

NORMATIVES D'ÚS DE LA INSTAL·LACIÓ

DRETS

- Els usuaris/àries tindran lliure accés a la instal·lació mitjançant el carnet d'abonat o l'entrada puntual i podran utilitzar els espais esportius i complementaris dins dels horaris que estableixi la Direcció.
- Els usuaris/àries inscrits únicament en les activitats programades tindran dret a participar-hi dins de l'horari establert.
- Els usuaris/àries tenen el dret de conèixer i l'obligació de respectar aquestes normes.

OBLIGACIONS

- Els usuaris/àries han de vetllar per la netedat de la instal·lació utilitzant les papereres i respectant el mobiliari i el material esportiu, i en tot moment es farà responsable dels possibles desperfectes que pel mal ús s'ocasionin al conjunt dels béns que constitueixen la instal·lació.
- Els actes de vandalisme i/o comportament inadequat se sancionaran mitjançant la retirada del carnet i/o l'expulsió de la instal·lació.

ABONATS

- Les quotes d'abonament es cobraran durant els cinc primers dies del mes en curs mitjançant rebut domiciliat.

CARNET D'ABONAMENT

- Per poder accedir a la instal·lació és imprescindible tenir el carnet d'abonament. · Aquest és un document personal i intransferible, i fer-ne un mal ús implicarà retirar-lo i consegüentment la pèrdua de tots els drets.
- En cas de pèrdua o robatori del carnet d'abonament cal notificar-ho per escrit a les oficines del poliesportiu a fi que el titular quedi exempt de tota responsabilitat.

CURSETISTES

- Aquelles persones que estiguin inscrites únicament en alguna activitat programada rebran el rebut domiciliat de manera mensual.
- Els cursetistes hauran de seguir en tot moment les indicacions del tècnic.
- Els cursetistes que no siguin abonats podran accedir a la instal·lació 15 minuts abans de l'inici del seu curs i hauran de deixar la instal·lació 30 minuts després de la seva finalització.
- No està permesa l'entrada d'acompanyants.

LLOGUER DE LA PISTA POLIESPORTIVA

- Les entitats (clubs, escoles, equips...) que vulguin llogar la pista per a activitats d'entrenament i/o competició hauran de sol·licitar-ho a través de l'imprès corresponent. En cas que es confirmi la disponibilitat de l'espai, s'elaborarà un contracte en el qual es detallaran els drets i les obligacions que comporta la utilització d'aquest espai.

BAIXES

- No pagar el corresponent rebut mensual representarà l'anul·lació de tots els drets i la baixa com a abonats, cursetista o usuari de la pista poliesportiva en règim de lloguer.
- Cal notificar la baixa amb 30 dies d'antelació comunicant-ho a recepció o també trucant al telèfon d'informació 93 426 79 73, o a través del correu electrònic. En cas de baixa no es retornarà cap quota cobrada.

NO ESTÀ PERMÉS

- L'entrada als menors de 14 anys que no vagin acompanyats d'un responsable major de 18 anys.
- Fumar, menjar o beure en tot el recinte de la instal·lació.
- Utilitzar el telèfon mòbil a les instal·lacions.
- Consumir begudes alcohòliques.
- L'entrada d'animals.

ASCENSORS

- En cas de parada o anomalia, segueixi les instruccions col·locades a l'interior de la cabina.

· La Direcció pot modificar aquestes normes en bé dels usuaris/àries o de la mateixa instal·lació.

NORMATIVES D'ÚS DE LA INSTAL·LACIÓ

ESPAIS ESPORTIUS

Tots aquests espais són d'ús lliure per a tots els abonats/des, dins dels horaris que s'estableixin. Consulteu el metge abans d'iniciar un programa d'exercicis.

ÀREA DE FITNESS

- Ús lliure per a tots els abonats/ades majors de 14 anys.
- La confecció de programes d'exercicis és un servei exclusiu per als abonats/ades.

Obligacions

- Portar tovallola durant la pràctica de les diferents activitats.
- Portar calçat i roba esportiva: no es permet l'ús de vestit de bany, xanquetes o anar amb el tors nu.

Recomanacions

- No utilitzar les màquines o fer exercicis sense l'assessorament del tècnic.
- Respectar el temps de la digestió (mínim dues hores) abans de fer qualsevol exercici.
- Cal deixar l'aparell net i sense càrrega.

ÀREA D'ACTIVITATS DIRIGIDES

- Ús lliure per a tots els abonats/des majors de 14 anys.

Obligacions

- Portar tovallola i aigua durant la pràctica de les diferents activitats.
- Portar calçat i roba esportiva: no es permet l'ús de vestit de bany, xanquetes o anar amb el tors nu.
- No es permet l'entrada a la sala 5 minuts després que l'activitat hagi començat.
- Només es pot fer ús d'aquest espai sota la supervisió d'un tècnic.

PISTA POLIESPORTIVA

- Disposa de material per fer-hi les diferents activitats en els horaris que estableixi la Direcció.
- Aquest espai pot no estar disponible a criteri de la instal·lació per la celebració d'activitats pròpies i/o externes.

VESTIDORS

- Els armariets són d'ús lliure per a tots els usuaris/àries i han de ser buidats diàriament després de la seva utilització. La Direcció no es fa responsable dels objectes no retirats.
- Cal tractar el pany de l'armariet amb molta cura, i davant de qualsevol problema cal avisar el personal de manteniment.
- És obligatori protegir amb una bossa de plàstic les sabates dins l'armariet.
- Els objectes perduts o oblidats es podran retirar en un termini de 15 dies.

No està permès

- Utilitzar les piques per rentar-hi el banyador, les xanquetes o altres estris.
- Eixugar peces de roba amb els assecadors del cabell.
- Afaitar-se i/o depilar-se.

Recomanacions

- Feu un ús responsable de l'aigua.

SOLÀRIUM

- És obligatori l'ús de tovallola a les gandules i l'ús de xanquetes.
- No està permès ensabonar-se a la dutxa.
- Utilitzeu protecció solar.

Cal respectar tots els elements i deixar els vestidors en bones condicions fent ús de les papereres i avisant el personal de manteniment o recepció sempre que s'observi qualsevol desperfecte o anomalia.

· La Direcció es reserva el dret de suspendre qualsevol activitat que no reuneixi el nombre mínim de participants o per motius que consideri importants en benefici dels usuaris/àries i/o de la mateixa instal·lació

NORMATIVES D'ÚS DE LA INSTAL·LACIÓ

ZONA D'AIGÜES

Obligacions

- Dutxar-se abans d'entrar a qualsevol dels espais d'aquesta zona.
- Usar el banyador, casquet de bany, tovallola i xanquetes.
- Respectar els espais destinats a les diferents activitats.
- Endreçar tot el material que s'utilitzi.
- Atendre les indicacions dels monitors-socorristes.

No està permès

- L'accés a aquest espai calçat i/o amb roba de carrer.
- Introduir objectes de vidre o qualsevol material que es pugui estellar.
- L'accés a persones que tinguin malalties contagioses o dèrmiques. La Direcció podrà exigir la presentació d'un certificat mèdic.

PISCINES COBERTES

- Ús lliure per a tots els abonats (els menors de 14 anys han d'anar acompanyats d'un responsable major de 18).
- Confecció de programes d'exercicis individualitzats només per a abonats/des.

Normativa

- Nedar circulant sempre per la dreta del carrer.
- Nedar pel carrer adequat i senyalitzat segons el nivell de natació.
- No es pot utilitzar material rígid (aletes, manyoples, tubs, ulleres de vidre...)
- Per conèixer el nivell (iniciació/perfeccionament), consulteu el monitor.

HIDROMASSATGE

- Ús lliure per a tots els abonats majors de 14 anys.

Normativa

- Portar casquet de bany.
- No capbussar-se.

Recomanacions

- Consultar el metge en cas de patir problemes cardiovasculars, respiratoris o dermatològics.
- Temps recomanat d'utilització: de 8 a 10 minuts.

SAUNES I BANYS TURCS

- Ús lliure per a tots els abonats majors de 14 anys.

No està permès

- Afaitar-se o ensabonar-se.
- Portar joies, rellotges o qualsevol objecte metàl·lic.
- Introduir-hi productes inflamables (esprais, colònies, etc.).
- Posar aigua als elements de calefacció de la sauna.
- Introduir-hi roba per eixugar.

Recomanacions

- Consultar el metge en cas de patir problemes cardiovasculars, hipertensió arterial, malalties respiratòries o de la pell, i també qualsevol malaltia crònica. Les dones embarassades hauran de comptar amb autorització mèdica.
- Temps recomanat d'utilització: de 8 a 12 minuts.
- No fer més de 4 sessions setmanals i evitar la sauna durant el procés digestiu.
- Dutxar-se amb aigua freda o tèbia en acabar la sessió, començant per les extremitats inferiors i acabant pel cap.
- Hidratar-se després de cada sessió de sauna o bany turc.

· La Direcció es reserva el dret de suspendre qualsevol activitat que no reuneixi el nombre mínim de participants o per motius que consideri importants en benefici dels usuaris/àries i/o de la mateixa instal·lació.