



Normas del Gimnasio Municipal



Normas de sala de fitness

1. Es obligatoria la entrega del carnet de usuario cuando entre a la instalación y la recogida del mismo a la salida.
2. Es obligatorio el uso de ropa deportiva y también calzado deportivo (ni chancletas ni calzado de calle) que no marquen el suelo y que no hayan sido utilizados en la calle.
3. Es obligatorio por razones de higiene el uso de toalla en los aparatos.
4. Los aparatos y sus accesorios deberán dejarse en orden y dispuestos para su uso posterior. El uso de los mismos es compartido por otros clientes por lo que recomendamos alternen su uso y realicen las recuperaciones fuera de los aparatos o series más seguidas.
5. Se debe limpiar el sudor que haya podido quedar en los aparatos después de su uso.
6. Se deberá hacer el uso específico a que está destinado cada aparato según las condiciones técnicas del mismo, no pudiendo ser variadas éstas.
7. Los instructores establecerán las instrucciones específicas para cada actividad con el fin del mejor desarrollo de las mismas.
8. Es obligatorio seguir las instrucciones del centro en cuanto a la programación del ejercicio y a su nivel. La función de los técnicos en fitness es la de realizar programas, controlar la evolución, resolver dudas, asesorar y corregir, para una atención más exclusiva.