
	<b>SISTEMA DE GESTIÓN DE CALIDAD</b>	REG-GDA-01
	<b>REGLAMENTO DE USO DEL GIMNASIO</b>	Revisión: 02
		Fecha: 24 de Junio 2010
		Pág. 1 de 5

**Artículo 1: Relacionado a las normas generales al interior del Gimnasio:**

- Las máquinas del Gimnasio están destinadas para su uso efectivo y específico, quedando prohibidas para descansar y/o conversar.
- Después de utilizar pesas, discos, mancuernas, barras, colchonetas, etc. el usuario deberá devolver estos implementos a su lugar habitual.
- Por higiene personal, los usuarios del gimnasio deberán llevar una toalla mediana (1.00 Mt x 0.50 Mt) para proteger las máquinas y colchonetas de la transpiración.
- Prohibido hacer ejercicios con el torso desnudo y/o descalzo.
- Los únicos instructores que pueden dictar clases son aquellos autorizados por el Club.
- Queda prohibido el ingreso a menores de 14 años, excepto autorización expresa de la Gerencia General (previa presentación y evaluación de las solicitudes de los Asociados).
- Los menores cuyas edades fluctúan entre los 14 y 18 años sólo podrán hacer uso del gimnasio bajo la supervisión del instructor autorizado por el Club.
- Queda prohibido fumar y/o ingerir alcohol dentro y/o cerca de las inmediaciones del gimnasio.
- Queda prohibido ingerir alimentos sólidos en el gimnasio.

	<b>SISTEMA DE GESTIÓN DE CALIDAD</b>	REG-GDA-01
	<b>REGLAMENTO DE USO DEL GIMNASIO</b>	Revisión: 02
		Fecha: 24 de Junio 2010
		Pág. 2 de 5

- Los usuarios externos (no asociados e invitados) autorizados a ingresar al gimnasio no pueden acceder a otras áreas del Club y deberán utilizar únicamente los Servicios Higiénicos ubicados en el área de secretaría.
- El ingreso de los invitados deberá ser acreditado con el pase emitido por la administración del Club.
- Todo usuario (asociados, familiares y/o invitados) que infrinjan este Reglamento, quedarán prohibidos de volver a ingresar a las instalaciones del Club.
- Los instructores autorizados por el Club son los responsables y tienen la autoridad para hacer cumplir este Reglamento.

**Artículo 2: Relacionado a las normas para el uso del gimnasio:**

**Finalidad:**


- El presente Reglamento tiene como finalidad lograr la comodidad y el orden de nuestros asociados y familia al momento de utilizar las instalaciones del Gimnasio.

**Obligaciones de los asociados usuarios del gimnasio:**

**a. De los equipos:**

- Los Asociados pueden pedir asistencia al Personal del Gimnasio, para el acondicionamiento mecánico o eléctrico de una máquina.
- Es obligación del Asociado, devolver los equipos a su lugar original después de usarlos.
- El Asociado no debe dejar caer las pesas.

**b. De la Vestimenta:**

	<b>SISTEMA DE GESTIÓN DE CALIDAD</b>	REG-GDA-01
	<b>REGLAMENTO DE USO DEL GIMNASIO</b>	Revisión: 02
		Fecha: 24 de Junio 2010
		Pág. 3 de 5

- Esta será la adecuada para la modalidad de entrenamiento que se practique, debiendo ser pantalón corto o de buzo, camisetas con o sin mangas y zapatillas de suela blanda.
- Queda prohibido el ingreso descalzo o en sayonaras.
- Es obligatorio el uso de zapatillas deportivas en la clase de baile y de acondicionamiento físico.

**c. Uso de toallas:**


- Es indispensable el uso de toallas de felpa para todas las disciplinas que se practiquen dentro del gimnasio, incluyendo las máquinas cardiovasculares.
- Las toallas a utilizar serán de 1.00 Mt x 0.50 Mt mínimo, siendo este un tamaño adecuado para la comodidad e higiene.

**d. Niños:**

- Por razones de seguridad y precaución; los niños menores de 14 años, no pueden ingresar al gimnasio ni en compañía de adultos, salvo los casos excepcionales en donde la autorización sea otorgada por la Gerencia General.

**e. Varios:**

- El Encargado no está obligado a realizar diligencias personales del Asociado fuera del área del gimnasio.
- Queda prohibido ingerir alimentos sólidos, (incluyendo frutas), en el área del gimnasio.
- Queda prohibido el consumo de líquidos en vasos descartables en las máquinas cardiovasculares, estando solamente permitido el uso de botellas o tomatodos.
- Queda prohibido dejar los vasos descartables en el piso de la zona del ejercicio.
- Queda prohibido para los Asociados todo tipo de comercialización de objetos dentro del área del gimnasio.

	<b>SISTEMA DE GESTIÓN DE CALIDAD</b>	REG-GDA-01
	<b>REGLAMENTO DE USO DEL GIMNASIO</b>	Revisión: 02
		Fecha: 24 de Junio 2010
		Pág. 4 de 5


- Los Televisores deberán estar sintonizados preferentemente para canales deportivos y sin audio. Están aprobadas las alternativas: Animal planet, History channel, National Geographic, People & Art, CNN, Canal N y otros canales que tengan contenido informativo y/o educativo.
- El sonido del equipo de música debe ser regulado.

**Artículo 3: Relacionado a los Entrenadores:**

- Todo pago por servicios (programas de entrenamiento) será realizado exclusivamente a través de la Oficina de Caja del Club, entregándosele al Asociado un recibo por este concepto.
- Los Entrenadores, además del Personal del Gimnasio, serán los responsables de aplicar y hacer respetar el presente Reglamento.
- Los Entrenadores, pueden recibir los reclamos y sugerencias de los Asociados, los que posteriormente serán informados a la Comisión de Gimnasio.
- Los Entrenadores, además del personal del Gimnasio, comunican a través de las papeletas a la Comisión de Gimnasio, sobre cualquier falta al presente Reglamento.

**Artículo 4: Relacionado al uso de las Máquinas cardiovasculares (MCV):**


- El uso de las Máquinas Cardiovasculares, en adelante MCV, será por estricto orden de llegada.
- El Personal del Gimnasio, anotará el nombre del Asociado y la hora de inicio en la pizarra de control.

	<b>SISTEMA DE GESTIÓN DE CALIDAD</b>	REG-GDA-01
	<b>REGLAMENTO DE USO DEL GIMNASIO</b>	Revisión: 02
		Fecha: 24 de Junio 2010
		Pág. 5 de 5

- Cada sesión de MCV durará 20 minutos ininterrumpidos, más 5 minutos de enfriamiento.
- El Asociado podrá anotarse nuevamente en una MCV respetando su nuevo orden de llegada.
- Si no hubiera Asociados esperando, el usuario podrá continuar por otro periodo igual de tiempo y el Personal del Gimnasio anotará la nueva hora de inicio en la pizarra de control.
- Queda prohibido anotarse simultáneamente en más de una máquina.
- En caso que una MCV se malogre, o esté en reparación, el tiempo de uso de las máquinas será reducido a 15 min. más 3 minutos de enfriamiento mientras dure la reparación.
- Los Invitados no podrán hacer uso de las MCV, mientras hayan Asociados o Familiares esperando por su uso.
- Queda prohibido que los acompañantes de invitados hagan uso de las MCV.

**LA GERENCIA**

	<b>ELABORADO POR</b>	<b>REVISADO POR</b>	<b>APROBADO POR</b>
<b>Nombre</b>	Lic. Germán Arata Pérez	Ing. Paola Quevedo Vela	Dr. Ruben Mayer Gómez
<b>Cargo</b>	Sub Gerente de Asociados	Responsable del SGC	Gerente General
<b>Firma</b>			
<b>Fecha</b>	Junio 2010	Junio 2010	24 de Junio 2010

	<b>SISTEMA DE GESTIÓN DE CALIDAD</b>	REG-GDA-01
	<b>REGLAMENTO DE USO DEL GIMNASIO</b>	Revisión: 02
		Fecha: 24 de Junio 2010
		Pág. 6 de 5