

MANUAL DE CONVIVENCIA CAPÍTULO XI.

DEL USO DEL GIMNASIO

1. Para el uso del gimnasio se debe vestir ropa deportiva y zapatos tenis.
2. Se recomienda a los propietarios y residentes hacerse un chequeo médico para su respectiva valoración antes de hacer uso del gimnasio, ya que el uso inadecuado del mismo, puede causar problemas a la salud y la administración no se hará responsable por las situaciones que se puedan presentar.
3. El horario de uso del gimnasio será determinado por la administración de acuerdo a las necesidades del servicio.
4. Las máquinas deben dejarse en perfecto estado de aseo una vez se hayan utilizado.
5. Las máquinas no podrán utilizarse por más de 30 minutos consecutivos, a menos que no se esté demandando su uso por otro copropietario. En todo caso, puede mediar acuerdo entre los interesados presentes para hacer turnos más cortos, por ejemplo, de 10, 15 o 20 minutos.
6. El gimnasio es únicamente de uso de propietarios y/o residentes del Conjunto.
7. No está permitido el ingreso de menores de 16 años de edad al gimnasio sin estar acompañados de padres o adultos responsables.
8. No está permitido gritar, utilizar equipos de sonido y parlantes en el gimnasio a un alto volumen, emplear palabras descorteses o violencia dentro del gimnasio o en sus inmediaciones. (SU INFRACCIÓN CONSTITUYE FALTA MODERADA)
9. No se permite ingresar bajo estado de embriaguez o bajo el efecto de sustancias alucinógenas (SU INFRACCIÓN CONSTITUYE FALTA GRAVE).
10. No se permite ingerir bebidas alcohólicas o sustancias alucinógenas dentro del gimnasio; únicamente agua o bebidas hidratantes (SU INFRACCIÓN CONSTITUYE FALTA GRAVE).
11. No está permitido ingerir alimentos dentro del gimnasio ni ingresar envases de vidrio. (SU INFRACCIÓN CONSTITUYE FALTA LEVE).

12. No se permite utilizar dentro del gimnasio patines, monopatines, patinetas, bicicletas, triciclos, y/o similares, como cualquier otro implemento que no sea el estrictamente necesario para la práctica del respectivo ejercicio. (SU INFRACCIÓN CONSTITUYE FALTA LEVE).
13. Una vez utilizado el equipo se debe limpiar con una toalla y desinfectante, por la persona que lo usó.
14. Se deben respetar los turnos para el uso de las máquinas.
15. El uso de las máquinas se realizará por orden de llegada.
16. No está permitido el ingreso de mascotas al gimnasio. (SU INFRACCIÓN CONSTITUYE FALTA LEVE).
17. De presentarse algún daño por mal uso con los elementos del gimnasio, el costo de su reparación o reposición deberá ser asumido por el usuario.

USUARIOS DEL GIMNASIO.

- El gimnasio y sus equipos son para uso exclusivo de la comunidad PARQUE CENTRAL DE OCCIDENTE I.
- **Si se encuentran en mora con la administración serán retirados de las instalaciones del gimnasio y no podrán hacer uso de este.**
- La administración y el Consejo de Administración no serán responsables por los daños o lesiones que puedan sufrir un menor de edad por el uso del gimnasio, quedando a cargo la responsabilidad exclusiva a sus representantes.
- El uso de los elementos del gimnasio y el patrón de las actividades físicas, es absoluta responsabilidad de cada usuario, teniendo en cuenta las indicaciones del Profesional y el tipo de rutina de ejercicios que pueda realizar.
- El Gimnasio y sus instalaciones están destinados única y exclusivamente para la práctica de ejercicios y el uso racional de sus servicios, observando la reglamentación y procedimientos de uso respectivos, debidamente publicados dentro de dichas instalaciones.
- Por su propia seguridad se prohíben los envases de vidrio o sin tapa, así como cualquier tipo de alimento en el gimnasio.

VESTIMENTAS Y EQUIPOS

- Al hacer uso de las instalaciones en todo momento se tendrá que utilizar ropa deportiva adecuada como por ejemplo Pants, Shorts, sudadera, Zapatos tenis, toalla etc.
- Todo usuario del gimnasio debe utilizar una toalla para su uso personal, para limpiar el sudor y la humedad causada a las máquinas después de usarlas.
- Al concluir su sesión en una máquina, todo usuario debe retirar las pesas de la máquina, y acomodar las pesas con sus barras en los lugares destinados.

NORMAS DE USO E HIGIENE

- Los usuarios del gimnasio deben conservar las mínimas normas de higiene, utilizando toallas, protectores de papel o semicuero para mantener limpias de sudor las superficies de las maquinas luego de ser utilizadas.
- En caso de existir música en el Gimnasio el nivel del volumen de la misma deberá ser acorde y satisfactorio para todos los usuarios existentes en el mismo.

PROHIBICIONES Y NORMAS

- Está prohibido estar en las instalaciones del gimnasio en horarios no permitidos.
- Al ingresar al gimnasio los usuarios deberán guardar la compostura y manejar un tono de voz adecuado.
- Durante la permanencia en el gimnasio, se deberá guardar disciplina.
- Está prohibido sacar del gimnasio elementos como colchonetas, mancuernas, balones o cualquier equipo que pertenezca al gimnasio sin previa autorización del administrador.
- Queda prohibido arrojar pesas o mancuernas con violencia al piso.
- Cada usuario será responsable de los objetos personales, la administración no se hará responsable de la pérdida de estos.

Las personas que NO cumplieran con estas obligaciones y normas no tendrán derecho a quejas y reclamos si se les negases o prohibiese el uso del recinto del gimnasio y se harán acreedoras de las sanciones estipuladas en reglamento y el manual de convivencia del conjunto.

- Todas las personas tienen el deber de denunciar cualquier anomalía y mal uso del gimnasio con la vigilancia o en la administración para que se tome el respectivo correctivo, ayudando así, al buen uso y cuidado de los equipos de nuestra Unidad.
- Se prohíbe el ingreso de armas y de mascotas.
- Se prohíbe a las personas adultas asistir a la práctica deportiva con niños ya que estos pueden salir lesionados.
- Las personas responsables del área son el Administrador y/o Empresa de seguridad y tienen la autoridad para hacer valer el reglamento, así como para pedirle a cualquier persona que abandone el gimnasio por no acatar estas disposiciones.

El incumplimiento del reglamento del gimnasio dará lugar a la suspensión de la utilización del mismo.

Cordialmente,

ADMINISTRACIÓN.

