

FT-CLUB ETIQUETTE

1

UNSERE PHILOSOPHIE

BITTE ZIEHE DEINE STRAßENSCHUHE AUS. LASSE DEINE SPORTTASCHE IN DER UMKLEIDE UND BETRETE DIE ANLAGE MIT HALLENSCHUHEN ODER SOCKEN.

2

SEI RESPEKTVOLL

TRAINIERE RUHIG: RESPEKTIERE DIE ANWESENHEIT DER ANDEREN, DAS TRAININGS-UMFELD UND UNSERE PHILOSOPHIE. ES IST DEIN CLUB - RESPEKTIERE DEN FT-CLUB UND DER FT-CLUB RESPEKTIERT DICH.

3

BRINGE DEIN EIGENES TRAININGS-HANDTUCH MIT

WÄHREND DEM TRAINING SCHWITZT JEDER. BRINGE DESHALB BITTE AUS HYGIENISCHEN GRÜNDEN BEI JEDEM TRAINING DEIN EIGENES HANDTUCH MIT.

4

ACHTE AUF HYGIENE

BITTE VERWENDE BEIM GEBRAUCH DER BÄNKE EIN HANDTUCH. HINTERLASSE ALLES SO, WIE DU ES SELBST GERNE VORFINDEN MÖCHTEST.

5

SEI VORSICHTIG

BITTE LASS DIE FREIEN GEWICHTE NICHT EINFACH AUF DEN BODEN FALLEN, SONDERN WÄHLE DEINE GEWICHTE, MIT DENEN DU KONTROLLIERT UND GEFAHRENLOS UMGEHEN KANNST.

6

SORGE FÜR ORDNUNG

BITTE STELLE DIE FREIEN GEWICHTE UND DAS ÜBRIGE TRAININGSMATERIAL STETS WIEDER AN SEINEN BESTIMMUNGORT ZURÜCK. FALLS DU DIR MAL UNSICHER SEIN SOLLTEST WOHIN EIN GERÄT ODER GEWICHT GEHÖRT, UNSERE TRAINER HELFEN DIR GERNE WEITER.

7

SCHLISSFÄCHER

DIESE SIND EINZIG FÜR DEN GEBRAUCH WÄHREND DES TRAININGSAUFENTHALTS VORGESEHEN. SIE DÜRFEN NICHT ZU LAGERZWECKEN ÜBER NACHT VERWENDET WERDEN.

8

ACHTE AUF UNSERE ÖFFNUNGSZEITEN

BITTE ACHTE AUF UNSERE TÄGLICHE SCHLIEßUNG UND VERLASSE UNSERE RÄUMLICHKEITEN ZEITIG.

9

COACHES

ALLE UNSERE COACHES HABEN EINE SPEZIELLE SCHULUNG IN UNSERER FT-CLUB ACADEMY DURCHLAUFEN.

10

DEINE TRAININGSFLÄCHE

DER FT-CLUB BIETET EINE TRAININGSFLÄCHE AUF DER DU DEINE ZIELE SO ERREICHEN KANNST, WIE DU ES MÖCHTEST. ACHTE BEI DEINEN TRAININGSFORMEN AUF EINE HOHE BEWEGUNGS-QUALITÄT, SINNHAFTHKEIT UND EINE SAUBERE UMSETZUNG. SOLLTEST DU DIR EINMAL BEI EINER ÜBUNG UNSICHER SEIN, SO STEHEN DIR UNSERE TRAINER JEDERZEIT MIT RAT UND TAT ZUR SEITE.