臺北醫學大學

學務處體育室健身中心管理細則

第一條　本管理細則依本校「綜合體育館管理辦法」之第八條規定訂定之。

第二條　本健身中心以教學與營運為主，設施包括心肺訓練區、重量訓練區、伸展區。

第三條　本健身中心開放對象為本校教職員工生。

第四條　本健身中心開放時間為每星期一至星期五中午 1200-1300；下午 1730-2030 星期六日、農曆新年、端午及中秋節不開放。

第五條　凡進入本健身中心之使用人士，須遵守本健身中心之相關規定。

第六條　本健身中心之管理規定如下：

一、進入前請先至櫃檯登記，使用完一個時段須離場，如需繼續使用請至櫃檯登記下一時段。

二、場內禁止任何飲料及食物或寵物入場，並禁止吸菸及吃檳榔。

三、請穿著運動服裝及運動鞋入內，勿穿著拖鞋及打赤膊。

四、飲酒後或健康狀況不佳者以及患有心臟病、高血壓、氣喘病、傳染性疾病之患者，請勿進入。

五、使用槓鈴時請將安全扣、安全鎖上緊，以確保安全。使用啞鈴、槓片等重物，請保持輕放勿將之重擊至地面，避免造成地板損壞，如有損毀須按價賠償。

六、個人使用啞鈴、槓片完後，請務必將之歸位，以方便下位使用者使用。

七、使用器材前，務必先做暖身或緩和運動，使用器材後請將氣才之汗水擦拭乾淨。

八、若不明器材之操作程序，請詢問管理員或教練，避免運動傷害及損壞器材。

九、為確保安全及他人權益，請遵守各項規定，並聽從負責

本中心相關人員之指導，如違反使用規定者，得由管理員、指導員予以驅離並禁止其使用權。若情節重大者，得依校規議處。

第七條　本細則經本校學務處處會議通過後實施，修正時亦同。