

REGLAMENTO DE USO DEL MINI GIMNASIO

Normas y recomendaciones fundamentales para los asociados que utilicen los equipos del mini gimnasio:

- 1) Antes de comenzar cualquier rutina de entrenamiento, es esencial realizar un calentamiento adecuado debidamente establecido y autorizado por el fisioterapeuta, quien lo acompañará y vigilará durante el tiempo que este dure.
- 2) Es importante respetar los límites propios y no forzar el cuerpo más allá de lo razonable, de ahí que los asociados deberán utilizar los equipos y máquinas bajo su propia responsabilidad.
- 3) Todos los asociados usuarios de los equipos y máquinas deben utilizarlos de acuerdo con las instrucciones proporcionadas. No se deben realizar modificaciones o alteraciones en los mismos sin autorización previa del fisioterapeuta.
- 4) Cada asociado usuario deberá traer una toalla para su uso personal.
- 5) Cada asociado usuario es responsable de limpiar las máquinas y equipos después de su uso. Se deben utilizar los productos desinfectantes proporcionados para garantizar la higiene y el bienestar de todos.
- 6) Todos los asociados usuarios deben tratar a los demás con respeto y cortesía. No se permitirá ningún tipo de agresión hacia otros asociados o personal administrativo.
- 7) La Administración no se hace responsable de lo que se pierda dentro del área.

El cumplimiento de este Reglamento es fundamental para garantizar un ambiente seguro, limpio y respetuoso. Al seguir estas normas y recomendaciones, todos los asociados usuarios podrán disfrutar de un entrenamiento efectivo y libre de riesgos.

¡Recuerden que nuestro principal objetivo es contribuir a su bienestar!