

城区街道龙山社区“信用健身室”管理办法

为了促进科学健身，防止造成人员意外伤害，保障设备和器材完好率，提高设备和器材的使用率，特制定制度。

1.在健身室健身的人员必须遵守有关规章制度，服从管理人员的管理。

2.学习和掌握各种健身器材的使用方法、功能及保养常识，按说明正确使用健身器械，不得违规操作，不得随意玩弄器材，以免造成伤害。

3.入室锻炼必须爱护室内每一件运动器械，不得争抢或乱扔乱丢器械，做到小心轻放，用完归还原位。

4.注意健身器械的正确使用方法，做到合理使用器械，切忌暴力和不科学地使用器械，凡损坏者照价双倍赔偿；

5.进入健身室应注意着装，以运动服、运动鞋、旅游鞋、软底鞋为主。

6.活动前请做热身运动，活动中请勿与他人交谈，以免影响锻炼效果及受伤。

7.如有技术问题请咨询管理人员，切勿自行操作，以免运动伤害。

8.发现器材故障及时通知管理人员，并立即停止操作。

9.未经允许，禁止将健身器材拿（推）到室外或任意挪动，以免损坏或丢失器材。

10.健身室内禁止吸烟，严禁酒后进入健身室进行锻炼。

11.十二岁以下儿童进入健身室，应有成人陪同。

12.健身室内不准打闹、追逐，运动时应注意他人所处位置，以免造成伤害事故；

13.健身室仅供本单位人员进入或使用健身器材。

14.如违反以上管理制度，自行进行锻炼者，造成不良后果，责任自负。

15.本办法由街道信用办修订公布实施，并负责解释。

16.本办法自发文之日起施行。

城区街道办事处龙山社区

2021年7月1日

