

A.S.D. POLISPORT CAPOLIVERI



REGOLAMENTO ATTIVITA' SPORTIVA PALESTRA "PESISTICA"

Le seguenti norme e regole, di seguito riportate, sono state definite per il totale rispetto e la salvaguardia dell'impianto sportivo comunale, per renderlo un luogo vivibile, civile, alla portata di tutta la comunità e dei collaboratori che ne fanno e faranno parte. È doveroso mantenere all'interno della struttura un comportamento corretto, educato e leale. Ogni utente si impegna a rispettare tale regolamento e ad osservarne le indicazioni riportate, compreso le informazioni e le delucidazioni che, di volta in volta, i responsabili forniranno. Tali norme essenziali chiariscono la buona esecuzione dell'attività sportiva svolta dalla ASD Polisport Capoliveri al servizio dell'intera collettività. Ne consegue che ogni trasgressione costituisce violazione essenziale e pertanto può creare giusta causa che legittima la stessa Associazione a recedere immediatamente la possibilità di poter usufruire della palestra destinata all'uso e all'interesse pubblico.

QUOTA ASSOCIATIVA/TESSERAMENTO E CONTRIBUTI ATTIVITA' SPORTIVA

- Il socio/tesserato dovrà versare la quota associativa/tesseramento annuale con scadenza al 31 dicembre e compilare il relativo modulo di adesione. La quota comprende l'iscrizione alla FIPE (Federazione Italiana Pesistica) e la polizza infortuni prevista dalla stessa Federazione.
- Il socio/tesserato dovrà corrispondere un contributo di partecipazione all'attività sportiva.
- Il socio/tesserato che intende avvalersi dell'assistenza di un Personal Trainer/Istruttore e del servizio "scheda base" dovrà corrispondere un contributo aggiuntivo, che verterà al personale addetto alla segreteria.

ACCESSO ALLA STRUTTURA E PARTECIPAZIONE ALLE ATTIVITA'

- L'accesso alla palestra, dalle ore 06:30 alle ore 20:30 è garantito tramite badge magnetico e prevede il passaggio dello stesso sul modulo adiacente alla porta d'ingresso e al tornello elettronico interno. Il badge è sempre aggiornato con le date di validità/scadenza della quota associativa e di partecipazione. L'orario massimo di uscita dalla struttura è previsto alle ore 21.15 per garantire il servizio di pulizia. L'entrata è consentita solo all'utente intestatario e non è trasferibile ad altre persone e/o familiari.
- Chiunque entri in palestra da porte secondarie viola le norme stabilite.

A.S.D. POLISPORT CAPOLIVERI



- Per poter usufruire della palestra il socio/tesserato dovrà essere in possesso dei seguenti documenti:
 - 1) Quota associativa/tesseramento e di partecipazione regolarmente saldata;
 - 2) Certificato medico sportivo (Legge 98/2013 art. 42/bis, D.M. 8 agosto 2014 Ministero della salute);
- È necessaria la prenotazione tramite l'applicazione "My Smart Club" legata al modulo d'ingresso e al tornello, disponibile per smartphone. Questo permette di riservare e disdire in completa autonomia le proprie sessioni di allenamento ed anche la gestione dei propri abbonamenti e quote sociali.
- Per una migliore fruizione sia degli spazi che dei macchinari e pesi disponibili all'interno della struttura, il numero massimo è pari a 18 utenti per ogni ora di allenamento.
- I minorenni non potranno accedere in palestra senza la presenza di un istruttore e/o segretario. L'ingresso è consentito dal lunedì al venerdì dalle ore 15:00 alle ore 20:00.

SEGRETERIA

- Il servizio "segreteria" è disponibile dal lunedì al venerdì dalle ore 08:30 alle ore 11:30, dalle ore 15:00 alle ore 18:00 e dalle ore 19:00 alle ore 19:30.
- Per le quote associative/tesseramento e/o contributi di partecipazione e/o del servizio di Personal Training è necessario recarsi presso gli orari sopra indicati, in caso di necessità si può comunque contattare il personale addetto alla segreteria. Gli utenti non in regola con i versamenti, nei termini stabiliti dal presente regolamento, potranno essere sospesi dalla frequenza della palestra.
- Sia il personale addetto alla segreteria che tutti i collaboratori sportivi sono tenuti a rispettare e far rispettare ad ogni utente tale regolamento.

SERVIZIO DI PERSONAL TRAINING/ISTRUTTORE E SCHEDA BASE

- Il servizio di Personal Training è disponibile dal lunedì al venerdì dalle ore 08:30 alle ore 12:30 e dalle ore 14:00 alle ore 20:00.
- Ogni Personal Trainer/Istruttore qualificato (diploma/abilitazione) potrà seguire contemporaneamente massimo tre utenti per ogni ora di esercizio. Chiunque intenda effettuare tale servizio all'interno della palestra deve necessariamente farne richiesta e aver sottoscritto, a proprio nome, giusta lettera di incarico per collaborazione sportiva, fac-simile deliberato da parte del Direttivo della Polisport.
- Il personale qualificato, sia quello addetto alla segreteria che qualsiasi istruttore che ha sottoscritto giusta lettera di incarico per collaborazione sportiva, su richiesta del socio/tesserato, predispone una scheda "base" per gli allenamenti con relative spiegazioni in merito all'utilizzo dei macchinari e degli esercizi tramite un'ora di assistenza dedicata previo un contributo pari ad € 20,00. Tale servizio è su appuntamento e va preventivamente concordato direttamente con l'istruttore scelto.

A.S.D. POLISPORT CAPOLIVERI



NORME IGIENICHE E REGOLE GENERALI DI UTILIZZO

Ogni utente, nel rispetto collettivo, è tenuto:

- Ad un corretto utilizzo delle attrezzature oltre che a servirsi sempre di un asciugamano su panche, macchinari e tappetini e ad evitare di "sbattere" i pesi se non in caso di reale pericolo o necessità.
- A riporre negli appositi cestini lattine e bottiglie vuote, così come ogni altro genere di rifiuto.
- A spegnere le luci, a controllare che i macchinari siano spenti e a chiudere la porta nel caso sia l'ultimo a lasciare la palestra. Anche il segretario e/o collaboratore sportivo dovranno accertarsi che al momento della chiusura sia tutto in perfetto ordine.
- A rispettare gli orari sopraindicati e ad osservare un giusto comportamento senza disturbare ed intralciare nell'allenamento gli altri utenti.
- All'uso di indumenti appropriati, nonché di scarpe ginniche usate solo in palestra oltre che a lasciare i borsoni e gli zaini all'interno degli spogliatoi.
- Al termine dell'utilizzo di ciascun macchinario, sia in sala pesi che in quella cardio, l'utente è invitato ad eliminare eventuali tracce di sudore, utilizzando gli appositi detergenti a spruzzo e la carta monouso presente nelle sale, oltre a ricollocare al proprio posto tutte le attrezzature utilizzate.

DIVIETI

- È vietato entrare in palestra tramite porte secondarie.
- È vietato, ai non autorizzati, recarsi dietro il bancone della segreteria.
- È vietato introdurre e consumare bevande alcoliche all'interno dei locali della palestra.
- È vietato fumare all'interno dei locali della palestra.
- Nei locali della palestra, una volta terminato l'allenamento, è vietato lasciare: lattine, bottiglie, borracce e qualsiasi altro genere di rifiuto.
- Nei locali della palestra è vietato introdurre ogni tipo di animale.
- È vietato fare uso di stimolanti, anabolizzanti o sostanze vietate o pericolose per la salute ed è proibito introdurle all'interno della struttura, anche per solo uso personale.

RESPONSABILITA'

L'ASD Polisport Capoliveri non effettua alcuna attività di custodia di beni o di valori e, pertanto, declina ogni responsabilità per gli oggetti lasciati incustoditi all'interno dei locali, degli spogliatoi, nelle sue adiacenze e pertinenze. Discende ogni responsabilità per danni, furti o manomissioni all'interno degli spogliatoi e delle aree esterne, compreso agli autoveicoli in sosta nel piazzale antistante la struttura.

L'attività ginnico - sportiva nelle ore di apertura, senza alcuna presenza di istruttore e/o segretario, è a rischio e pericolo del singolo praticante, che solleva, senza obiezioni, l'Associazione da ogni responsabilità in seguito a incidenti e/o infortuni presenti e/o futuri. Inoltre, l'Associazione declina ogni responsabilità per infortuni e incidenti che dovessero subire gli utenti in conseguenza di comportamenti non regolamentari.

A.S.D. POLISPORT CAPOLIVERI



Per la sicurezza di tutti gli utenti, i locali della palestra sono dotati di impianti audiovisivi con regolari autorizzazioni, e secondo le normative vigenti le registrazioni, in caso di necessità, saranno visionate alla sola presenza del Responsabile della videosorveglianza.

Ogni danno provocato, ai locali, agli impianti e alle attrezzature dell'Associazione, sarà addebitato al responsabile che è tenuto a risarcire al valore corrente del bene.

L'Associazione non è in alcun modo responsabile dei comportamenti del singolo che possano portare a conseguenze legali o a infortuni, propri o altrui.

Per esigenze contingenti, l'Associazione può modificare gli orari ogni qualvolta lo ritenesse necessario.

INFORMAZIONI E CONTATTI

Tutte le eventuali informazioni relative alla palestra "pesistica" verranno diffuse a mezzo dell'apposita bacheca e anche attraverso gli strumenti mediatici a disposizione dell'Associazione (Sito Web, Facebook ed Instagram).

Qualsiasi chiarimento può essere richiesto anche al personale addetto alla segreteria.

È suggerito, pertanto, che ogni socio/tesserato si mantenga informato ed aggiornato attraverso le pagine social (Facebook: **ASD Polisport Capoliveri** - Instagram: **capoliveri.polisport**) ed il sito internet (**www.polisportcapoliveri.it**) sui quali, tempo per tempo, verranno segnalate le informazioni utili allo svolgimento dei programmi sociali, alle eventuali variazioni che si dovessero presentare, alle varie iniziative, eventi, ecc.

In difetto, sarà cura del socio/tesserato attivarsi presso la segreteria al fine di acquisire tutte le informazioni utili e necessarie.

Ogni utente dichiara di aver preso visione e accettato il presente Regolamento.