

Normativa de la actividad

• Estadio Maspalomas
• Pabellón El Tablero
• CD Vicente del Bosque Castillo



Recomendamos al usuario hablar con el monitor la primera vez que se acceda a la actividad, tanto si se tiene experiencia como si no, con el fin de que le explique las normas de la instalación o para que le asesore en sus ejercicios.

NO DUDE EN PREGUNTAR, EL MONITOR ESTÁ A SU DISPOSICIÓN PARA ASESORARLE.

ES OBLIGATORIO:

- Estar al corriente del pago para poder acceder a la instalación. En caso de denegación de acceso por el turno, consultar problema en las oficinas.
- La pulsera/tarjeta/lavero de acceso es individual e intransferible, en caso de uso fraudulento de la misma, el Ayuntamiento iniciará las acciones oportunas contra el usuario/os.
- Seguir en todo momento las directrices que marque el monitor.
- Respetar las elementales normas de higiene y educación hacia el resto de usuarios.
- El uso de **la toalla** como medida de higiene y para proteger el tapizado de los aparatos, incluso en las bicis).
- Dejar **limpios del sudor propio** los aparatos.
- El uso de vestimenta y calzado deportivo apropiado.
- El respeto y la compostura con otros usuarios y con los trabajadores.

ESTÁ PROHIBIDO:

- La entrada y utilización de la sala a los menores de 15 años.
- Dejar cargadas las máquinas que lleven discos, así como trasladar pesos libres de lugar.
- Usar las **máquinas de cardio** más de **30 minutos** por persona y día. Se puede utilizar gratuitamente las pistas de atletismo (San Fernando).
- Usar a máxima velocidad los aparatos cardiovasculares (bicicletas, cintas de correr y escaleras).
- Entrar a la sala sin camiseta, así como con ropa y calzado inadecuado o de calle.
- Dejar bolsas, mochilas o cualquier otro utensilio en la sala.
- La entrada con bebidas en envases de vidrio.
- Reservar elementos: máquinas, bicicletas, etc.
- En caso de aforo completo, se podrá restringir el acceso.
- Usar la instalación o cualquiera de sus elementos para un uso distinto de aquel para el que están concebidos.
- Utilizar reproductores de música sin auriculares.
- Impartir clases y realizar cualquier actividad económica lucrativa, sin autorización.

- Ceder o alquilar a terceros los espacios deportivos reservados.
- Tomar fotos o videos de otros usuarios sin su consentimiento expreso.
- Los monitores tienen la autoridad para llamar la atención a las personas que hagan un mal uso y en último extremo expulsarlas de la instalación.

ES ACONSEJABLE:

- Someterse a una revisión médica antes de realizar un programa de entrenamiento. La Concejalía no se responsabiliza de las lesiones ocasionadas por la práctica del usuario/a en la realización de la actividad.
- Beber líquido, antes, durante y después del entrenamiento.
- Realizar un calentamiento antes de comenzar la actividad.
- Ceder el uso del aparato a otro usuario que espera durante la pausa de recuperación.
- Hacer uso de las taquillas para guardar bolsos y efectos personales. La Concejalía de Deportes no se hace responsable de pérdidas o robos.
- No acceder a las instalaciones deportivas con objetos de valor.

El incumplimiento de la normativa y de las reglas de uso, en función de su gravedad, pudiera conllevar sanciones económicas y prohibición de acceso a las instalaciones deportivas de forma temporal o definitiva.

En este sentido, adjuntamos código qr de acceso al Reglamento de utilización de Instalaciones Deportivas Municipales del Ayto. de S. Bme. de Tirajana, con el régimen sancionador:



REGLAMENTO DE UTILIZACIÓN DE INSTALACIONES DEPORTIVAS

HORARIOS DE GIMNASIOS
EL TABLERO, SAN FERNANDO, CASTILLO DEL ROMERAL

De lunes a viernes de 8 a 22:00, (último acceso: 21:40)