



Medlemsavtale for bruk av styrkerom i Nærbø Idrettslag –

Folkepulsen

Navn: _____

Fødselsdato: _____

E-postadresse faktura: _____

Adresse: _____

Mobilnummer: _____

Styrkerom voksen – over 18 år

Medlemskontingent kr 700 – faktureres januar/februar

Styrkerom ungdom – 15 – 18 år

Medlemskontingent Kr 700 – faktureres januar/februar

Styrkerom studenter

Medlemskontingent kr 700,- - faktureres januar/februar

Aktive spillere

Aktive spillere over 15 år på aldersbestemte lag, samt seniorspillere på A-lag og rekruttlag vil ikke bli tillagt ekstra treningsavgift for å kunne benytte treningsrommet. Det forutsettes at spiller har betalt medlemskontingent og treningsavgift til sin gruppe. Alle skal likevel signere kontrakt og gjøre seg kjent med reglene for bruk av treningsrommet.

Trenere og tillitsvalgte

Aktive trenere og tillitsvalgte som har betalt medlemskontingent vil ikke bli tillagt ekstra treningsavgift for å kunne benytte treningsrommet. Alle skal likevel signere kontrakt og gjøre seg kjent med reglene for bruk av treningsrommet.

Regler for bruk av styrkerommet i Nærbø Idrettslag

1. Aldersgrense for bruk av rommet er det året du fyller 15 år (dvs. fra nyttår i 9. klasse). Kontrakten må signeres av enn voksen dersom du er under 18 år.
2. Medlemskapet er personlig og kan ikke overføres andre.
3. All trening skjer på eget ansvar, og du har selv ansvar for de eiendeler du tar med deg.
4. Treningsrommet skal normalt sett ikke brukes til organisert lagstrening. Eventuell gruppetrening som lag må tilpasses andre brukere av rommet.
5. Vis hensyn.



- Musikk skal være på et nivå som ikke sjenerer andre.
- Ta hensyn til andre hvis det er flere som venter på tur i de ulike apparatene.
- 6. Bruk tørkepapir til rengjøring av apparat etter bruk. **Håndballspillere som bruker klister må påse at de ikke har klister på hud eller klær/sko som kan smitte av på apparater**
- 7. Bruk rene innesko og treningsklær
- 8. Rydd etter deg.
 - Legg vekter og manualer på plass etter bruk.
 - Bruk søppelbøtta.
- 9. NIL er sertifisert som Rent idrettslag. Bruk av rusmidler og ulovlige prestasjonsfremmende midler er strengt forbudt. Bruk av slike midler vil føre til umiddelbar bortvising fra anlegget og mulig utestenging fra idrettslaget.
- 10. Ved brudd på reglene kan NIL uten forvarsel si opp avtalen. Innbetalt kontingent tilbakebetales ikke.
- 11. Medlemmene plikter selv å holde seg orientert om neste års kontingent. Denne fastsettes på årsmøtet.

Stenging av anlegget:

Det tas forbehold om at anlegget kan stenges under ulike arrangement, for nødvendig vedlikehold eller i ferier og på helligdager. Anlegget vil være stengt i juli. Stenging av anlegget eller treningsrommet vil gjøres kjent ved oppslag eller via våre nettsider.

Jeg har lest reglene for bruk av styrkerommet.

Dato, navn medlem/foresatt

Dato, navn NIL-representant