

REGULAMENTO DE USO DO XIMNASIO DO POLIDEPORTIVO MUNICIPAL DE MELIDE.

I. USUARI@S DO XIMNASIO.

1. O ximnasio e o seu equipamento son para uso exclusivo de usuarios/as rexistrados e confirmados polo Concello de Melide.
2. A Concellaría de Deportes ou o Servizo de Deportes do Consello de Melide poden verificar en calquera momento a situación das persoas que utilizan o ximnasio respecto ás taxas de admisión e autorizacións.
3. As persoas maiores de 18 anos poden facer uso do ximnasio. Os adolescentes entre 16 e 18 anos deben estar acompañados dun adulto, que será o responsable do uso e práctica que fan no ximnasio, así coma dos danos que se pode causar nas instalacións, maquinaria e equipos.
4. Os danos ou lesións que un menor poida sufrir polo uso do ximnasio serán responsabilidade exclusiva do maior de idade que os acompañe.
5. O uso dos elementos do ximnasio e o patrón de actividades físicas é responsabilidade absoluta de cada usuario, tendo en conta as indicacións dun profesional sanitario que coñece a súa situación particular (médico, fisioterapeuta, técnico en Deportes, etc.) e o tipo de rutina de exercicios que pode facer.
6. Se o usuario ten algunha patoloxía ou discapacidade física, deberá presentar un certificado médico ou autorización, antes de iniciar un programa de acondicionamento físico. Recoméndase que todos os usuarios fagan un recoñecemento médico antes de practicar deporte, especialmente aqueles que estiveron inactivos durante un longo período de tempo ou padecen unha enfermidade crónica.
7. O ximnasio e as súas instalacións están destinadas única e exclusivamente á práctica de exercicios e ao uso racional dos seus servizos, velando polo cumprimento estrito da normativa e os respectivos procedementos de uso.
8. Pola súa seguridade, no ximnasio están prohibidos os envases de vidro ou sen tapa, así como calquera tipo de comida.
9. O uso do ximnasio correrá baixo o propio risco do usuario, polo que é responsabilidade do mesmo as lesións que poida sufrir ao usar o equipo.

O Concello de Melide non será responsable dos accidentes e lesións que se poidan producir polo mal uso dos elementos do ximnasio.

10. Cando o/a usuario/a acceda por primeira vez ás instalacións deberá falar co encargado das mesmas, o cal lle resolverá todas as dúbidas e explicará o funcionamento das máquinas.
11. En caso de dúbidas, queixas ou avarías, avisar ao conserxe da instalación ou ao Servizo de Deportes do Concello de Melide.
12. As pertenzas (mochilas, traballo, bolsas) depositaranse onde o indique o conserxe da instalación.
13. Recoméndase non levar aneis, pendentes, pulseiras, reloxo ou calquera outra cousa de valor que poida perderse, ferirse ou ferir a un compañeiro durante o uso do ximnasio.
14. Todos os utensilios ou materiais que se atopan no ximnasio son para o teu uso. ¡CÓIDAOS!
15. Evita todo tipo de xogos que poñan en perigo a integridade dos teus compañeiros durante o uso do ximnasio.
16. As persoas que non cumpran coas obrigas e normas anteriores poden ser expulsadas das instalacións e non terán acceso ao ximnasio ou non poderán permanecer dentro dela.
17. O acceso á instalación implica a aceptación das normas contidas neste regulamento.

II. ACCESO E AFORO

1. O acceso farase mediante a App Sporttia, ou acudindo o servizo de deportes do Concello para a súa xestión.
2. Poderase reservar hora, desde 24 horas antes da hora que se queira usar ata xusto antes do comezo da mesma.
3. As reservas serán nominativas, non poderán cederse a outros/as usuarios/as.
4. Só se poderá reservar unha hora ao día, e un máximo de tres días por semana, para así facilitar o uso o resto de usuarios/as.
5. O aforo máximo é de 4 usuarios/as simultaneamente, aínda que poderá modificarse cando as condicións sanitarias o permitan.

6. Non se poderá permanecer no local como visita ou reunión. É un espazo de traballo.

III. ROUPA E EQUIPOS.

1. Cando faga uso das instalacións en todo momento deberá levar roupa deportiva axeitada.
2. Todos os usuarios do ximnasio deben empregar unha toalla para o seu uso persoal, para limpar a suor e a humidade causadas nas máquinas despois do seu uso.
3. Non se permite o uso de traxes de baño para practicar ningunha disciplina dentro das instalacións do ximnasio.
4. Ao final da súa sesión, todos os/as usuarios/as deben acomodar no seu lugar asignado os útiles de uso como: pesas, alfombras, pelotas, entre outros.

IV. NORMAS DE USO E HIXIENE

1. Empregar os apeiros (pesos, equipos multifuncionais, bicicletas, escaladores, etc.) dun xeito racional, o que facilita o seu uso por parte dun maior número de usuarios/as. En ningún caso o tempo de ocupación das máquinas de exercicio cardiovascular pode exceder os 30 minutos continuos do mesmo usuario/a, a non ser que non haxa usuarios que se manteñan á espera.
2. Os usuarios do ximnasio deberán manter os estándares mínimos de hixiene, empregando toallas, panos de papel, etc para manter as superficies das máquinas limpas de suor despois do seu uso.
3. Se hai música no ximnasio, o seu volume debe ser baixo para non molestar ao resto de usuarios/as.

V. PROHIBICIÓNS E NORMAS

1. O ximnasio é un ambiente de saúde e benestar, polo que está prohibido introducir alimentos, bebidas alcohólicas, alucinógenos e fumar no seu interior.
2. Está prohibido estar na instalación fora do horario habilitado.
3. Ao acceder ao ximnasio, os/as usuarios/as deben manter a compostura e manexar un ton de voz axeitado.

4. Quedan prohibidas as conversas e ruídos que poidan interferir coas actividades que están a realizar outros/as usuarios/as.
5. Durante a estadía no ximnasio débese actuar de forma disciplinada.
6. Está prohibido entrar nas instalacións do ximnasio baixo calquer tipo de intoxicación ou baixo a influencia de drogas alucinóxenas.
7. Prohíbese ao usuario/a practicar deporte no ximnasio con sandalias, descalzos ou zapatos non aptos para a práctica deportiva.
8. Está prohibido retirar do ximnasio elementos como esteiras, pesas, pelotas ou calquera outro equipo do ximnasio sen a previa autorización do Concello.
9. Os equipos deportivos non poderán desprazarse dun lugar a outro, permanecendo situados nos lugares establecidos polo Servizo de Deportes.
10. Está prohibido lanzar pesas violentamente ao chan.
11. Ao final de cada actividade, o usuario debe colocar os elementos empregados pola mesma, sexan estes pesos, pesas, barras, pelotas, esteiras, etc. nos respectivos lugares coa finalidade de manter ordenada a zona de prácticas.
12. Cada usuario/a será responsable dos seus obxectos persoais, a administración non será responsable da súa perda.
13. Non está permitido o uso de gravadoras, radios ou equipos de son ou multimedia xa que contaminan o ambiente que se vive na área deportiva. Só se pode empregar o equipo do ximnasio.
14. As persoas que NON cumpran estas obrigas e regulamentos non terán dereito a reclamacións se se lles nega ou se lles prohibe o uso do local do ximnasio e poderán ter ás sancións estipuladas no regulamento.
15. Todas as persoas teñen o deber de denunciar calquera anomalía e uso indebido do ximnasio á conserxería, ao servizo de deportes ou ao Concello de Melide, axudando así ao bo uso e coidado do equipamento do ximnasio.

16. Prohíbense a entrada de mascotas, con excepción dos cans guía.
17. Prohíbese aos adultos asistir o ximnasio con nenos xa que poden resultar feridos.
18. O incumprimento da normativa do ximnasio levará á suspensión do uso do mesmo.
19. As persoas responsables son o conserxe, o persoal do servizo de deportes e o propio concelleiro de deportes, e teñen a autoridade para facer cumprir a normativa, así como para pedir a calquera que abandone o ximnasio por non cumprir estas disposicións.
20. Está prohibida a entrada con adestradores persoais para a realización de actividades persoais ou rehabilitación, a non ser que o Concello (previa solicitude) o autorice.

VI. PROCEDEMENTO SANCIONADOR

1. O Concello será o encargado de tramitar o procedemento sancionador.
2. As propostas comunicaranse por escrito aos interesados, dándolles audiencia para que poidan presentar alegacións e presentar os documentos e información que consideren pertinentes.
3. Concluído o período de audiencia e á vista das alegacións presentadas polo usuario, o órgano competente do Concello resolverá o que proceda. Unha vez resolta, notificarase ao afectado, no prazo que lle confire a lexislación administrativa.
4. Contra os acordos adoptados poderanse archivar os recursos que se consideren oportunos, de conformidade coa Lei de réxime xurídico das administracións públicas e do procedemento administrativo común.

VII. HORARIO DO XIMNASIO

1. O horario do ximnasio será de luns a venres de 17:00 a 22:00.
2. A Concellería de Deportes poderá modificalo cando o consideren conveniente.

VIII. SUXESTIÓNS

- Suxírese que os/as usuarios/as do ximnasio consulten previamente ao seu médico e soliciten o asesoramento dun técnico deportivo para que poida darlles as respectivas recomendacións e elaborar un plan de traballo.



Praza do Convento, 5 -15800 MELIDE (A Coruña)

Tfno: 981505003 – Fax: 981506203

www.concellodemelide.gal

IX. ANEXO COVID

A causa da actual situación Covid, será obrigatorio cumprir unha serie de medidas. Ditas medidas serán explicadas e aplicadas polo persoal municipal, no momento da actividade.

Tamén existirán uns carteis explicativos na propia instalacións que informarán da normativa vixente ao respecto.

