

Das Betreten des
Fitnessraums ist **unter 12**
Jahren nur mit
Beaufsichtigung gestattet!!!

Regeln – Fitnessraum

Fitness-Geräte	Erlaubnis
Boxsack (und Zubehör)	Ab 6 Jahren mit Beaufsichtigung Ab 12 Jahren ohne Beaufsichtigung
Fitnessball	Ab 6 Jahren mit Beaufsichtigung Ab 12 Jahren ohne Beaufsichtigung
Hula-Hoop	Ab 6 Jahren mit Beaufsichtigung Ab 12 Jahren ohne Beaufsichtigung
Sit Up Bank	Ab 10 Jahren mit Beaufsichtigung Ab 12 Jahren ohne Beaufsichtigung
Crosstrainer	Ab 10 Jahren mit Beaufsichtigung Ab 12 Jahren ohne Beaufsichtigung
Rudermaschine	Ab 12 Jahren mit Beaufsichtigung Ab 14 Jahren ohne Beaufsichtigung
Kurzhandtel	Ab 14 Jahren mit Beaufsichtigung Ab 16 Jahren ohne Beaufsichtigung
Langhandtel	Ab 14 Jahren mit Beaufsichtigung Ab 16 Jahren ohne Beaufsichtigung
Fitness-Tower	Ab 14 Jahren mit Beaufsichtigung Ab 16 Jahren ohne Beaufsichtigung