

## 國立金門大學重訓室及有氧中心會員使用守則

### 一、 開放時間：

1. 週一 17:30~21:30

週二 17:30~21:30

週三 17:30~21:30

週四 17:30~20:00

週五 17:30~21:30

2. 寒暑假期間不開放。

3. 國定假期及連續假日依行政院人事行政總處公告，均不開放。

4. 如學校有特殊需要時，上述開放時間得逕行調整之。

### 二、 使用規定

1. 重訓室及有氧中心門禁系統為全時上鎖狀態，如欲使用請於門口左方刷卡機刷卡進入，並隨手關門。
2. 申請門禁系統權限請攜學生證或相關證件於上班時間至體育辦公室辦理，申請通過後即起生效。
3. 每次申請門禁權限為一學期，收費方式請參閱體育室「國立金門大學運動場館會員制收費使用標準」。
4. 離開時請按壓大門右按鈕開門，勿用力拉扯門把，並隨手關門，門鎖請勿上鎖。
5. 進入場館請著運動服裝並自行攜帶毛巾，場館禁止穿拖鞋或打赤腳，請勿打赤膊、高聲喧嘩及隨地吐痰。
6. 除飲用水及運動飲料外，請勿攜帶其他飲料及食物進入場館。
7. 各項器材使用完畢請放回原位並隨手擦拭器材上殘留汗水。
8. 場館設有監視器及門禁管理系統，器材切勿帶離並依規定愛惜使用，違者將取消門禁權限，若情節嚴重將依法辦理。
9. 使用啞鈴、槓鈴及其他器材時請於規定區域使用，並輕放落地，勿造成聲響。
10. 使用器材設備時，請依個人身體狀況適量運動，勿逞強，以免發生危險，若因使用不當致發生意外，由使用者自行負責。
11. 以上規定若有不足之處，體育室得視狀況隨時調整修訂之。