

NORMATIVA GIMNASIO

- Solo se puede acceder a la sala previa reserva por **CRONOSWEB**.
- **No se permitirán pruebas** antes de inscribirse.
- **No podrán acceder menores ni acompañantes** con las personas que reserven.
- Para acceder a los cursos debe rellenar la hoja de inscripción que encontrará en esta web.

- **Se prohíbe el uso del gimnasio a menores de 14 años**. Los jóvenes de **14 a 17 años** requieren una **autorización paterna** para poder acceder.
- Se debe **cuidar y respetar las instalaciones** y su equipamiento. Una vez finalizado el ejercicio, las máquinas y los espacios utilizados deben quedar limpios y disponibles para otros usuarios.
- Al finalizar el ejercicio, **todos los aparatos de musculación deben guardarse** en sus correspondientes soportes. No está permitido sacar ningún elemento del gimnasio fuera del mismo.
- **Se debe usar toalla siempre**. Póngala sobre el aparato y utilícela para secarse el sudor.
- Es obligatorio traer una **botella de agua o bebida isotónica** para mantener la hidratación. También caramelos o barrita energética por si fuera necesario.
- **Utilizar calzado apropiado** para esta práctica deportiva.
- **Utilizar material e indumentaria adecuada** (ropa deportiva adecuada a la actividad).
- **No se podrá acceder al recinto con patinetes ni bicicletas**.
- **Se debe respetar los tramos horarios reservados**, comenzando **puntualmente**.
- **No se permitirá demoras en el uso los diferentes aparatos**. No se puede acaparar aparatos por grupos de usuarios. No descansar en la máquina.
- No se puede **comer (excepto caramelos o barritas energéticas por necesidad) ni fumar** en todo el recinto deportivo.

- En caso de estar tomando alguna **medicación especial**, tenga algún **problema médico** o lesión que le pueda afectar al practicar el ejercicio físico, debe **informar al monitor y presentar informe médico**.

- ***La Concejalía de Deportes no se hará responsable de la pérdida de ningún objeto personal; se deben utilizar las taquillas (hay que traer candado).***
- ***Las reservas son personales e intransferibles, no pudiéndose prestar la reserva o pago a otra persona.***

- ***Aquellas personas que no cumplan las normas o no cuiden el mobiliario o material podrán ser propuestas de sanción, según recoge el Régimen de uso de las instalaciones deportivas municipales.***