

Normes de funcionament de la sala de musculació del Centre Esportiu dels Serradells

- És d'ús exclusiu per als abonats del Centre Esportiu dels Serradells, i per als usuaris que disposin d'entrada o invitació vigent.
- Resta prohibit l'accés dels menors de 12 anys.
- Els menors entre 12 i 15 anys únicament poden accedir a la zona cardiovascular de la sala, i sempre que vagin acompanyats d'un adult.
- Per qüestions d'higiene, és obligatori accedir a la sala de musculació amb una tovallola per a ús personal i fer-ne ús en les màrfaqes i màquines de la sala. En cas de no disposar de la tovallola corresponent, s'ha d'adquirir una a la recepció del Centre.
- És obligatòria la neteja de les màquines de la zona cardiovascular un cop finalitzat el seu ús, emprant el producte i el paper específics posats a disposició dels usuaris.
- No es permet l'entrada a la sala de musculació amb bosses, cascs o d'altres objectes. En aquest sentit, abans d'accedir a la sala, cal dipositar els objectes personals als armariets amb pany moneder, instal·lats a l'efecte.
- No es permet l'entrada de menjar ni d'animals.
- Els usuaris de la sala de musculació han de portar vestimenta adequada i calçat esportiu que cobreixi el peu totalment. Cal vestir sempre samarreta i únicament es permet anar descalçat a la zona específica d'estiraments.
- És obligatori fer servir el material i la maquinària correctament, de forma diligent i d'acord amb les instruccions d'ús de cadascuna.
- Cal consultar el monitor de sala en cas de dubtes i assessorar-se sobre el funcionament de les màquines.
- Després d'utilitzar el material de la sala, cal retornar-lo al seu lloc.
- Les màquines i les barres s'han de descarregar en finalitzar-ne l'ús.
- No es poden deixar damunt dels bancs les manuelles, els discos, ni les barres.
- Per fer exercicis de salts sobre bancs, cal emprar el calaix pliomètric destinat a l'efecte.
- No es permet realitzar gravacions per ús comercial en les xarxes socials, tret d'autorització expressa de la direcció.
- Cal respectar les instruccions del monitor de la sala.
- Queda prohibida qualsevol manca de respecte vers els usuaris, el monitor de la sala o qualsevol altre personal del Comú.
- Queda prohibit qualsevol actitud agressiva, o que suposi alterar la bona convivència dels usuaris.
- Resta prohibida l'entrada o permanència al Centre amb finalitat diferent de la pròpia de les instal·lacions esportives.



- Solament poden fer tasques d'entrenador personal o assessorament d'entrenament esportiu a altres usuaris de la sala de musculació els professionals autoritzats expressament pel Comú.

L'usuari té l'obligació de complir aquestes normes de funcionament. Qualsevol incompliment pot comportar exercir **la reserva del dret d'admissió** de l'usuari al Centre Esportiu dels Serradells.

Normes de funcionament aprovades per la Junta de Govern del 30 de novembre del 2022.

P. O. de la Junta de Govern



Àngel Grau Navarro
Secretari general