

REGELN INDOOR CYCLING

Nutzer des Indoorcyclingraumes akzeptieren automatisch die folgenden Regeln:

1. Das virtuelle Cyclingangebot bzw. die Nutzung der bikes ist denen vorbehalten, die schon in einer normalen Cyclinglektion waren und auch schon den FTP Test absolviert haben.
2. Das virtuelle Cycling bzw. die Nutzung der bikes steht Mitgliedern des fitnessstowers medical zur Verfügung, die über ein Kombi oder Groufitnessabo verfügen.
3. Aus Gründen der Sicherheit melde dich vor der Nutzung an der Reception und schreibe dich in die Liste ein und melde dich nach deiner Trainingseinheit wieder ab.
4. Das Instruktorenbike sowie die Musikanlage dürfen nicht benutzt werden. Die Einstellungen an der Projektorenleinwand und an der Musikanlage haben eine Grundeinstellung, die nicht verstellt werden darf. Melde dich an der Reception, wenn du Fragen oder Einwände dazu hast.
5. Wir bitten dich dringend, am Ende des Training das bike gut zu reinigen und zwar so, wie du es auch gerne antreffen würdest.
6. Für die bike-Nutzung - egal ob für eine normale Instruktorenlektion oder für eine virtuelle bikeTrainingseinheit - sind immer 2 Tücher erforderlich: eines unter dem bike und eines auf dem Lenker.
7. Wer seinen Bidon vergessen hat bzw. etwas zum Trinken, bekommt an der Reception gratis einen Vitamin/Mineraldrink plus einen Ersatzbidon, der nachher wieder abgegeben werden muss.