

內政部消防署訓練中心體能訓練室使用須知

108年3月22日修訂

- 一、內政部消防署為規範訓練中心(以下簡稱本中心)體能訓練室之使用，特訂定本須知。
- 二、開放時間：
 - (一) 週一至週四：上午8時至下午9時。
 - (二) 週五：上午8時至下午5時。
 - (三) 例假日期間原則不開放使用。
- 三、使用對象
本中心教職員、各班期學員。
- 四、使用規定
 - (一) 使用前應至教學大樓 A6 棟一樓服務台填具「內政部消防署訓練中心體能訓練室使用登記表」。
 - (二) 使用運動器材前，應事先檢視，如有損壞應立即通知一樓服務台人員，不得繼續使用，以免發生危險。
 - (三) 各設備及器材，不得擅自移動，可移動式之運動器材，於使用後歸回定位。
 - (四) 體能訓練室除礦泉水外，禁止攜帶飲料及各類食物進入。
 - (五) 進入體能訓練室，應攜帶個人毛巾、穿著運動服裝及乾淨之室內運動鞋；禁止穿著拖鞋或赤腳進入。
 - (六) 個人用隨身物品，請於離開前自行檢查確認，本中心不負保管責任。
 - (七) 體能訓練室內嚴禁打赤膊、喧嘩等不雅舉止。
 - (八) 使用各類運動器材，應詳閱操作須知，並遵守有關操作規定，衡量自我體能狀況，量力而為，以避免造成運動傷害。
 - (九) 使用健身器材，請依使用方法使用，妥善愛惜，並共同維護場地清潔，各類健身器材及設施，如因可歸責個人原因導致損壞時，應照價賠償。
 - (十) 使用者須遵守本須知之規定，違反且不接受勸導者，管理人員得令其離開本訓練室，其有損害本訓練室裝(設)備者，應照價賠償之。