

REGLAMENTO PARA EL USO DEL GIMNASIO Y SUS INSTALACIONES

I. ACCESO

A. Sólo podrán hacer uso del gimnasio, sus instalaciones, equipos y demás anexidades que le son propias, en los días y en los horarios que se establezcan.

1. Los Alumnos, Catedráticos y personal Administrativo del Instituto Sanmiguelense, así como los usuarios temporales.

2. Por razones de seguridad y capacidad no se permitirán invitados, para participar en las actividades que se desarrollen en el gimnasio.

a) Por vía de excepción, se permitirá el acceso a usuarios temporales, con el pago de una cuota mensual y en los horarios y días designados por el consejo Directivo del Instituto.

B. Queda prohibido a los menores de catorce (14) años de edad, el uso del gimnasio, sus instalaciones, equipos y demás anexidades.

C. Los Estudiantes, Catedráticos, personal Administrativo y usuarios temporales deben hacer cumplir este reglamento y asumir personalmente la responsabilidad por cualquier daño causado a los equipos e instalaciones del gimnasio durante su uso.

II. CONVIVENCIA.

A. Con el objetivo de la buena convivencia se pide que la cortesía y el buen ánimo, el respeto deberá prevalecer en todos los aspectos.

1. El manejo del equipo de sonido, equipo visual, sistema de cable y cualquier equipo que sea instalado y destinado a la ambientación de la sala, será exclusivo del encargado en turno.

2. Para evitar conflictos entre gustos visuales así como los musicales, el encargado en turno dará preferencia de selección al usuario que haya sido el primero en llegar al gimnasio en el contexto del grupo presente.

3. Con la finalidad de la buena convivencia y la comodidad de todos los usuarios, el empleo de cualquier equipo de audio o video personal, deberá ser con audífonos respetando los gustos de otros usuarios evitando cualquier incomodidad al entorno.

4. Con apego al respeto, los estilos musicales que se podrán ver o escuchar deberán ser coherentes a una sala deportiva evitando cualquier programación que se considere ofensiva o inapropiada para tal fin.

III. CONDICIONES.

A. Uso del Gimnasio

1. Todo usuario tendrá la obligación de solicitar el acceso a gimnasio en la dirección y hacer entrega de las instalaciones al momento de abandonar el gimnasio.
2. Los usuarios deberán registrarse en la bitácora de ingreso, indicando nombre completo, número de alumno y hora de entrada con el propósito de medir la demanda de los servicios y equipos, asegurar la mejor atención al usuario y exigir de los usuarios la buena conservación de esos componentes.
3. Hacer buen uso de sus equipos e instalaciones, los cuales no podrán bajo ningún concepto ser movilizadas del lugar donde se encuentren emplazados. Los usuarios serán responsables por los daños ocasionados a los mismos.
4. Al concluir su actividad en un equipo, todo usuario debe dejarlo en orden, en su lugar y con aseo y limpieza, a cuyos efectos utilizará el material desinfectante puesto a su disposición en lugares accesibles dentro del gimnasio.
5. Los usuarios deberán usar toalla durante el desarrollo de su ejercicio.
6. La autoridad en el gimnasio recae en primera instancia en los Directivos del Instituto Sanmiguelense. Por ello, es obligación de los Usuarios atender las instrucciones de éstos y guardarles el debido respeto y consideración.

B. HIGIENE.

1. Todo usuario deberá mantener una correcta higiene personal al momento de hacer uso de las instalaciones deportivas.
2. Para las Damas, el maquillaje deberá ser discreto.
3. Es obligatorio el uso de vestimenta y calzado apropiado para incorporarse al ejercicio de las disciplinas que se practiquen en el gimnasio, así como el uso de toallas que deberá traer consigo el usuario.
4. El usuario deberá mantener el uso de calzado y de la vestimenta deportiva en todo momento

C. RESTRICCIONES

1. Será restringido el derecho de pase a gimnasio a todo aquel que carezca de identificación o credencial de integrante del Instituto Sanmiguelense.
2. El ingreso y/o la permanencia en las instalaciones del gimnasio con pies descalzos, o sin el uso adecuado de playera mostrando el torso desnudo.
4. El Introducir en las áreas del gimnasio y sus instalaciones, equipo o instrumento para practicar ejercicios distintos a los previstos dentro de su ámbito.

5. Ingresar con bebidas y comidas de ninguna especie, quedando estrictamente prohibida la tenencia y consumo de bebidas alcohólicas dentro del área designada como gimnasio.

a) Se exceptúan agua y otras bebidas hidratantes sugeridas dentro de este tipo de actividad con la observación a los envases de vidrio.

6. Fumar. Esta prohibición se extiende a las adyacencias del gimnasio (corredores, baños y pasillos)

7. El uso de radios o reproductores de música y de video sin el uso adecuado de auriculares de uso personal

8. El uso de trajes de baño, batas y cualquier otro tipo de indumentaria no adecuada para la práctica del deporte en Gimnasio.

9 Extraer cualquier equipo, incluyendo toallas, de la sala de gimnasio.

10. La exhibición de programas con violencia excesiva, música con lenguaje inapropiado o que esté fuera de un contexto deportivo.

D. PREVENTIVOS

1. Para prevenir accidentes, se evitará el acceso a usuarios con niños menores de 14 años como acompañantes.

2. El usuario, deberá atender las indicaciones del encargado en turno.

3. En la medida de lo posible, el socio, accionista o visitante, evitará el uso de celulares, juegos de video, tabletas electrónicas y todo equipo de uso personal, que pueda ser una distracción al momento de dar uso a elípticas, trotadoras o caminadoras.

E. SEGURIDAD

1. Será responsabilidad del usuario el conocer y verificar su buen estado de salud para la práctica del deporte.

2. El usuario evitará el ingreso a la sala de gimnasio con objetos de valor que puedan ser extraviados u olvidados, el Instituto Sanmiguelense queda exento de toda responsabilidad ante este tipo de incidentes.

3. Evite la extracción de cualquier material y/o equipo del gimnasio