

# REGLAMENTO GIMNASIO

- 1** El uso del gimnasio es exclusivo de propietarios y residentes.
- 2** El propietario o residente que desee usar el gimnasio deberá encontrarse al día en los pagos de administración por cualquier concepto.
- 3** Se debe utilizar un traje deportivo adecuado y tenis (sin excepción), de lo contrario, no se permitirá el ingreso.
- 4** Llevar toalla para secar el sudor y las máquinas después de su uso.
- 5** Los equipos deben dejarse en perfecto estado de aseo y desinfección una vez utilizados.
- 6** Se debe hacer buen uso de los equipos, se sugiere recibir la asesoría del instructor de gimnasio.
- 7** Se deben colocar todos los elementos que haya utilizado para el ejercicio que desarrolló, en el lugar asignado para cada uno de ellos (mancuernas, barras, discos, steps, colchonetas, pelotas, bandas, etc.).
- 8** Es responsabilidad absoluta del usuario, cuidar sus objetos personales, así como sus objetos de valor.
- 9** Tratar a los demás usuarios, entrenadores o personal administrativo con respeto y cordialidad.
- 10** En caso de introducir equipos personales para realizar alguna actividad (mancuernas, discos, bandas, etc.) debe anunciarlos al personal encargado del gimnasio y/o estar presto a demostrar que son personales en caso de requerirse.
- 11** Prohibido arrojar al suelo discos, barras, mancuernas o cualquier otro elemento con violencia.
- 12** Se permite el ingreso de niños mayores de doce (12) años al área de gimnasio, quienes deberán estar acompañados por un adulto responsable de su cuidado. Los daños ocasionados por los menores en este espacio serán resarcidos por sus padres.
- 13** La vida útil y el buen funcionamiento de las máquinas del gimnasio dependen del trato que se les dé (es necesario tener en cuenta los manuales de usuario suministrados por el fabricante o distribuidor). El usuario que por mal uso o uso indebido de estas máquinas las dañe, deberá responder por las mismas.
- 14** Prohibido ingresar a las instalaciones bajo efectos de alcohol o sustancias alucinógenas, o en cualquier otro estado que altere las condiciones físicas y psíquicas normales del individuo.

# REGLAMENTO GIMNASIO

- 15** Se recomienda que antes de iniciar con el proceso de acondicionamiento físico en el gimnasio se realice una valoración médica. Las personas con enfermedad deben consultar previamente al médico. Igualmente se sugiere seguir las indicaciones del personal encargado del gimnasio.
- 16** Las personas que tengan enfermedades cutáneas, heridas, problemas de tipo sanguíneo o enfermedades infectocontagiosas, deben abstenerse de utilizar los equipos e implementos del gimnasio.
- 17** Los usuarios no podrán retirar por ningún motivo los elementos y maquinarias dispuestos en la zona para las correspondientes actividades.
- 18** No está permitido utilizar balones de fútbol, voleibol, microfútbol, baloncesto, pelotas de softbol, béisbol, tenis y semejantes al interior del gimnasio.
- 19** No está permitido fumar o consumir alimentos mientras se hace uso de las máquinas dispuestas en el gimnasio.
- 20** Esta zona social tendrá un reglamento de uso específico definido por el Consejo de Administración y publicado en la zona.
- 21** Todos los usuarios del gimnasio deben firmar el Libro de Registro al ingresar y al salir de la zona. Dicho libro contiene el consentimiento informado en el cual se especifican los beneficios, riesgos y responsabilidades que tiene cada usuario.

**La administración del conjunto residencial no responden por lesiones que se presenten dentro del gimnasio por mala manipulación de los equipos, por no tomar medidas preventivas o no acatar las recomendaciones del personal encargado del gimnasio.**

