeet tunnisteiden palauttamisesta.

Salietiketti

LUE
SISÄISTÄ
NOUDATA

Liikuntatilojen käyttö

ULKOPUOLISTEN TUONTI KUNTOSALI- JA RYHMÄLIIKUNTATILOIHIN ON EHDOTTOMASTI KIELLETTY.

Kuntosali ei ole alaikäisten lapsiparkki eikä leikkipaikka.

Ryhmäliikuntatilat ovat käyttömaksunsa maksaneiden käytettävissä yhteiskäytön periaatteella ts. jumppasalia ei saa varata omaan käyttöön esim. oven sulkemalla.

Puku- ja suihkutilat ovat käytössä joutuissaan vaatteidenvaihtoon ja hygieniasta huolehtimiseen. Pukukaapin saa varata vain salikäynnin/ryhmäliikuntatunnin ajaksi. Näin toimien kaappeja riittää kaikille kävijöille ruuhkaiseenkin aikaan. Pukukaappien käytöstä tehdään satunnaistarkastuksia ja tarvittaessa tyhjennetään. Omaisuuttaan voi tiedustella jaosvastaavalta.

Kuntosalin ja ryhmäliikuntatilojen käyttö tapahtuu omalla vastuulla. Laitteiden, välineiden ja varusteiden käytössä tulee noudattaa huolellisuutta. Laitevalmistajat ja VirVa ry eivät vastaa käyttäjille kuntosalilla tai liikuntatiloissa käyttäjien piittaamattomuudellaan tai huolimattomuudellaan aiheuttamista vahingoista.

Jotta salikäynti olisi jokaiselle miellyttävä ja turvallinen kokemus

- ▶ **KESKITY TREENIIN ja HUOLEHDI TURVALLISUUDESTASI.** Älä riko itseäsi tai laitteita käyttämällä laitetta, jonka toimintatarkoitusta et tunne. Älä myöskään käytä rikkoutunutta laitetta. Älä urheile loukkaantuneena.
- ▶ **ÄLÄ OMI LAITTEITA.** Vapauta laite välillä muiden käyttöön, jos ohjelmaasi sisältyy liikesarjoja/-pareja, joiden suorittaminen tarkoittaisi yhden laitteen varaamista käyttöösi huomattavan pitkäksi aikaa. Kiertoharjoittelu useamman laitteen yhtäaikaaisella varauksella on kielletty.
- ▶ **ÄLÄ PAISKO PAINOJA TAI MITÄÄN MUITAKAAN VÄLINEITÄ.** Näin vältetään tapaturmatilanteita ja laitteiden ja välineiden rikkoutuminen. Myös salin äänimaailma pysy korville kohtuullisena.
- ▶ **PALAUTA VÄLINEET PAIKOILLEEN.** Tällä on merkitystä myös puhtaanapidon toteuttamisen näkökulmasta - välineitä täynnä olevia jumppasaleja on hankala siistiä.
- ▶ **ÄLÄ OLE TOISEN REENAAJAN TIELLÄ.**

Jotta salikäynti olisi jokaiselle miellyttävä ja turvallinen kokemus

- ▶ **ÄLÄ REENAA TYÖVAATTEISSA!** Suojavaate on nimensä mukaisesti on tarkoitettu suojaamaan työtehtävissä.
- ▶ **KÄYTÄ TREENIPYYHETTÄ.** Pyyhi hikoilusta tulleet jälkesi laitteista ja välineistä seuraavaa käyttäjää varten. Löydät puhdistussuihkepulloja valkoisista korihyllyistä tai eteisen hyllyltä.
- ▶ **KÄYTÄ SISÄKENKIÄ.** Sisäkengät kuljetetaan mukana, ei jätetä hyllyille/kaappeihin.
- ▶ Huomioi muut salilla olijat stereoiden äänenvoimakkuutta säätäessä.
- ▶ Tarkista aina lähtiessäsi, että kuntosalin ovi menee lukkoon. Jos tiedät olevasi viimeinen lähtijä salilta, sammutathan stereot ja valot, kiitos.

Hygieniaohjeistus

Kuntosalilla noudatetaan [hyvinvointialueen infektioyksikön henkilöstölleen antamia yleisiä infektioiden ehkäisyohjeita](#) mm. käsi- ja yskimishygieniaan liittyen.

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.

Muuta

- ▶ Laitteille tehdään säännölliset **vuosihuollot** ja tarpeen mukaan ylimääräiset huollot. Laite- tai välinerikoista tulee ilmoittaa kuntosalivastaavalle.
- ▶ Jaosvetäjälle voi lähettää myös uusien laitteiden/välineiden hankintaesityksiä tai muita salitoimintaan liittyviä kehittämis ehdotuksia.
- ▶ Ilkivaltaa aiheuttaneelta ja tai varkauden tehneeltä peritään tapahtumasta aiheutuen vahingonkorvaus. Varkauستapauksissa tai muista rikostapahtumista tehdään asiaan kuuluvat viranomaisilmoitukset.
- ▶ **Yhdistys voi kieltää yksittäiseltä käyttäjältä kuntosalitilojen käytön toimintaohjeiden ja järjestyssääntöjen noudattamatta jättämisestä.**

Virva ry voi tarvittaessa muuttaa sääntöjä ja antaa lisäohjeita.