

## 健身室使用守則

開放時間：星期一至日上午 9:00 至晚上 10:00

- 1、在任何時間均須遵守本健身室一切守則。如有違反本健身室使用守則，本大學保留取消其使用權及追究其相關責任。
- 2、享用各項設施，必須於“健身室使用登記表”上註明起止時間。
- 3、必須穿著整齊的運動服裝及運動鞋，違者將被拒絕進場。
- 4、必須出示本人的學生校園卡/教職員證，供管理人員查閱及登記。
- 5、嚴禁在健身室內飲食，攜帶含酒精飲品、違禁品及攻擊性武器。並請保持環境清潔。
- 6、嚴禁在健身室內吸煙、粗言穢語或作出任何騷擾性的行為。
- 7、如在使用前發現各項器材運作性能有損壞，須立即通知本處或現場管理人員。
- 8、個人物件請保管好。使用者帶來之任何私人財物，在健身室範圍或附近無論何故遭受損壞或遺失，本大學概不負責。
- 9、使用者在使用健身器材時必須注意安全，因使用者疏忽或違反本使用守則而產生之一切後果，由使用者自負，本大學概不負責。
- 10、健身室內所有設備為本大學所擁有之財物，使用者均不可隨意拿去，否則均需負上刑事責任，並負責賠償由其本人對本健身室任何財物所造成之損害或遺失（蓄意或因疏忽使用引起），本大學有權決定賠償之數額。
- 11、使用時應注意個人衛生，經常洗手，打噴嚏或咳嗽時應用紙巾或衣衫遮掩口鼻等。
- 12、任何時候發現自身出現發熱（體溫高於或等於 37.5 度）、急性咳嗽等不適，應戴上口罩及早就醫並暫緩健身訓練。
- 13、健身室內提供消毒清潔物品，可於使用前自行擦拭器材，以確保衛生。
- 14、使用任何器材前需做好熱身運動，並先閱讀器材上的指引，按自己的身體狀況適當地鍛練。使用健身器材時必需注意安全。
- 15、訓練時如有任何不適，包括胸口陣痛、關節及肌肉痛、量眩、噁心、呼吸困難等，請立即停止訓練。
- 16、如遇上緊急情況，請按健身室內的警報鈴求助或前往地下大堂向保安員通報。
- 17、本大學有權隨時修訂本守則而毋須事前通知，請使用者自行留意健身室張貼之最新通告及事項。
- 18、本大學擁有本守則之解釋權及修改權。

