

REGLAMENTO DEL USO DEL GIMNASIO

CONVIVENCIA.

Con el objetivo de lograr una buena convivencia, la cortesía, el buen ánimo y el respeto deberán prevalecer en todos los aspectos.

Se debe velar por el uso adecuado de los equipos y las instalaciones del gimnasio, los cuales no podrán bajo ningún concepto ser movilizadas del lugar donde se encuentren emplazados. Los usuarios serán responsables por los daños ocasionados a los mismos.

Art. 1.- El uso de las instalaciones se encuentra reservado exclusivamente para los propietarios **mayores de 18 años de edad**.

Art. 2.- El horario para utilizar el gimnasio es de lunes a domingos de **07:00 a 22:00 a excepción de sábados de 10:00 a 12:00 (yoga) y martes – viernes de 14:00 a 15:00 (limpieza)**.

Art. 3.- La reserva se realizará a través de la plataforma Silicon Access, desde la sección Amenities, seleccionando la opción “Gimnasio”. La duración de cada reserva podrá ser de 1 hora. Se permitirá un máximo de 5 propietarios por turno.

Art. 4.- El acceso será a través de un llavero tags anti clon, el cual deberá solicitarse a la Administración vía mail a la casilla admin.santodomingo@inversionesalcosto.com.ar. Quien lo entregará una vez que el propietario haya enviado a este mismo correo electrónico el apto físico, el presente reglamento firmado de conformidad y la nota de deslinde de responsabilidades también debidamente firmada

Art. 5.- Todos los usuarios deben concurrir con **ropa y calzado deportivo adecuados** para la práctica que realicen.

Quedando totalmente prohibido el ingreso con el torso descubierto y/o descalzo o con ojotas y el uso de trajes de baño.

Art. 6.- Se encuentra **prohibido**: **a-** la utilización de reproductores de música sin auriculares; **b-** fumar dentro de las instalaciones; **c-** introducir elementos de entrenamiento ajenos al gimnasio; **d-** el ingreso con animales; **e-** el ingreso de invitados; **f-** La presencia en la sala de personas que no estén haciendo uso de ésta área; **g-** Traer bebidas y comidas que no sean de uso deportivo; **h-** la venta y/o suministro de cualquier tipo de sustancia que de alguna manera altere, potencie o mejore la actividad y/o el rendimiento físico de los usuarios.

Art. 7.- Es obligatorio **ordenar** y acomodar los elementos utilizados.

Al concluir su actividad en un equipo, todo usuario debe dejarlo en orden y perfecto estado de limpieza.

Es importante conservar el gimnasio limpio y ordenado no dejando botellas de agua vacías, hojas de papel, pañuelos desechables, tirados dentro del gimnasio.

Art. 8.- Es obligatorio **concurrir con toalla** (las suficientes para los requerimientos personales) para colocar en los bancos, colchonetas y asientos utilizados.

Es muy importante el cuidado de la higiene personal y el respeto por otros usuarios.

Art. 9.- Los ciclos de uso del equipo cardiovascular serán de **30 minutos** para cada máquina.

Terminado ese plazo, el usuario deberá desocupar el equipo, a menos que no hubiere personas en espera.

Art. 10.- Está **prohibido ocupar las máquinas** y pesas mientras se está conversando con otro usuario, se debe cuidar el orden y evitar distracciones que puedan causar accidentes. Tampoco se podrá utilizar los equipos libres para colocar toallas o efectos personales, por descuido o a manera de reserva para uso posterior.

Art. 11.- Todas las **máquinas**, aparatos y pesas son para el uso de todos los usuarios por lo que deberán **compartirse** si es que más de un usuario desea utilizarlas.

Art. 12.- **Ningún usuario podrá retirar material del gimnasio** para utilizarlo fuera del mismo.

Art. 13.- No se permite el ingreso al gimnasio bajo los efectos del **alcohol** o de sustancias psicoactivas.

Art. 14.- No se permitirá el ingreso de **Entrenadores Personales** externos al Club de Campo Santo Domingo sin la correspondiente autorización de la Administración, y cumpliendo con la presentación de los Seguros necesarios para permanecer en las instalaciones del Barrio.

Art. 15.- Todo usuario que requiera el uso del gimnasio deberá presentar previamente un **certificado médico** donde conste que se encuentra apto para realizar ejercicios físicos; y aceptar en forma expresa los términos y condiciones del presente además de dejar constancia que la práctica de ejercicios físicos es bajo su exclusiva responsabilidad. El certificado médico tendrá una vigencia de un año. Aquellos usuarios que padezcan de alguna enfermedad contagiosa se abstendrán de utilizar las instalaciones mientras dure la afección.

Art. 16.- Los **objetos personales**: celulares, relojes, billeteras, llaves, dejados en el recinto del gimnasio, son de única responsabilidad del propietario.