

上海市商贸旅游学校

健身房管理制度

- 1、学生根据课表安排，统一在老师的带领下进入健身房开展健身训练。
- 2、学校各部门因活动需要使用健身房，必须经过分管领导同意。课余时间学生使用健身房，必须有指导教师在场才能使用。
- 3、进入健身房前，请先换上干净的软底鞋（或球鞋），穿皮鞋、高跟鞋者禁止使用跑步机、踏步器和电动单车等。
- 4、爱护室内环境卫生，健身房内不许吸烟、不带零食、饮料（矿泉水除外）进入健身房。不乱扔垃圾、勿随地吐痰；爱护健身房内地毯、墙壁整洁等。
- 5、文明健身，禁止在健身房内赤裸上身。
- 6、勿高声喧哗，互爱互让，相互关照，争做文明运动者，营造健身房和谐、友好的氛围。
- 7、爱护室内健身活动设施，安全规范地使用健身器材；禁止携带其他物品特别是尖锐物品进入健身房；对故意损坏器材的按照原价赔偿。
- 8、锻炼时，如器械出现故障，必须及时报告管理员，切勿擅自拆卸或修理。
- 9、每做完一个健身项目，请自觉将健身器械放回原位或及时关闭器械开关。
- 10、健身房使用完毕，管理员应做好使用登记。人员离开时，必须切断电源，关好电灯、门窗。