



## 瑞峰花園 健身室使用守則

1. 健身室開放時間為每日上午七時至晚上十一時。
2. 業戶必須預先到保安室進行登記使用健身室手續，繳交費用及領取八達通卡作開啟健身室正門之用。
3. 每位每節收費港幣拾元正(一小時為一節)，不設找續。
4. 每位使用者會獲發一張八達通卡。如有遺失，須繳交\$100以作補償。
5. 由於空間有限及為安全起見，健身室內同一時間使用人數不可超過十五人，並以「先到先得」為原則。
6. 訪客必須在業戶陪同下方可使用健身室，每位每節收費港幣拾元正，但健身室內同時間不可超過五名訪客使用，並以「先到先得」為原則。
7. 當節數時限已到，使用者請即盡快離開及到保安室交還八達通卡。如過時仍未交還八達通卡，使用者須繳交另一節費用。
8. 所有業戶或訪客須遵守健身室使用守則。訪客之行為須由陪同之業戶完全負責。任何業戶或訪客如未領取八達通卡而進入健身室，需繳交附加費用每位每節為港幣伍拾元正。
9. 每日清潔時間為下午一時至二時。為方便業戶隨時使用，健身室於上述清潔時段仍會照常開放。
10. 本健身室設有閉路電視監察錄影系統。
11. 本健身室只准十四歲或以上人士使用。
12. 如患有冠心病、高血壓、糖尿病等，業戶或訪客必須獲得醫生准許下方可使用場內設施。
13. 初學者進行阻力訓練時，不應嘗試超過自己所能應付的重量及不應強忍呼吸。
14. 如使用者進行運動期間感覺任何不適，包括胸口陣痛、關節及肌肉痛、暈眩、噁心、呼吸困難等，請立即停止運動。有需要時請使用「求救鐘」通知本處職員，請求協助。
15. 使用者必須穿著合適之運動服裝及運動鞋。請勿穿著內衣或拖鞋使用健身室。
16. 嚴禁攜帶寵物進入場地。
17. 嚴禁吸煙、喧嘩及賭博。
18. 請勿攜帶食物及飲品入內進食。
19. 當使用者進行重量訓練時，請輕放啞鈴及在使用後將啞鈴依序放回原處。
20. 如發現健身器材如滑輪、拉線及其他零件出現故障，請立刻停止使用及切勿自行維修，並儘快通知客戶服務處跟進。
21. 如使用者引致健身器材或影音系統等設施有所損壞，須照價賠償。
22. 盜竊乃刑事罪行。若使用人士被發現盜竊健身器具或其他物件，將報警處理。
23. 請自行保管私人財物，如有損壞或被竊，管理公司及業主立案法團概不負責。
24. 任何人士使用健身器材時須注意安全，如有傷亡意外，管理公司及業主立案法團概不負責。
25. 為節省能源，最後一位使用者請於離開前關閉所有電源(包括電器及健身器材)及照明。
26. 客戶服務處保留更改此使用守則之權利而無須作預先通知。