



PALESTRA

IL REGOLAMENTO

15/8/2024



Il presente Regolamento è stato deliberato dal Consiglio Direttivo.

Il Socio e le persone che possono accedere alla sede sociale ed utilizzare gli impianti sportivi, come previsto dall'art. 4 del Regolamento Generale, sono tenuti alla scrupolosa osservanza del presente regolamento.

L'ingresso e l'utilizzo della palestra è **consentito solo a persone che hanno presentato regolare certificato medico alla Direzione.**

L'accesso alla palestra a partire da 6 anni di età e fino ai 16 anni, è consentito solo se i minori sono osservati da un istruttore o da un genitore che li accompagna e che se ne assume la responsabilità.

La Palestra potrà essere utilizzata da ospiti solo se espressamente autorizzati dalla Direzione.

Gli Istruttori e lo Staff della palestra sono autorizzati a verificare il diritto ad accedere alla palestra ed a far rispettare il presente Regolamento. Reiterate violazioni o inadempimenti saranno segnalate alla Direzione per i provvedimenti del caso ed in caso di gravi violazioni potranno chiedere alle persone di uscire immediatamente dai locali della palestra.

I frequentatori della palestra sono tenuti a non discutere con gli Istruttori o lo Staff e dovranno rivolgersi per eventuali reclami e doglianze unicamente alla Direzione.

Per quanto non previsto e menzionato, valgono comunque le disposizioni riportate nello Statuto e nel Regolamento generale dell'Associazione Sportiva Tennis Club Parma.

REGOLE GENERALI

- a) Utilizzare la palestra unicamente allo scopo per cui essa è prevista;
- b) Rispettare scrupolosamente **gli orari di accesso e chiusura in vigore e comunicati dalla Direzione.** La Direzione comunicherà gli orari ed i giorni in cui determinate sale o zone della palestra saranno riservate a corsi o all'attività della SAT;
- c) **Per entrare o uscire avvalersi solo ed esclusivamente della porta d'ingresso;**
- d) Collocare i propri indumenti, le borse e sacche, solo negli appositi locali in prossimità dell'ingresso. **Questi locali non sono custoditi e si sconsiglia di depositarvi e/o lasciarvi oggetti di valore. Il Tennis Club Parma non si assume alcuna responsabilità per eventuali furti e/o smarrimenti;**
- e) Accedere ai locali della palestra unicamente **con scarpe da ginnastica con soles pulite e con abbigliamento consono all'attività sportiva. Non è consentito quindi allenarsi a torso nudo. È consentito invece allenarsi senza scarpe, ma con calze, sotto la propria responsabilità;**

- f) **Attenersi alle norme della buona educazione e di correttezza nei rapporti interpersonali** che non dovranno in alcun modo disturbare le altre persone od intralciare il loro allenamento con il proprio comportamento.

Gli istruttori o lo Staff sono autorizzati a chiedere ad un utente di liberare un macchinario se questo è in suo uso da troppo tempo (per es. dopo 20 minuti di utilizzo del tapis roulant o della cyclette).

I display delle macchine devono sempre essere ben visibili a tutti e quindi si prega di non appoggiare la propria salvietta o altri indumenti su di essi;

- g) **Mantenere un tono di voce basso,** appartarsi per telefonare e non riprodurre musica con propri dispositivi in modo da non disturbare le altre persone;
- h) **È assolutamente vietato manovrare qualunque tipo di impianto meccanico, elettrico o acustico della palestra. Per ogni esigenza ci si dovrà rivolgere allo Staff.**

UTILIZZO DELLE ATTREZZATURE E DEI MACCHINARI

Nella maggior parte degli orari sarà presente in palestra almeno un componente dello Staff della palestra preposto anche all'assistenza sull'utilizzo dei macchinari e di attrezzature.

- i) **Attrezzature e macchinari possono essere utilizzati unicamente allo scopo per il quale sono preposti e nel modo indicato dal costruttore. Il Tennis Club Parma non è responsabile dei danni derivanti dall'errato o cattivo utilizzo dei macchinari e delle attrezzature disponibili;**
- j) L'uso delle attrezzature della palestra, in mancanza di figura professionale esperta, **avviene sotto l'esclusiva responsabilità dell'utilizzatore;**
- k) **Coloro che dovessero danneggiare gli attrezzi per cattivo uso saranno tenuti al rimborso dei danni causati;**
- l) Le persone praticanti si impegnano a non effettuare **allenamenti sportivi non consono** alle loro capacità e/o al loro stato di salute e preparazione.
- m) È obbligatorio **stendere un asciugamano pulito ed asciutto** su ogni superficie della palestra, macchinari compresi, a contatto con il proprio corpo.
- n) Si raccomanda di **disinfettare e ripulire con gli appositi prodotti a disposizione gli attrezzi e le macchine utilizzate** non appena terminato l'uso;
- o) **Riporre sempre al loro posto e nello spazio adibito** gli attrezzi ed i pesi utilizzati immediatamente dopo averne terminato l'uso, avendo cura e rispetto degli stessi al fine di evitarne il deterioramento/danneggiamento.
Trasportare attrezzature all'esterno della palestra è consentito solo se autorizzato dallo Staff.
- p) Avvisare tempestivamente lo Staff, un istruttore o la Segreteria **in caso di guasti alle attrezzature o mancanze comportamentali delle persone che frequentano la palestra.**