

## Til alle idrætsstuderende på IOB

Det er meget vigtigt, at I sætter jer ind i reglerne for brug af IOB's haller og sale:

- Som idrætsstuderende har I adgang til haller og sale, når I har booket en tid i mappen med skemaer. Husk at skrive navn og telefonnummer, da jeres tid kan blive annulleret pga. undervisning. Denne mappe ligger på instituttorvet.
- Denne adgang gælder KUN for jer som studerende – dvs. at I **IKKE** må medbringe familie, venner eller foreninger.
- Uvedkommende har **INGEN ADGANG!**
- Vi vil fra instituttets side gøre opmærksom på, at vi for at løse problemet med ubudne gæsters brug af vores haller og sale, har været nødt til at opsætte overvågningskameraer udenfor og i hal 2. De overvåger området både dag og nat. Der er opsat skiltning ved områderne
- Alle Sundhedsstyrelsens og Universitetets retningslinjer vedrørende Covid-19 skal følges til en hver tid og i alle lokaler. Det vil sige:
  - Hold afstand
  - Sprit hænder af før og efter brug samt undervejs
  - Sprit udstyr af efter brug (hvis muligt)
  - Host og nys i ærmet
  - Vis hensyn til hinanden
  - Benyt kun omklædning i forbindelse med undervisningen

### Specifikke regler:

Vi vil fra studiets side meget gerne indskærpe overfor alle, at følgende adfærd ikke er tilladt på og i IOBs faciliteter.

Det er ikke tilladt at:

- Overnatte i IOBs haller, sale og undervisningslokaler
- Afholde private arrangementer og fester i IOBs haller, sale og undervisningslokaler.
- Lukke andre ind på sit eget adgangskort
- Indtage alkohol i IOBs haller, sale og undervisningslokaler. Heller ikke efter kl. 16.
- Indtage alkohol i svømmehallen eller i lokaler relateret til svømmehallen.
- Møde beruset op til undervisning

- Flytte træningsredskaber eller lignende til andre områder, end hvor de står
- Flytte træningsredskaber eller lignende udendørs

Det er selvfølgelig stadig tilladt at bruge faciliteterne til fysiske aktiviteter og selvtræning.

Dog er Fitnesslab pga. Covid-19 kun åbent for skemalagte undervisningsaktiviteter indtil videre. Det betyder at lokalet er lukket for selvtræning. Kun studerende med skemalagt undervisningsaktivitet i Fitnesslab har adgang via deres kort.

Det er dog meget vigtigt, at I sørger for at rydde ordentligt op efter jer, så områderne er lækre og indbydende til de næste, der skal bruge dem.

## **Særlige regler for springsalen**

Hvis I bruger springsalen så husk:

- At sætte redskaberne på plads igen. Gulvet foran skal være frit (med undtagelse af plest og airtrack)
- At det kun er spring- og gymnastikredskaber, der hører hjemme i springsalen. Hvis I tager andet udstyr med ind, så tag det med ud igen. Bolde er forbudt, da vi har kostbare kameraer på væggen.
- At rydde op efter jer: eksempelvis madpapir, poser, drikkedunke og tøj
- Brug kurven til glemt tøj: Hvis der ligger tøj (eller andet) og flyder, når I kommer, så læg det i kurven til glemt tøj.
- Der er opsat knager til overtøj lige indenfor døren, hvor kurven til glemte ting også er placeret.
- Der må ikke placeres udstyr fra springsalen i døråbningen for at holde den åben.

## Særlige regler for Fitnesslab

Fitnesslab er pga. Covid-19 kun åbent for skemalagte undervisningsaktiviteter indtil videre. Det betyder at lokalet er lukket for selvtræning. Kun studerende med skemalagt undervisningsaktivitet i Fitnesslab har adgang via deres kort.

Hvis I bruger Fitnesslab så husk:

- For at benytte Fitnesslab i bygning 39, uden at der er en underviser til stede, er det påkrævet, at du først har deltaget i en intro-lektion. Når Fitnesslab igen åbner for selvtræning vil der være skemalagt introduktion for 1. årgang.
- Fitnesslab kan være forbeholdt undervisning eller forskning.
- At læse og følge de retningslinjer, der er opslået på væggene i Fitnesslab.
- Alle vægtskiver eller frivægte skal lægges på plads efter brug og må eksempelvis ikke sættes på gulvet eller op af spejlene
- Det er ikke tilladt at "droppe" vægtstænger og håndvægte. Dette er dels af hensyn til udstyret, men også de ansatte, som har kontor tættest på frivægtsområderne. De kan høre det, og det forstyrrer arbejdet.
- Hvis en ansat eller anden person henvender sig i Fitnesslab med ønske om, at støjniveauet sænkes, så skal henvendelsen tages til efterretning. Det gælder både angående musik, "drops" eller andet.
- Der må ikke fjernes udstyr fra fitnesslab.
- Sprit hænder inden du benytter lokalet og aftør og desinficer alt udstyr for sved efter brug og f. Covid-19 retningslinjerne.

Med venlig hilsen

Annemari Munk Svendsen og Thomas Bredahl (studieledere)