

<b>Talimat Adı</b>	<b>KOŞU YOLU-EGZERSİZ PARKURU TALİMATI</b>		
<b>Talimat No</b>	FSR-C63003-14		
<b>Yürürlük Tarihi</b>	13.01.2012	<b>Güncelleme Tarihi</b>	13.01.2012
<b>Birim / Sahibi</b>	SR / Öğrenci Kaynakları Direktörü		

1. Koşu Yolunda, "**Spor Kıyafeti**" ve "**Spor Ayakkabısı**"yla çalışma yapılır.
2. Koşu Yolu-Egzersiz Parkurundaki ekipmanları "**amaç dışı**" kullanmak tehlikeli ve yasaktır.
3. Çalışmaya başlamadan önce, "**ısınma ve stretching**" hareketleri yapmak sağlığınız için gereklidir, sizi sakatlanmalardan korur.
4. Koşu Yolu-Egzersiz Parkurunda çalışma yapan her kullanıcı, sahada bulunduğu süre içinde, kendi sağlık ve güvenliğinden sorumludur.
5. Çalışmalar sırasında meydana gelecek bir sağlık probleminde en yakın telefondan Sağlık Merkezi Acil'i arayarak yardım istenmesi, daha sonra durumdan Spor Merkezi görevlilerinin haberdar edilmesi gerekmektedir.
6. Koşu yolunda sigara içilmez, yiyecek, alkollü içecek ve sakız kullanılmaz.
7. Koşu yoluna veya Egzersiz Parkurundaki malzemelere hasar verenler, bu hasarı karşılamakla yükümlüdürler.
8. Bu saha sizindir, koruyunuz. Zarar verenleri uyararak, ilgililere bildiriniz.

#### Önemli Telefonlar

Sağlık Merkezi Acil	6666
Güvenlik Acil	5555
Çözüm Merkezi	9988
Spor Ekibi	9044 / 9046 / 9047 / 9035

<b>İlgili Forml(ar) ve Belge(ler)</b>	
---------------------------------------	--