

CROSSFIT™ FABRIKEN

ALLMÄNNA VILLKOR FÖR MEDLEMSKAP

UPPDATERADE 2017-01-01

1. Allmänt

1.1 Dessa allmänna villkor gäller för medlemskap hos CrossFitFabriken mellan den person (nedan benämnd "Medlem") som står namngiven i avtalet, till vilket nedan beskrivna villkor utgör en integrerad del, och det bolag som avtalet avser (nedan kallat "CrossFitFabriken"). Utöver dessa villkor kan också särskilda villkor gälla vid enskilda tillfällen och vid köp av andra tjänster som CrossFitFabriken erbjuder, såsom personlig träning.

2. Medlemskap

2.1 Medlemskap hos CrossFitFabriken kan sökas av person som - är myndig eller i annat fall får sin ansökan skriftligen godkänd av målsman, god man eller förvaltare, - är minst 15 år fyllda på dagen för medlemskapets tecknande, och - har ett allmänt hälsotillstånd som enligt bedömning av CrossFitFabrikens personal tillåter fysisk träning utan uppenbar risk för ohälsa eller skador.

2.2 Medlemskap söks personligen hos CrossFitFabriken efter att information om CrossFitFabrikens medlemskap och träningsmöjligheter erhållits i form av muntlig förklaring från CrossFitFabrikens personal och/eller skriftlig dito. Medlemskapet är personligt och gäller från och med det datum som anges i avtalet och omfattar den period som medlemmen bundit sig till, vilken också är angiven i medlemsavtalet.

2.3 CrossFitFabriken erbjuder medlemskap med olika längd och träningsmöjligheter. Omfattningen av CrossFitFabrikens olika medlemskapsformer, och avgifterna för dessa, framgår av CrossFitFabrikens vid var tid gällande beskrivning av utbud och tjänster och därtill hörande aktuell prislista.

2.4 Medlemmen kan när som helst uppgradera sitt medlemskap till att omfatta en längre tid enligt CrossFitFabrikens vid var tid gällande utbud för olika medlemskap.

3. Medlemmens ansvar

3.1 Medlemmen förbinder sig - att vid varje träningstillfälle kunna styrka sitt medlemskaps giltighet genom uppvisande av giltig legitimation innan träning eller aktivitet påbörjas i CrossFitFabrikens lokaler, - att själv ansvara för sin hälsa och säkerhet i samband med vistelse i CrossFitFabrikens träningscenter, - att ta del av och följa CrossFitFabrikens vid var tid gällande säkerhets- och ordningsregler, - att följa anvisningar som ges av CrossFitFabrikens personal avseende träningsmetoder och hantering av träningsutrustning, - att inte uppträda olämpligt mot eller störande för andra personer som vistas i CrossFitFabrikens träningscenter,

3.2 Medlemmen är väl införstådd i att ett träningscenter utgör en miljö där riskmoment förekommer. Medlemmen bär själv ansvar för sina handlingar, beslut och följderna av dessa.

4. CrossFitFabrikens ansvar

4.1 CrossFitFabrikens ska avråda medlemmen från träning som CrossFitFabrikens personal bedömer kan innebära risk för ohälsa eller skada för medlemmen.

4.2 CrossFitFabriken ansvarar inte för hinder i eller begränsning av träningsmöjligheter vilken beror på omständigheter utanför CrossFit-

Fabrikens kontroll, såsom brand-, vatten- eller annan större skada på CrossFitFabrikens träningscenter, strejk, lockout, naturkatastrof eller myndighets beslut.

4.3 CrossFitFabriken ansvarar inte för olyckor och skador som medlemmen förorsakas under sin vistelse i CrossFitFabrikens träningscenter.

4.4 CrossFitFabriken ansvarar inte för och ersätter inte förlust av eller skada på saker som medlemmen medför i CrossFitFabrikens träningscenter. CrossFitFabriken ersätter dock sakskadade föroresakade av felaktigt eller undermåligt träningsredskap eller beroende på vårdslöshet eller underlåtenhet av CrossFitFabrikens personal, om skäliga bevis finns för sådana omständigheter.

5. Träning på CrossFitFabriken

5.1 Medlemskapet ger tillgång till träningsmöjligheter hos CrossFitFabriken och i den omfattning som framgår av medlemsavtalet och/eller enligt CrossFitFabrikens vid var tid gällande utbud av träningsmöjligheter och tjänster. Information om CrossFitFabrikens vid var tid gällande träningstider, schema och erbjudanden ges på plats i CrossFitFabrikens träningscenter eller på hemsidan.

5.2 Genom detta avtal så godtar medlemmen att CrossFitFabrikens öppettider och schema för träningspass med tiden kommer att förändras utefter alla medlemmars behov och önskemål.

5.3 CrossFitFabriken upplyser genom detta avtal medlemmen på att fler träningstillfällen än fyra per vecka kan bidra till överträning på grund av för hög träningsvolym.

5.4 CrossFitFabriken erbjuder särskilda träningspass för medlemmar som är i behov av mer kompetens för att på ett säkert sätt kunna delta i CrossFitFabrikens fullständiga träningsutbud. CrossFitFabriken rekommenderar ny medlem att endast delta på dessa särskilda träningspass fram till dess medlemmen av CrossFitFabrikens personal godkänts för deltagande i det fullständiga träningsutbudet. Detta för att medlemmen inte skall utsättas för överhängande risk för skada eller ohälsa med anledning av sin egen oförmåga till säkert utförande av träningen.

5.5 CrossFitFabriken erbjuder medlemmen vistelse i träningscentret med syfte att på egen hand utföra träningspass med enbart viss uppsikt från CrossFitFabrikens personal. För att medlemmen skall äga rätten till detta utbud krävs medgivande från CrossFitFabriken, som ej är permanent utan kan återkallas närhelst CrossFitFabrikens personal anser medlemmen oförmögen att hantera detta privilegium på ett för medlemmen säkert sätt.

Medlemmen godtar att dennes möjlighet att utnyttja träningscentret helt på egen hand regleras av CrossFitFabrikens personal i syfte att skydda medlemmen mot onödig risk för skada och ohälsa.

5.6 Medlemmen godtar härmed att denne kan nekas tillträde till träningscentret fram tills 15 minuter innan schemalagt träningspass startar, som medlemmen bokat plats på.

5.7 Medlemmen förbinder sig att senast på angiven starttid för schemalagt träningspass, på vilket medlemmen bokat sig, stå redo att påbörja träningspasset under ledning av CrossFitFabrikens personal. Om medlemmen ej kan uppfylla detta kan medlemmen nekas deltagande på träningspasset.

5.8 Med anledning av begränsat antal platser per pass kan CrossFitFabriken inte alltid garantera tillgång till av medlemmen önskad schemalagd träningsaktivitet.

ALLMÄNNA VILLKOR FÖR MEDLEMSKAP

SID 2 (3)

5.9 Det åligger medlemmen att personligen fastställa sin plats för deltagande i av CrossFitFabriken erbjudna träningspass genom bokning enligt CrossFitFabrikens regler för denna.

5.10 Genom detta avtal så godtar medlemmen att CrossFitFabrikens träningscenter på ej förutbestämda tider kan vara stängt för medlemmen en eller flera dagar i streck för utbildningar, föreläsningar, tävlingar och/eller annan aktivitet för vilka medlemmen ej kan garanteras deltagande. Detta skall medlemmen informeras om via anslag på Facebook.

6. Frysning av 12-månaders medlemskap vid särskilda omständigheter

6.1 Medlem, som på grund av särskilda omständigheter inte kan utnyttja sitt 12 månaders medlemskap under viss tid, kan ansöka om att få frysa sitt medlemskap motsvarande den tid som de särskilda omständigheterna hindrar medlemmen från att utnyttja medlemskapet.

6.2 Frysning av medlemskap gäller från och med dagen då CrossFitFabriken godkänner medlemmens ansökan om frysning och medför att eventuell bunden period för medlemsavtalet förlängs med den tid som CrossFitFabrikens godkänt, att medlemmen spärras från tillgång till träningscentret och dess utbud och att månadsavgifter ej debiteras (vid autogiromedlemskap) under den tid som medlemskapet ej kan nyttjas.

6.3 Frysning av medlemskap vid skada, sjukdom och graviditet ges om minst 60 dagar och mest 365 dagar. Vid frysning av medlemskap för sjukdom, skada och/eller graviditet skall intyg om orsak utfärdas av läkare, barnmorska, sjukgymnast, naprapat eller motsvarande.

6.4 Frysning av medlemskap vid längre utlandsvistelse, högskolestudier, arbete eller militärtjänstgöring på ort där CrossFitFabriken ej kan erbjuda träningsmöjligheter ges om minst 90 dagar och längst om 365 dagar. Frysning är möjlig att göra mot att läkares intyg om att medlemmens medicinska tillstånd ej tillåter fysisk träning. Frysning kan även ske mot intyg om resa längre än 3 månader till ort där vi ej har träningscenter beläget. Intyg ska utfärdas av arbetsgivare, resebyrå, eller vara en resebiljett i någon form.

6.5 Ansökan om frysning av medlemskap bör göras i förväg.

7. Avgifter och betalning

7.1 Medlemmen erlägger engångsavgifter, månadsavgifter och övriga avgifter enligt CrossFitFabrikens vid var tid gällande prislister.

7.2 Medlemmen erlägger månadsavgifter för kontantmedlemskap i förskott för hela bindningstiden, och avgifter för autogiromedlemskap löpande. Betalningen ska vara CrossFitFabriken senast tillhanda det datum som står angivet på respektive faktura eller angivet i annan mellan CrossFitFabriken och medlemmen upprättad överenskommelse. Det ankommer på medlemmen att vid autogiromedlemskap skriftligen lämna särskilt medgivande för överföring via autogiro. Sådant medgivande skall i efterhand bifogas detta avtal.

7.3 CrossFitFabriken har rätt att ändra engångsavgifter, månadsavgifter och övriga avgifter. Ändring av avgift aviseras med minst en månads varsel.

7.4 Medlemmen behöver inte erlägga månadsavgift för tid - då medlemskapet ej nyttjas enligt punkterna 6.1-6.5 eller - då CrossFitFabriken har stängt av medlemmen enligt punkterna 8.1-8.4.

7.5 Har medlemmen valt betalning av månadsavgift genom medgivande om autogiro (autogiromedlemskap), och tillräckliga medel saknas på medlemmens konto vid dagen för överföring, har CrossFitFabriken rätt att temporärt stänga av medlemmens tillgång till bokningssystemet till dess förfallen avgift och ev. straffavgift erlagts. Betalas ej den förfallna avgiften inom en månad från förfalldag så kan CrossFitFabriken skicka skulden till inkasso. CrossFitFabriken har rätt att debitera medlemmen faktureringsavgift och påminnelseavgift.

7.6 Medlemmen har uppfyllt sin betalningskyldighet när förfallna belopp har kommit in på CrossFitFabrikens konto. Om CrossFitFabriken inte erhåller betalning senast på förfalldagen så har CrossFitFabriken rätt att debitera dröjsmålsränta enligt räntelagen och, i förekommande fall, kostnader för inkasso.

7.7 CrossFitFabriken har 1 månads uppsägningstid på årsmedlemskap och halvårsmedlemskap, från första dagen i nästkommande månad från det datum då uppsägning av medlemskap skett. Det innebär att om medlemmen, efter att bindningstiden löpt ut, säger upp sitt medlemskap så betalar medlemmen för den månad i vilken uppsägningssdagen löper

och därtill nästkommande månad. För autogiromedlemskap som slutits utan bindningstid är uppsägningstiden 2 månader.

8. Upphörande av medlemsavtal

8.1 Medlemsavtal för kontantmedlemskap upphör utan föregående uppsägning vid utgången av den bindningstid som medlemmen har bundit sig för i medlemsavtalet. Medlemmen kan när som helst, med 1 månads varsel, säga upp sitt medlemsavtal avseende autogiromedlemskap för vilket bindningstiden har löpt ut. Medlemsavtal för autogiro-medlemskap slutna med bindningstid fortsätter således, efter att bindningstiden har löpt ut, att gälla med i avsnitt 7 nämnda rådande förhållanden. För autogiromedlemskap utan bindningstid gäller en uppsägningstid om två månader.

8.2 Medlem har rätt att, genom meddelande som CrossFitFabriken skall ha erhållit senast inom 2 veckor från dagen för medlemsavtals tecknande, avsluta medlemskapet oavsett bindningstid. CrossFitFabriken debiterar i sådant fall alltid en avgift motsvarande 1 månad från medlemskapets startdatum men återbetalar erlagda engångsavgifter och övriga i förskott erlagda avgifter.

8.3 Medlem, som på grund av omständigheter eller ändrat förhållande som medlemmen inte kan kontrollera eller råda över, är förhindrad att utnyttja medlemskapet (t.ex. längre sjukdom, arbetslöshet eller annan liknande omständighet som kan styrkas med intyg), kan ges möjlighet att, genom överenskommelse med CrossFitFabriken, avsluta bundet medlemskap oavsett att bindningstiden inte har löpt ut. Medlemsavtalet upphör den dag då eventuell överenskommelse sker mellan medlemmen och CrossFitFabriken. CrossFitFabriken debiterar i sådant fall en slutavgift omfattande hälften av de ännu ej till betalning förfallna månadsavgifterna gällande återstoden av bindningstiden, dock alltid minst en månadsavgift.

8.4 CrossFitFabriken har rätt att stänga av medlemmen för viss tid eller säga upp medlemsavtalet med omedelbar verkan om medlemmen väsentligen bryter mot medlemsavtalet i nedanstående fall och ej efter anmodan av CrossFitFabriken vidtar tillräcklig rättelse;

- missköter betalning av månadsavgifter och andra avgifter, såsom att betalning trots påminnelse inte erlagts senast 30 dagar efter den förfalldag som angivits på faktura, eller

- bryter mot säkerhets- och ordningsregler, någon av i detta avtal förklarade allmänna villkor eller anvisningar givna av CrossFitFabrikens personal så att risk för ohälsa eller personskada för medlemmen eller annan föreligger eller skada på träningsredskap uppstår eller kan uppstå.

8.5 CrossFitFabriken har nolltolerans vad gäller brukande av dopingklassade preparat. Vid användande av dopingpreparat kan medlem stängas av med omedelbar verkan. Medlem åtar sig att underkasta sig dopingkontroll i förekommande fall. Vägran att underkasta sig dopingkontroll leder till avstängning med omedelbar verkan. Vid avstängning enligt denna punkt 8.5 återbetalas ingen del av erlagd avgift.

9. Återbetalning av erlagda avgifter vid förtida upphörande av medlemsavtalet

9.1 CrossFitFabriken återbetalar, vid förtida upphörande av medlemsavtalet under bindningstiden och efter begäran av medlemmen, dennes i förskott erlagda månadsavgifter till den del de avser den återstående bindningstiden som medlemmen bundit sig för i medlemsavtalet (efter avdrag av debiterade avgifter) om medlemskapet upphör av någon av följande omständigheter

- CrossFitFabriken och medlemmen har nått överenskommelse om att fortsatt träning innebär en betydande risk för försämring av medlemmens hälsa, eller

- ändrat förhållande enligt punkt 8.3.

10. Övriga träningsmöjligheter och tjänster

10.1 Övriga träningsmöjligheter och tjänster, såsom personlig träning, föreläsning, utbildning eller liknande kan komma att kräva ett för tjänsten vid var tid gällande separat avtal, för vilket medlemmen härmed förbinder sig att ingå i om sådan träningsmöjlighet eller tjänst köps av eller via CrossFitFabriken.

11. Barn och barnvagnar

11.1 Barn under 14 år får vistas på träningscentret under uppsyn av förmyndare. När medlemmen vistas på träningscentret, i sällskap av



ALLMÄNNA VILLKOR FÖR MEDLEMSKAP

SID 3 (3)

person som medlemmen står som målsman till, innan träning så ska denna person befinna sig i medlemmens direkta närhet. När medlemmen tränar på CrossFitFabrikens träningscenter så ska eventuell person som medlemmen står som målsman till vistas på den yta i lokalen där minst risk för olyckor gäller. Denna plats skall anvisas av CrossFitFabrikens personal. Samtidigt så skall medlemmens sällskap kunna ha ögonkontakt med medlemmen.

11.2 CrossFitFabriken tillåter barnvagnar på träningscentret men har bara plats för ett fåtal och medlemmen kan därför inte räkna med att plats finns för barnvagn som eventuellt medtages.

11.3 Barnvagnar får inte stå i vägen för andra medlemmar eller personal. Personalen på plats avgör vid var tid om av medlemmen medtagen barnvagn får placeras i lokalen eller inte.

12. Säkerhets- och ordningsregler

12.1 Medlemmen får inte vara i vägen för, eller på något sätt, störa pågående pass, eller personlig träning, när denne vistas på träningscentret.

12.2 Medlemmen får inte förolämpa andra medlemmar eller på något sätt förorsaka annan person olycka eller ohälsa på CrossFitFabrikens träningscenter.

12.3 CrossFitFabriken har rätt att, efter officiell varning, säga upp medlemmens avtal i händelse av att säkerhet och ordningsregler överträds av medlemmen.

13. Ändring av avtalets allmänna villkor

13.1 CrossFitFabriken har rätt att ensidigt ändra alla dessa allmänna villkor. Vid ändring av medlemsavtalsregler kommer medlemmen att av CrossFitFabriken kontaktas via Facebook eller via anslag på Facebook.

14. Information och meddelanden

14.1 CrossFitFabriken skickar information och meddelanden enligt medlemsavtalet till medlemmen främst med e-post till av medlemmen anmäld e-postadress. Information eller meddelande anses ha nått medlemmen senast den andra vardagen efter dagen för avsändandet.

14.2 Meddelanden från medlemmen enligt medlemsavtalet kan överlämnas till CrossFitFabriken via telefonkontakt eller skickas per brev eller

e-post till CrossFitFabriken. Telefonnummer, adress och e-postadress till CrossFitFabriken anges på CrossFitFabrikens hemsida <http://www.cf-fabriken.com>

14.3 Medlemmen skall underrätta CrossFitFabriken om ändring av kontaktuppgifter (såsom ändring av namn, adress, e-postadress, telefonnummer) eller uppgifter för betalning via autogiro.

15. Personuppgifter, foto och video

15.1 CrossFitFabriken behandlar uppgifter om medlemmen i enlighet med vår [personuppgiftspolicy](#).

15.2 Medlem som deltar i CrossFitFabrikens utbud av träningsmöjligheter och tjänster kan komma att fotograferas eller videofilmas. Det åligger medlemmen att meddela CrossFitFabriken om medlemmen inte önskar att fotografier och/eller videor publiceras på CrossFitFabrikens hemsida eller i någon form av marknadsföring eller reklam. Ersättning utgår inte för sådant bruk.

16. Tvist

16.1 Uppstår tvist mellan medlemmen och CrossFitFabriken skall parterna i första hand försöka komma överens. Kan parterna inte enas så kan medlemmen göra anmälan till Allmänna Reklamationsnämnden om tvisten lämpar sig för nämndens prövning. CrossFitFabriken förbinder sig att följa nämndens rekommendation. Medlemmen och CrossFitFabriken äger dock alltid rätt att begära att tvist prövas av allmän domstol.

CROSSFIT™ FABRIKEN

ORDNINGSREGLER

UPPDATERADE 2017-01-01

**CrossFitFabriken vill att alla ska känna sig välkomna och trivas hos oss.
För att nå det målet enklare har vi satt upp följande ordningsregler.**

1. På CrossFitFabriken tränar vi för att bli bättre och gör alltid vårt bästa. Vi följer därför instruktörens råd och låter oss instrueras. För att undvika skador informerar vi instruktören i förväg om skador och krämpor innan träningen sätter igång.
2. På CrossFitFabriken är ett misslyckat försök inget misslyckande. Det kommer nya chanser och nya försök och till sist lyckas vi. Din inställning och din ansträngning är vad som räknas. Vi vet att du kommer lyckas, bara du inte ger upp.
3. På CrossFitFabriken fuskar vi inte, eftersom det tar bort all mening med vår träning. Fulla och kontrollerade repetitioner är utgångspunkten, och vi anpassar vikt och intensitet utifrån det.
4. På CrossFitFabriken är egen träning tillåten i hela lokalen under Open Gym-timmarna samt när instruktören har godkänt det. Träningsytan är till för medlemmar. Undantag sker vid tillåtelse av instruktör.
5. På CrossFitFabriken är det ok att släppa vikter för undvika en skada, men annars undviker vi det. Om vi ska lyfta tungt använder vi breda vikter. Tomma skivstänger och kettlebells släpper vi aldrig. Anledningen till att vi inte släpper är att vi vill undvika att störa närboende och ha sönder golvet och utrustningen.
6. På CrossFitfabriken håller vi magnesiumet kvar i hinkarna. Vi har inte lösa bitar liggandes bredvid oss under pass. Vi har aldrig magnesium direkt på stängerna eftersom det i förlängningen leder till rostskador. Magnesium på andra ställen än i hinken gör också vår lokal smutsig väldigt snabbt.
7. CrossFitFabriken älskar barn och hundar, och när de förärar oss med ett besök måste de hållas under noggrann uppsikt av målsman/husse/matte alternativt av särskilt dedikerad instruktör.
8. På CrossFitFabriken hjälper vi och stöttar varandra genom att heja på och identifiera och poängtera teknik som kan förbättras. Vi vill att våra träningskompisar ska ger järnet och utvecklas, inte skadas.
9. På CrossFitFabriken bokar vi passen vi ska gå på, vi avbokar passen vi inte kan komma på och vi kommer i tid till passen vi ska köra.
10. På CrossFitFabriken finns inte plats för stora egon, här eftersträvar vi ödmjukhet och hjälpsamhet. Vi har alla ett gemensamt mål, nämligen att bli bättre.
11. På CrossFitfabriken hjälps vi åt med att ställa tillbaka alla redskap som använts under träningen efter träningen.
12. På CrossFitFabriken hjälps vi åt att göra boxen bättre! Vi säger till instruktören eller mailar info@cf-fabriken.com om något kan förbättras/förändras i boxen. Ingen synpunkt är oviktig.