

HÁZIREND

Érvényes 2018. július 2.-tól

- Bejelentkezés.** Mindkét esetben visszaigazolással nyugtázzuk kéréseiteket és jelezzük, ha nem tudjuk teljesíteni azokat!
 - Csoportok esetén kérjük küldjétek el a havi, de legrosszabb esetben a következő heti beosztásokat e-mailben a metodika@icehockey.hu címre legkésőbb az aktuális hetet megelőző péntek 12:00-ig!
 - Egyéni bejelentkezés esetén szintén a metodika@icehockey.hu címre legkésőbb egy nappal szíves látogatásotok előtt küldjétek egy időpontfoglalást.
- Öltözők, zuhanyzók használata**
 - Abban a szerencsés helyzetben vagyunk, hogy jut mindenkinek külön öltözőszekrény, csak kérni kell a recepción egy mágneses karkötőt. Kérünk Titeket, kíméljétek meg az érzéstől, mintha ruhatárban vagy csomagmegőrzőben dolgoznánk.
- Zenehallgatás** indokolt esetben
 - csoportos foglalkozás esetén, az edző által meghatározott rendben.
 - egyéni zenehallgatásra az egyéni zenelejátszót és fülhallgató használatára kérünk Titeket.
- NO snüssz, NO gum** - there is gonna be NO gun
 - Snüssz és rágó kultúra: Jelenleg 0-0 a snüssz vs rágó mérkőzés állása. Kérünk Titeket, ez maradjon is így. Tudjuk, hogy kemények vagytok és a fent említett csodáktól még keményebbek lesztek, de ha 9 db kihelyezett kuka egyikét használjátok, Ti lesztek a legkeményebbek!
 - Amennyiben nektek ez snassz, a snüssz jelenlétét még kevésbé fogjuk tolerálni és közmunkára ítéljük a legkeményebbeket is (pakolás, takarítás)! :)
- Étkezni az étteremben** és bárhol máshol.
 - A földszinten van büfé csodálatos panorámával és kedves személyzettel.
 - Csokit, energia szeletet, mogyoróvajás-lekváros snacket, gyümölcsöt legfeljebb a folyosón fogyasszatok.
- Eszközök visszapakolása és tisztán tartása.**
 - Szeretünk és tudunk is pakolni, viszont eleget pakolunk így is. Kérünk Titeket, tegyétek vissza használat után az eszközöket a helyére. Legyen ez akár gumiszalag vagy rúd súlyokkal telepakolva, amit nem is a helyéről elvéve kezdte el használni.
 - Kemények az edzések, izzadságból tengert lehetne fakasztani. 3 helyen van fertőtlenítő és papírtörő anak érdekében, hogy legközelebb is szívesen használjátok az eszközöket.

7. **Ping-pong** asztal használata
 - a. saját felszereléssel (rendeltetésnek megfelelő ütő és labda), az éppen szenvedő társak zavarása nélkül.
 - b. Labda-, és ütőbérletre a strandon van lehetőség.
8. **Labdázni** kint a szabadban
 - a. vonatkozik ez röplabda, focilabda és kosárlabdára egyaránt. A medicin maradhat.
9. **Váltócipő** használata kötelező.
 - a. A por, kosz, granulátum csúszik. Itt meg ne sérüljön senki, van elég baj a jégen!
:)
10. **Lemondás**
 - a. legkésőbb 24 órával a leadott edzésidőtök előtt szóljatok változás esetén, hogy tudjunk alkalmazkodni
 - b. Ha ez elmarad, gondoskodjatok róla, hogy fittek és egészségesek maradjunk a magas stressz okozta gyűrődésben. (gyümölcs -friss vagy szárított-, 75%-os csokoládé, kávé)
11. **Talált tárgyak**, ivólevek, kulacsok.
 - a. Minden ruhaneműt megőrzünk 2 hétig, utána eladományozzuk. Ez nem azt jelenti, hogy ruhatárat szeretnénk üzemeltetni.
 - b. Az itt hagyott vizeket és kulacsokat maximum zárásig őrizzük meg.
12. **Edzőterem**, nem gyermekmegőrző.
 - a. Akarva akaratlanul is elszabadulhatnak a lurkók, ami rájuk nézve elsősorban sérülés veszélyes, ezért kérünk Titeket, hogy 12 év alatt az iroda részben tartózkodjatok látogatásokat alkalmával.
13. Nem követelünk, kérünk Titeket. Tegyetek így Ti is és szívesen segítünk! ;)

Olvasható aláírással **vállalom**, hogy a HÁZIRENDBEN leírtakat megértettem, tudomásul vettem és ezen keretek betartásával lépek be minden egyes alkalommal a **SPORTOLÓI** bejáraton.

Amennyiben **nem** írom alá, vállalom a 4. bekezdés b pontját, amíg meg nem világosodom.

- | | | |
|-------|-------|-------|
| 1. - | 14. - | 27. - |
| 2. - | 15. - | 28. - |
| 3. - | 16. - | 29. - |
| 4. - | 17. - | 30. - |
| 5. - | 18. - | 31. - |
| 6. - | 19. - | 32. - |
| 7. - | 20. - | 33. - |
| 8. - | 21. - | 34. - |
| 9. - | 22. - | 35. - |
| 10. - | 23. - | 36. - |
| 11. - | 24. - | 37. - |
| 12. - | 25. - | 38. - |
| 13. - | 26. - | 39. - |

40. -	83. -	126. -
41. -	84. -	127. -
42. -	85. -	128. -
43. -	86. -	129. -
44. -	87. -	130. -
45. -	88. -	131. -
46. -	89. -	132. -
47. -	90. -	133. -
48. -	91. -	134. -
49. -	92. -	135. -
50. -	93. -	136. -
51. -	94. -	137. -
52. -	95. -	138. -
53. -	96. -	139. -
54. -	97. -	140. -
55. -	98. -	141. -
56. -	99. -	142. -
57. -	100. -	143. -
58. -	101. -	144. -
59. -	102. -	145. -
60. -	103. -	146. -
61. -	104. -	147. -
62. -	105. -	148. -
63. -	106. -	149. -
64. -	107. -	150. -
65. -	108. -	151. -
66. -	109. -	152. -
67. -	110. -	153. -
68. -	111. -	154. -
69. -	112. -	155. -
70. -	113. -	156. -
71. -	114. -	157. -
72. -	115. -	158. -
73. -	116. -	159. -
74. -	117. -	160. -
75. -	118. -	161. -
76. -	119. -	162. -
77. -	120. -	163. -
78. -	121. -	164. -
79. -	122. -	165. -
80. -	123. -	166. -
81. -	124. -	167. -
82. -	125. -	168. -