



REGOLAMENTO PALESTRA COUNTRY CLUB CASTEL MAGGIORE

1. La palestra è ad uso **esclusivo** dei Soci del Country Club.
2. Gli orari di apertura della palestra rispettano gli orari di apertura del Circolo, con **chiusura anticipata 30 minuti prima** rispetto alla chiusura dello stesso.
La Direzione potrà modificare i suddetti orari o prevedere chiusure straordinarie, in considerazione di festività o per esigenze organizzative, dandone comunicazione ai Soci mediante mail e avviso in bacheca. Sempre previa comunicazione, i corsi verranno sospesi durante il periodo estivo e in occasione di festività o ponti o impossibilità della Sala. Inoltre, al fine di mantenere la regolarità del corso, il Club si riserva la possibilità di sostituire l'insegnante.
3. Per poter accedere alla palestra è necessario aver consegnato in segreteria un **certificato medico** in corso di validità, saldato la quota d'iscrizione per l'anno in corso. In mancanza di questi requisiti l'accesso alla palestra potrà essere inibito dalla Direzione o dallo Staff.
4. È obbligatorio indossare abbigliamento sportivo e **scarpe da ginnastica pulite** all'interno della palestra.
5. È vietato portare cibo o bevande all'interno della palestra, ad eccezione di borracce/ bottiglie d'acqua.
6. Gli attrezzi e i macchinari devono essere utilizzati correttamente e nel rispetto delle regole di sicurezza, e riposti negli appositi spazi dopo l'uso. Qualora non si conoscano le modalità di utilizzo di un macchinario o, comunque, in caso di dubbi o incertezze, occorre rivolgersi agli istruttori negli orari di assistenza di sala. Si prega di segnalare subito agli istruttori o alla segreteria eventuali malfunzionamenti dei macchinari.
7. È **obbligatorio l'utilizzo di un asciugamano** nelle zone a contatto con le attrezzature e per rimuovere eventuali tracce di sudore. Chi ne fosse sprovvisto, potrà chiedere in reception un asciugamano usa e getta (costo 2€); in mancanza, sarà inibito l'accesso alla palestra.
8. E' **vietato utilizzare prodotti disinfettanti**, ad esclusione di quelli forniti dalla Struttura, per pulire le attrezzature; le stesse vengono igienizzate dal personale addetto.
9. Ciascun macchinario "cardio", in presenza di altri Soci in attesa, può essere occupato per un massimo di 20 minuti a persona, per consentirne a tutti i Soci l'utilizzo.

10. Per l'accesso ai **Corsi Fitness** inclusi nelle Quote Sociali (Bronze, Silver e Gold) è necessario scaricare il **gestionale** in uso secondo le indicazioni della reception del Circolo.
11. La **prenotazione** ai Corsi, o l'eventuale disdetta post prenotazione, è **obbligatoria** tramite app.
Si segnala che a seguito di eventuali prenotazioni non rispettate (superiori a 3 volte a utente) il servizio potrà essere sospeso per 1 settimana per l'utente.
12. Per garantire un servizio adeguato, è richiesta la prenotazione ai Corsi Fitness (e l'eventuale disdetta) con un **adeguato anticipo**.
(Corsi mattutini entro le 22 della sera precedente - altri corsi 3 ore prima rispetto all'orario di inizio)
13. I Corsi Fitness seguiranno il calendario apposto in bacheca e saranno garantiti con il **raggiungimento minimo di 3 partecipanti**.
14. E' vietato regolare autonomamente l'impianto di riscaldamento/raffrescamento: occorre rivolgersi agli assistenti di sala o alla reception.
15. È vietato l'accesso alla palestra a minori di 14 anni, a meno che non siano accompagnati da un adulto o sotto la supervisione del proprio personal trainer. I minorenni, che abbiano compiuto 14 anni, possono accedere alla palestra anche in autonomia, previa consegna in segreteria di apposita dichiarazione liberatoria di responsabilità sottoscritta dai genitori.
16. Si informano i sig.ri Soci che in palestra, così come nelle aree comuni del Club, possono essere presenti impianti di videosorveglianza.
17. Si applica, per quanto qui non previsto, il Regolamento generale del Club.