



## **NORMATIVA GENERAL DEL GIMNASIO “DEL CLUB”**

Con base en el acuerdo aprobado por la Junta Directiva el 21 de mayo de 2021, son de aplicación las siguientes normas generales del Gimnasio del Club:

1. La instalación puede ser utilizada por todos los socios de número y deportivos del Club que cumplan con los criterios de inscripción, así como por los socios familiares (cónyuges e hijos menores de edad) mayores de 16 años. En ningún caso un menor de 18 años, podrá hacer uso del gimnasio sin la presencia de un profesional o la autorización expresa por parte del club.
2. Para acceder a la instalación, se debe estar debidamente inscrito, habiéndose abonado la cuota de inscripción correspondiente. Para mantener la condición de usuario se deberá estar al corriente en el pago de las cuotas correspondientes. El incumplimiento de esta norma impedirá el acceso a estas instalaciones, teniendo que abonar los importes pendientes o en su defecto, realizar una nueva inscripción.
3. Para causar baja voluntaria, es indispensable comunicarlo por escrito a la oficina del Club con 15 días de antelación al comienzo de la anualidad en la que se quiera que tenga efecto. De no realizarlo de esta manera, se le seguirá pasando al cobro la anualidad, corriendo por parte del usuario los gastos que ocasionen las devoluciones bancarias.
4. El acceso a la instalación queda limitado a los usuarios, técnicos y a cualquier otra persona debidamente autorizada. La Junta Directiva podrá reservar la instalación, para la organización de cualquier actividad social o deportiva.
5. El horario de utilización será en función del horario de apertura y cierre del Club y conforme a los cuadrantes horarios establecidos, tanto para las secciones deportivas, como para el usuario general.
6. El empleo de las máquinas debe ser utilizado en forma racional (pesas, bicicletas estáticas, elípticas, cintas de correr, máquinas de remo, etc....), de manera que facilite su uso al mayor número de usuarios. En ningún caso el tiempo de ocupación de las máquinas de ejercicios podrá exceder de sesenta (60) minutos continuos por el mismo usuario, a menos que no existan otros usuarios en espera. Los usuarios deben dejar colocadas las pesas y accesorios en su zona específica una vez haya terminado el entrenamiento.
7. No está permitido realizar acciones que conlleven un deterioro de las superficies de los espacios deportivos, maquinarias, y del recinto en general. Los desperfectos ocasionados por el uso inadecuado de dichas instalaciones, serán responsabilidad del usuario. Se deberá poner en conocimiento del Club, cualquier desperfecto o rotura que se detecte en la instalación o maquinaria.
8. El Club no se hace responsable de la pérdida por cualquiera de sus participantes de objetos y efectos personales, ya sean fruto de sustracciones o simples pérdidas por descuido.
9. El Club declina toda responsabilidad por accidentes que puedan sobrevenir por una mala praxis. Si un usuario padece algún tipo de enfermedad, patología o circunstancias de riesgo, será obligatoria la comunicación de la misma en el momento de la inscripción, debiendo presentar la autorización médica para la realización de la actividad a la que se inscriba. Igualmente, si después de la inscripción sufre alguna enfermedad o lesión que pueda repercutir en la práctica deportiva, deberá notificarlo.
10. El aforo máximo de la instalación es de 45 personas.

LA JUNTA DIRECTIVA



## **NORMATIVA GENERAL DEL GIMNASIO “DEL CLUB” PARA LAS SECCIONES DEPORTIVAS**

1. Estas normas generales son SOLO de aplicación para los deportistas del Club que formen parte de una sección deportiva federada (vela, piragüismo), que estarán exentos del abono de la cuota de inscripción correspondiente.
2. Para la exención del abono de la cuota de inscripción, se debe estar incluido en la relación de deportistas de competición de la sección deportiva a la que se pertenezca a criterio de la dirección deportiva y con el visto bueno del vocal de la sección correspondiente. Deberán estar en posesión de la licencia federativa correspondiente del año en curso. No se aplicará dicha exención a quien no cumpla estos requisitos.
3. El gimnasio sólo podrá ser abierto por los técnicos -que además tengan la condición de empleados del Club- para aquellas secciones deportivas integradas por deportistas menores de edad.
4. El horario de utilización será el establecido en cada momento, conforme a los cuadrantes de uso, debiendo constar en dicho cuadrante el técnico responsable en cada momento.
5. El control de la utilización del gimnasio será responsabilidad de las vocalías deportivas de vela y piragüismo. La Junta Directiva podrá reservar la instalación para la organización de cualquier actividad social o deportiva.
6. Los usuarios deben dejar colocadas las pesas y accesorios en su zona específica una vez haya terminado el entrenamiento. Las máquinas del gimnasio sólo pueden utilizarse para realizar actividades propias de cada aparato, siendo el usuario el responsable de una posible lesión por una mala praxis.
7. El Club no se hace responsable de la pérdida por cualquiera de sus participantes de objetos y efectos personales, ya sean fruto de sustracciones o simples pérdidas por descuido. No se permitirá la permanencia de bolsas o mochilas en las salas.
8. No está permitido realizar acciones que conlleven un deterioro de las superficies de los espacios deportivos, maquinarias, y del recinto en general. Los desperfectos ocasionados por el uso inadecuado de dichas instalaciones, serán responsabilidad del usuario. Se deberá poner en conocimiento del Club, cualquier desperfecto o rotura que se detecte en la instalación o maquinaria.
9. El acceso al gimnasio debe realizarse con el calzado adecuado, debe ser flexible y anatómico, adecuado a la actividad que se realice, siempre a criterio del técnico responsable. Está prohibido acceder con paraguas, bolsas y cuantos elementos puedan provocar suciedad o humedad.
10. No se permitirá el acceso a las salas a aquellos usuarios que no se encuentren debidamente equipados. Está totalmente prohibido entrenar sin camiseta. La ropa ha de ser adecuada para el uso de la actividad y cumplir con una higiene mínima. El uso de la toalla es obligatorio para cualquier actividad como medida higiénica.
11. No se permite la introducción en la instalación de equipamiento o material no autorizados. Queda expresamente prohibido en todo el recinto, fumar, consumir bebidas alcohólicas e introducir recipientes de cristal o metal y otros objetos peligrosos. Tampoco está permitido el consumo de alimentos, incluidos caramelos, chicles, frutos secos, etc. y abandonar desperdicios y basuras.
12. Se recomienda el uso de las taquillas para los efectos personales. Estas quedarán libres al final de su utilización. Por seguridad, al final del día todas las taquillas se dejarán abiertas, pudiéndose recoger los efectos personales que se hayan dejado, en la recepción del Club.

LA JUNTA DIRECTIVA