



Reglamento para el uso del gimnasio

1. Los usuarios menores de edad no tienen autorización para el ingreso a esta zona.
2. Al ingresar al gimnasio se debe registrar por la pagina o por medio físico directamente en el gimnasio.
3. Si es usuario interno y quiere llevar su entrenador personalizado debe presentar una carta de forma escrita ante administración, con los datos personales de la persona autorizando el ingreso del personal.
4. Si es usuario externo debe presentar siempre el documento de identidad para ingresar a la copropiedad y, en el gimnasio, cada vez que el instructor lo requiera.
5. Es responsabilidad del usuario estar afiliado al sistema de salud, ya sea mediante régimen contributivo o subsidiado.
6. Es responsabilidad del usuario, realizar la anamnesis al momento de ingresar al gimnasio por primera vez.
7. Es responsabilidad del usuario informar al instructor, al momento del ingreso por primera vez al gimnasio, si tiene alguna condición médica especial. Adicionalmente debe presentar las recomendaciones dadas por el médico, con el fin de adecuar los entrenamientos según su condición.
8. El uso del gimnasio debe caracterizarse por un trato cordial y respetuoso con los demás usuarios.
9. El gimnasio es un espacio diseñado única y exclusivamente para la práctica de la actividad física y/o el deporte, evite utilizarlo como sitio de reuniones, encuentros de parejas o tertulias amigables.
10. El usuario debe solicitar la asesoría del instructor para el manejo de equipos y formas de entrenamiento.
11. Está prohibido consumir alimentos y bebidas energizantes dentro de las instalaciones del gimnasio.



11. Está prohibido fumar cigarrillos y otras sustancias psicoactivas
12. El uso de toalla es obligatorio y personal
13. El usuario debe mantener una buena hidratación antes, durante y después del entrenamiento.
14. No se permite el ingreso de armas de fuego o de cualquier otro género, ni envases de vidrio u objetos cortopunzantes.
15. Está prohibido retirar cualquier objeto del gimnasio. En caso de requerir un préstamo de materiales, tales como: equipos, mancuernas, barras, colchonetas, sillas, implementos de papelería o cualquier otro utensilio del gimnasio, el interesado debe diligenciar un formato de préstamo por medio del cual se compromete con el cuidado y devolución del material; en caso de daño o pérdida, deberá responder por este.
16. El uso del locker es exclusivamente para los usuarios inscritos en el gimnasio y está permitido sólo durante el entrenamiento.
17. Las máquinas, las mancuernas y demás objetos se deben dejar en orden, en su respectivo puesto.
18. No se permite el ingreso a la zona de musculación en ropa no adecuada para la práctica de actividad física.
19. Las duchas y baños son exclusivamente para los usuarios del gimnasio y sólo se pueden utilizar durante su estadía en el mismo.
20. El volumen de la música para el entrenamiento debe ser moderado, a fin de evitar interrupciones en las clases y en la labor de los residentes de la copropiedad.
21. El gimnasio no se hace responsable por la pérdida, daño o robo de pertenencias personales.