

QUY ĐỊNH SỬ DỤNG PHÒNG GYM

1. Sinh viên phải đăng ký với Phòng hành chính và Dịch vụ sinh viên thời gian luyện tập và xuất trình thẻ khi đến phòng tập.
2. Mặc trang phục thể thao phù hợp khi tập luyện tại phòng gym: quần áo thể thao, giày đế mềm, không cởi trần khi vào phòng tập. Sinh viên mang giày sạch vào phòng tập, không đi giày trực tiếp từ bên ngoài vào phòng tập để giữ vệ sinh chung.
3. Giữ thái độ, cử chỉ văn minh, lành mạnh trong phòng tập.
4. Không hút thuốc lá, ăn uống trong phòng tập; không được phép mang thức ăn, đồ uống (ngoại trừ nước uống thể thao), chai thủy tinh vào phòng tập.
5. Không được tập luyện khi trong người có nồng độ cồn hoặc sử dụng các loại thuốc có chất kích thích. Sinh viên nên ngưng tập luyện khi có các dấu hiệu mệt mỏi, choáng váng.
6. Tất cả trang thiết bị và máy móc của phòng tập phải được sử dụng đúng cách. Sau khi tập sinh viên cần xếp đặt dụng cụ tập vào đúng vị trí ban đầu.
7. Sinh viên phải giữ vệ sinh, bỏ rác vào thùng, không làm đổ nước ra sàn phòng tập, không được gây ồn ào, không vứt, thả tạ xuống sàn sau khi tập.
8. Sinh viên tự bảo quản tài sản vật dụng cá nhân khi luyện tập. Nhà trường không chịu trách nhiệm về những thiệt hại, mất mát về tài sản của sinh viên.
9. Thời gian hoạt động phòng tập:
 - Sáng: 7:00 đến 11:30
 - Chiều 13:30 đến 17:00
10. Sinh viên cần ý thức về tình trạng sức khỏe, hành vi... để đảm bảo an toàn tuyệt đối khi luyện tập, là người trưởng thành, sinh viên chịu trách nhiệm về những rủi ro có thể xảy ra. Trường không chịu trách nhiệm về những rủi ro có thể xảy ra ngoài mong muốn.

Nhà trường không chịu trách nhiệm đối với các chấn thương hay tai nạn xảy ra cho sinh viên khi sử dụng các thiết bị tại phòng tập không đúng cách hoặc không tuân thủ các nội quy nêu trên tại phòng tập.