

NORMATIVA D'ÚS: SALA D'ACTIVITATS DIRIGIDES GENERAL

ÉS OBLIGATORI

- Les activitats estan dirigides per personal tècnic especialitzat. No es podrà començar cap activitat sense la seva presència.
- Seguir les indicacions del personal tècnic de la instal·lació.
- En cas de portar begudes, ha de ser en recipients hermètics i irrompibles.
- Portar tovallola a totes les activitats.
- Utilitzar roba i calçat adequat (existeixen al mercat un ampli ventall de sabatilles de fitness i d'aeròbic).
- Si s'utilitza qualsevol material, en finalitzar la classe s'ha de tornar a deixar al seu lloc.
- Entrar a la sala amb calçat i roba esportiva. El calçat ha de ser diferent al del carrer i preferentment de sola blanca.
- Guardar el respecte necessari a les instal·lacions i tots els seus elements evitant trencaments, usos indeguts i desperfectes.
- Les activitats estan dirigides per personal tècnic especialitzat. No es podrà començar cap activitat sense la seva presència.
- Apuntar-se a algunes activitats dirigides a en un llistat d'assistència, personalment, per telèfon, o a través de qualsevol altre mitjà que l'empresa gestora posi al seu abast. Aquesta pre-inscripció es mantindrà solament fins l'inici de l'activitat, no es reservarà la plaça a ningú que no hi sigui al moment de començar l'activitat. La intenció es respectar l'aforament dels espais on es desenvolupin i garantir la participació dels usuaris que ho desitgin. Respectar l'ordre d'entrada, seguint l'ordre d'arribada.

NO ÉS PERMÈS

- Incorporar-se a qualsevol sessió passats 10 minuts des de l'hora d'inici. La persona usuària s'haurà d'esperar a entrar a la sala fins que la sessió anterior acabi.
- Entrar-hi amb banyador, sabatilles de bany, roba i calçat de carrer, o anar amb el tors nu.
- Fumar en tota la instal·lació.
- Entrar-hi bosses.
- Entrar-hi ampolles de vidre i llaunes.
- Menjar a la sala.
- La realització de fotos o vídeos en aquest espai, sense el consentiment de la direcció de l'equipament
- Utilitzar les sales quan no hi hagi classes programades.
- Assistir o pre-inscriure's a dues sessions consecutives en el cas de l'ocupació màxima.
- Quedar-se a veure les sessions

ES RECOMANA

- Presentar-se el/la monitor/a quan sigui la primera classe que es realitza, per tal que aquest pugui estar especialment atent a les noves incorporacions i fer un suport inicial per la bona pràctica de l'activitat, es tracti d'abonats/des o usuaris/es ocasionals
- Beure aigua, uns 200 ml cada 15 o 20 minuts durant la realització d'activitats aeròbiques de mitjana intensitat.
- No parlar a les classes; en fer-ho es molesta els/les altres usuaris/es i es perd el ritme de respiració.

ALTRES

- Hi ha un aforament limitat a cada espai i tipus d'activitat, cal respectar-lo. L'aforament és de 23 o 30 persones segons el material i l'activitat.
- Tenen preferència les persones que no han fet la sessió anterior.
- L'edat mínima per accedir a les activitats és de setze (16) anys, excepte les específicament indicades com d'alta intensitat (ciclisme indoor i altres si s'escau).
- És imprescindible, si es pateix qualsevol problema físic (desviació d'esquena, asma,...). Que s'informi durant el procés de l'alta o a la recepció en el moment del diagnòstic per poder completar la fitxa personal. També cal portar un certificat mèdic i una diagnosi on es reflecteixi la importància de la malaltia.

HORARIS

- De dilluns a dissabtes, en funció de la programació.

El quadre d'activitats pot variar per necessitats tècniques.

Tant les activitats proposades com els tècnics que les imparteixen poden canviar per necessitats del servei.

Aquests horaris poden modificar-se i/o reduir-se durant els mesos d'estiu, Nadal i la resta de períodes vacacionals.

Per necessitats del servei la Direcció pot canviar l'horari d'obertura i la disposició del servei quan ho consideri oportú.

GAUDEIX-NE I AJUDA A GAUDIR-NE. GRÀCIES

www.atriumviladecans.com

www.podiumviladecans.cat

 facebook.com/AtriumEsportsViladecans

AJUNTAMENT DE VILADECANS

