



GIMNASIO CLUB NÁUTICO CANET D'EN BERENGUER

NORMAS Y PROCEDIMIENTOS DE USO



- 1) Hay que estar debidamente equipado con ropa y calzado deportivo.
- 2) Por razones de higiene, es obligatorio el uso de toallas en los distintos aparatos, extendiéndolas para evitar mojarlos con el sudor, que en todo caso deberá limpiarse después de su uso. El uso de la toalla es personal e intransferible.
- 3) Por favor, colocar los discos y accesorios en su lugar, así como descargar los aparatos de discos después de su uso.
- 4) No acaparar las máquinas de ejercicio, debemos permitir que otras personas las utilicen durante nuestros periodos de descanso.
- 5) Seguir las instrucciones de uso de cada aparato, (en caso de duda consultar con el monitor).
- 6) El horario del gimnasio será de 6:00 horas a 10:00 horas ininterrumpidamente. Fuera de ese horario la puerta se mantendrá cerrada y el acceso no estará permitido.
- 7) No se autoriza el uso a MENORES DE 14 AÑOS. De 14 a 16 años se autoriza el uso bajo la supervisión de un adulto.
- 8) Prohibido dejar las pesas de golpe en el suelo para evitar su deterioro y el del pavimento del gimnasio.
- 9) Esta Sociedad está exenta de toda responsabilidad por cualquier perjuicio que pudiera derivarse de la utilización del gimnasio, puesto que incumbe al usuario prever los posibles riesgos que corre con su uso, debiendo, incluso antes, consultar con un médico.
- 10) El uso de la tarjeta es personal e intransferible.

SOLICITAMOS DE TODOS LOS USUARIOS EL COMPROMISO DE HACER BUEN USO DE ESTAS INSTALACIONES Y SU MATERIAL PARA SU MEJOR CONSERVACIÓN Y DISFRUTE.

Al igual que en el resto de los servicios, el uso de la tarjeta es personal e intransferible.

