



REGLAMENTO DEL GIMNASIO

1. Horario de atención

- 1.1. El horario de atención será establecido por el director del área.
- 1.2. No habrá atención el 1 de enero y el 25 de diciembre.
- 1.3. El horario será colocado al ingreso del gimnasio.
- 1.4. Las faltas reportadas serán de conocimiento del Consejo Directivo para su presentación a la Junta Calificadora y de Disciplina, quien evaluará el caso y dictaminará la medida disciplinaria correspondiente.
- 1.5. Las sesiones de preparación física de los equipos de golf, tenis y natación, se deben realizar dentro de los horarios programados por cada delegado, buscando que no coincida con el horario de mayor afluencia de asociados en el gimnasio y debe contar con la estricta supervisión de los entrenadores correspondientes a cada disciplina.

2. Usuarios

- 2.1. El uso de las instalaciones del gimnasio es sólo para los asociados mayores de 13 años.
- 2.2. Para el ingreso de los asociados entre 13 y 17 años a las instalaciones del gimnasio, se requiere que sus padres o tutores firmen en forma previa el formato de consentimiento de uso del gimnasio, el cual puede ser solicitado en el counter.
- 2.3. Está prohibido el ingreso de invitados al gimnasio, siendo esta un área de uso exclusivo de los asociados.
- 2.4. Para ingresar al gimnasio, el asociado deberá colocar su huella digital o QR.
- 2.5. El uso de la puerta de emergencia será únicamente para los asociados con discapacidad y por excepción para el personal que debe hacer uso de los servicios higiénicos ubicados detrás del gimnasio.
- 2.6. No está permitido el ingreso de entrenadores que no pertenezcan al staff del gimnasio.
- 2.7. No está permitido el uso de toallas o cualquier objeto, para separar máquinas.
- 2.8. Los usuarios del gimnasio deben mantener en todo momento un comportamiento adecuado de respeto al Código de Ética y Conducta.
- 2.9. Toda infracción al reglamento será reportada por la administración del gimnasio, para su debido proceso ante la Junta Calificadora y de Disciplina.

3. Higiene, cortesía y conservación de espacios

- 3.1. Es obligatorio el uso de toalla durante la estadía en el gimnasio. debe solicitarla en el counter, responsabilizándose de su devolución al retirarse del gimnasio.
- 3.2. Es obligatorio el uso de ropa y calzado apropiado durante la permanencia en el gimnasio. Los asociados deberán utilizar ropa para entrenamiento, como top, leggings, polo, short o buzo.
- 3.3. Está prohibido el ingreso con calzado de tenis o de golf, así como el uso de sandalias o permanecer descalzo dentro del gimnasio.

- 3.4. Es importante que los usuarios no se excedan del tiempo regular de uso de alguna máquina o banca. En caso otra persona esté esperando, se deberán alternar los usuarios en el uso de la máquina o banca.
- 3.5. El asociado debe dejar la máquina limpia y en óptimas condiciones, libre de sudor, después de cada uso.
- 3.6. No se permite ocasionar ruidos molestos. Está prohibido soltar las máquinas o dejar caer las pesas y mancuernas bruscamente sobre el suelo, ya que esto puede ocasionar accidentes y poner en riesgo la seguridad de los demás usuarios.
- 3.7. En caso un usuario detecte el mal funcionamiento de algún equipo, deberá suspender el uso y reportarlo de inmediato en el counter del gimnasio.
- 3.8. Todos los accesorios y equipos utilizados deben ser devueltos por el mismo usuario a su lugar, manteniendo así el orden. No está permitido retirar implementos u otros equipos fuera del área del gimnasio.
- 3.9. No está permitido fumar, consumir alimentos, ni bebidas alcohólicas. El consumo de café e infusiones se podrá realizar sólo en la zona establecida para ello.
- 3.10. Está permitido el consumo de bebidas en envases de plástico con tapa.
- 3.11. Las máquinas se utilizan por orden de llegada en coordinación con el entrenador.

4. Pertenencias

- 4.1. Las pertenencias deben ser guardadas en los casilleros disponibles para ese fin.
- 4.2. Las llaves de los casilleros deben ser solicitadas en el counter al ingresar al gimnasio y devueltas a su salida.
- 4.3. La administración del gimnasio no se hace responsable por pérdidas.

5. Aire acondicionado

- 5.1. Debe garantizarse el correcto funcionamiento y preservación del sistema de aire acondicionado y de los sistemas de inyección y extracción de aire.
- 5.2. El sistema de aire acondicionado se mantendrá a una temperatura máxima de (21° C).
- 5.3. El control del aire acondicionado estará a cargo exclusivamente del área de mantenimiento del Club, quienes se asegurarán de que la temperatura sea la indicada y de que el sistema de inyección y extracción esté recirculando el aire dentro del gimnasio.

6. Música y televisión

- 6.1. El control de la música y televisión estará a cargo exclusivamente de los entrenadores del gimnasio.