

NORMAS DE HIGIENE Y SEGURIDAD EN EL GIMNASIO

1. Será obligatorio el uso de toalla personal.
2. Será obligatorio, secar el sudor con la toalla una vez utilizado cintas, bicis, bancos o máquinas.
3. No se podrán utilizar los bancos sin toalla. No se pisaran los bancos, para eso contamos con numerosas plataformas llamadas "steps"
4. Será obligatorio llevar una camiseta. Prohibido quitársela en el gimnasio.
5. Será obligatorio, una vez finalizado el ejercicio - actividad, la colocación del equipo o materiales utilizados (discos, pesas, etc..)
6. No se podrá comer en el gimnasio.
7. No se podrá fumar en el gimnasio.
8. Será obligatorio el uso de zapatillas cerradas, no se podrá acceder al gimnasio en chanclas o zapatillas abiertas.
9. Las máquinas de cardio (cintas y bicis) se podrán utilizar en un periodo máximo de 30 minutos por persona. (esto se aplicará si hay algún usuario esperando)
10. No se molestará al resto de usuarios, respetando voces, silbidos, gritos, etc...
11. Queda prohibido maltratar el material, tirarlo o dejar caer el peso de las máquinas de golpe.

EL INCUMPLIMIENTO DE LAS NORMAS ANTERIORES, SERÁ
MOTIVO DE EXPULSIÓN DEL GIMNASIO.

AYUNTAMIENTO DE CAÑAVERAL

