


Leiðbeiningar varðandi ómannaðar líkamsræktarstöðvar

Skilgreining á ómannaðri líkamsræktarstöð: *Ómönnuð líkamsræktarstöð er íþróttastaða sem aðgengileg er notendum a.m.k. hluta úr sólarhring, án þess að starfsmaður sé á staðnum eða þar sem eftirlitsmyndavél er notuð við eftirlit.*

Eftirfarandi leiðbeiningar eru settar í samræmi við reglugerð nr. 941/2002 um hollustuhætti, starfsleyfisskilyrði fyrir íþróttamannvirki og líkamsræktarstöðvar og reglur um öryggisbúnað í íþróttahúsum.

1. Til þess að líkamræktarstöð geti starfað ómönnuð þarf slíkt að koma fram í starfsleyfi hennar.
2. Um aðstöðuna gilda viðkomandi starfsleyfisskilyrði, eftir því sem við á.
3. Upplýsingar um að líkamsræktarstöðin sé ómönnuð skulu vera sýnilegar.
4. Á líkamsræktarstöð skulu öryggis- og umgengnisreglur vera sýnilegar gestum.
5. Af öryggisástæðum skal ekki einn aðili æfa í einu, heldur a.m.k. tveir aðilar á hverjum tíma.
6. Á stöðinni skal vera neyðaráætlun, neyðarhnappur eða neyðarsími tengdur við neyðarþjónustu. Neyðarnúmerið 112 skal vera sýnilegt gestum.
7. Upplýsingar um neyðar- og skyndihjálparbúnað skulu vera aðgengilegar og upplýsingar um hvar sé hægt að nálgast búnaðinn.
8. Einungis mega vera 18 ára eða eldri á stöðinni. Einstaklingar sem eru yngri en 18 ára verða að vera í fylgd með forráðamanni eða þjálfara með réttindi.
9. Gestir skulu hafa greiðan aðgang að fullbúinni snyrtingu, búnings- og baðstöðu.
10. Líkamsræktarstöðin skal þrífín í samræmi við þrífáætlun og útgefið starfsleyfi.
11. Leyfilegt er að vera með gufuböð og laugar (eins og heita potta, kalt ker og setlaugar) á ómannaðri líkamsræktarstöð.
 - a. Neyðarhnappur sem er tengdur við neyðarþjónustu á að vera í gufubaði og við laug.
 - b. Tilmæli skulu vera sýnileg um að einstaklingar fari ekki einir í laug eða gufubað.
 - c. Hitastig innsteymis vatns í laug má ekki fara yfir 50 °C.

Samþykkt maí 2020



Elva Rákel Jónsdóttir
sviðstjóri sviðs loftlagsmála og græns samfélag