

NORMATIVA

SALA FITNESS



Es posa en coneixement dels usuaris que hi ha càmeres de seguretat gravant les 24h. del dia.

Està prohibit l'ús indegut del sistema d'emergència.

En cas de coincidir amb una classe dirigida (classe en grup), aquesta tindrà prioritat d'ús de l'espai sobre els entrenaments individuals. En cas que la classe dirigida requereixi de tot l'espai de la planta inferior del gimnàs, la resta d'usuaris que estiguin utilitzant la sala hauran de traslladar-se al pis superior.

Per motius d'higiene i salut, és obligatori l'ús d'una tovallola per col·locar-la entre el cos i l'aparell o màrfega (esterilla).

No es pot accedir a les zones d'entrenament amb bosses esportives, menjar, envasos de vidre, patinets, bicicletes o qualsevol altre material que el personal de la instal·lació consideri inadequat; tampoc està permesa l'entrada d'animals domèstics.

No es permeten les classes particulars o entrenaments personals realitzats per tècnics aliens al Club Nàutic El Balís.

Cal utilitzar una indumentària i calçat adequats per a la pràctica esportiva (no està permès entrenar amb el tors nu, ni portar xanquetes, sabates o roba de carrer excepte per activitats especials com ara classes de ball).

No es permet entrar mullat, ni descalç ni amb els peus plens de sorra de la platja.

Es farà un ús adequat del material de la sala. Després d'utilitzar els aparells de musculació es guardaran al seu lloc, es descarregaran els discs de les barres i es col·locaran les manuelles (peses) al seu lloc per tal de facilitar-ne l'ús al proper usuari.

No es permet l'entrada als menors de 16 anys excepte si estan sota la supervisió d'un adult, o a partir dels 14 anys amb una autorització signada a la recepció del pare, mare o tutor legal.

En cas d'utilitzar els aparells d'aire acondicionat, s'hauran d'apagar un cop finalitzat l'entrenament (sempre que no hi hagi ningú més a la sala). Cal fer el mateix amb els llums.