

SSIF Motion & Fitness

Driften af SSIF Motion & Fitness er helt afhængig af frivillig, ulønnet arbejdskraft. Vi beder derfor om alles hjælp til at gøre ophold i lokalerne til en positiv oplevelse.

Hjælp os med at holde omgivelserne ryddelige ved så vidt muligt at benytte skabe og omklædningsrum til tøj, sko, tasker o.lign.

Ris og ros

Forespørgsler og/eller forslag til forbedringer er meget velkomne og tages altid til efterretning. De kan sendes via e-mail til fitness@sejssvejbaek-if.dk eller skrives på tavlen i træningslokalet.

Venlig hilsen
SSIF Motion & Fitness

Instruktørerne

Staben omkring Sejs Svejlbæk I.F. Motion & Fitness



Ole Hvejsel
Instruktør



Peder Rasmussen
Instruktør



Lissi Schulz
Instruktør



Mark Bo Nielsen
Instruktør



Jens Lassen
Instruktør



Eric Møller
Instruktør



Mark Petersen
Instruktør



Lau Fowler
Instruktør



Poul Mortensen
Regnskab og adm.



Hans Baunbæk
Webmaster

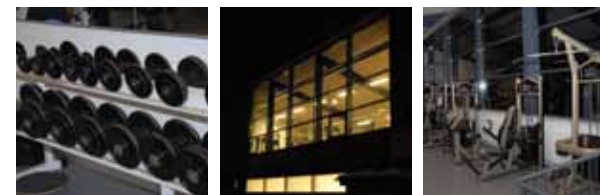
Sejs Svejlbæk
Idrætsforening

Motion & Fitness



Sejs Svejlbæk Idrætsforening
Motion & Fitness afdeling
Julsøvej 126 · 8600 Silkeborg

Version 3.0



Kære nye medlem.

**Tillykke med dit medlemskab
af SSIF Motion & Fitness.**

**Denne folder indeholder lidt
generel information om, hvem vi
er, om vort ordensreglement etc.**

**Vi håber, du får stor glæde af
at bruge faciliteterne.**

Velkommen!

Reglement

- Medlemmer skal være fyldt 15 år.
- Kun betalende medlemmer har adgang til motionscentret.
- Der skal benyttes indendørs sko i lokalet.
- De benyttede redskaber, vægtskiver, måtter, bolde m.m. skal sættes på plads efter brug.
- Beskyt vort udstyr; medbring og benyt venligst et håndklæde, når du træner, og aftør/afsprit maskinerne efter brug.
- Vis hensyn til alle tilstedeværende ved brug af musikanlægget. Ikke alle har samme smag, så vis omtanke både hvad angår musikgenren og lydstyrken.
- Der laves ofte check for gratister i centret. Hæng din nøglebrik op på tavlen ovenfor trappen for at gøre det lettere for instruktørene at checke at alle er medlemmer.
- Doping tolereres ikke for medlemmer af fitness. Opdages det er der øjeblikkelig bortvisning og udmeldelse for altid.

Ansvar

Al færdsel og træning i fitnesslokalet foregår på eget ansvar.

Hvis uheldet opstår, og du har brug for forsikringsdækning, skal du være dækket af egen ulykkesforsikring og henvende dig til denne.

SSIF Motion & Fitness kan ikke drages til ansvar for skader, der er sket på personer eller genstande ved ophold i lokalet.



Betaling for medlemskab

Når du skal betale, eller forny dit medlemskab skal det gøres via bankoverførsel (netbank) til SSIF Motion & Fitness' konto i Arbejdernes Landsbank, Silkeborg.

Kontonr.: 5347-0326753

Hjemmeside



På SSIF Motion & Fitness' hjemmeside kan du altid følge med i om der er sket noget nyt, ligesom der også er mulighed for at sende e-mail til os hvis du har spørgsmål til dit medlemskab eller har ris eller ros. Adressen er:
www.sejssvejbaek-if.dk/fitness