

Kupittaaan urheiluhallin pelisäännöt

Noudata aina voimassa olevia sääntöjä, henkilökunnan ohjeita, siisteyttä sekä hyviä tapoja. Näin pyrimme takaamaan, että jokainen voi harjoitella turvallisesti ja ilman häiriöitä.

- Kuittaa sisäänkäyntisi lukijalaitteeseen ennen harjoituksen alkua (ryhmän vetäjä / urheilija).
- Alle 15-vuotiaat saavat mennä voimaharjoittelutiloihin vain ryhmän vetäjän kanssa. Yläkerran voimaharjoittelutila on varattu pääkäyttäjryhmien käyttöön.
- Harjoittele vain siihen varatuilla paikoilla. Seiväs-, korkeus- ja pituushyppypaikat on varattu kyseisten lajien harjoitteluun.
- Juokse rataa aina vastapäivään. Verryttely tulee tehdä jonossa ulkokautta yhtä rataa pitkin. Radat 2–3 ovat tarkoitettu kovempivauhtiseen juoksuun, rata 4 pidempää juoksua varten.
- Välineitä vaativat tekniikkaharjoittelut tulee tehdä katsomon takana, ei juoksusuoralla.
- Palauta käyttämäsi välineet paikoilleen (esim. korokkeet, aidat, patjat).
- Huomioi aina muut harjoittelijat. Älä juokse ratojen poikki tai ryntää kentälle.
- Harjoittele omalla vastuullasi. Ohjaaja on vastuussa omasta ryhmästään tai valmennettavastaan.
- Hallin pääkäyttäjryhmiä ovat yleisurheilu-, soutu- ja melonta-, suunnistus-, rengasvoimistelu- ja triathlonseurat. Alle 13-vuotiaat harjoittelevat klo 19 saakka ja aikuiset klo 19 jälkeen. Alle 13-vuotiaiden harjoittelu on kiellettyä klo 19 jälkeen.
- Muiden kuin pääkäyttäjryhmiä oheisharjoittelu on mahdollista seuraavina aikoina: lapset ti ja pe klo 14–19, aikuiset ja yli 15-vuotiaat ti ja pe klo 18–21. Joulukuusta maaliskuuhun oheisharjoittelua vain perjantaisin.
- Hallin varaustilanne on suositeltavaa tarkastaa [Timmi-varauskalenterista](#).

Liikunnan iloa harjoitteluhetkiisi!