



REGOLAMENTO INTERNO UTILIZZO PALESTRA

1. NORME GENERALI

- 1.1. **CANOA CLUB MESTRE (CCM) e VOGA VENETA MESTRE (VVM) sono associazioni sportive dilettantistiche** pertanto è permesso l'accesso alla propria palestra ai soli soci o tesserati **-iscritti-** appartenenti alle due associazioni (socio/tesserato che abbia conferito la "quota palestra" e in regola con il certificato medico e le quote sociali/tesseramento) .
- 1.2. Ogni iscritto si impegna a rispettare il presente **regolamento interno di utilizzo palestra** e si obbliga ad osservare le indicazioni del personale di servizio della stessa e/o l'istruttore di riferimento. Il **regolamento interno di utilizzo palestra** esplicita le norme essenziali per la buona esecuzione del contratto sottoscritto tra l'iscritto e le associazioni CCM ed VVM. Ne consegue che ogni violazione delle presenti norme costituisce violazione essenziale del contratto stipulato e, pertanto, costituisce giusta causa che legittima le associazioni a recedere immediatamente dal contratto con l'iscritto.
- 1.3. L'accesso alla palestra è permesso ai soli **iscritti dotati di apposito badge/tessera associativa (PASS DI ACCESSO)**, in conformità alla validità ed al tipo di abbonamento sottoscritto e dotati di regolare certificazione medica di buona salute come da disposizione di legge, ogni singolo abbonamento non è rimborsabile né recuperabile. **I soci o tesserati minorenni potranno accedere alla palestra solo se accompagnati da un tecnico competente.**
- 1.4. Il **badge/tessera associativa (PASS DI ACCESSO)** può essere usato per **l'accesso solamente dall'intestatario** e non è in alcun caso trasferibile ad altre persone o a familiari. L'iscritto si impegna a comunicare immediatamente alla propria associazione di appartenenza lo smarrimento del Pass di Accesso, al fine di evitarne ogni abuso e responsabilità.

2. NORME IGIENICHE E DI SICUREZZA

- 2.1. In particolare **l'iscritto** cerca di evitare di arrecare disturbo agli altri utenti. Sono espressamente vietati urla e schiamazzi, voce alta durante l'allenamento ed è altresì vietato qualsiasi atteggiamento o abbigliamento non consono che rechi disturbo agli utenti. Agli utenti è fatto divieto di indossare oggetti che possono diventare pericolosi durante le attività nella palestra.
- 2.2. **Per frequentare la palestra è obbligatorio:** indossare un abbigliamento idoneo; utilizzare **scarpe da ginnastica pulite e un asciugamano per igienizzare le attrezzature utilizzate.**
E' possibile **accedere negli orari indicati dalla tabella allegata** a fine regolamento e affisso alla porta d'ingresso. Sulla porta di ingresso sarà presente un registro delle presenze da compilare ogni volta che si accede alla palestra.
- 2.3. **Al termine dell'utilizzo di un macchinario** si deve: riporre l'attrezzo al **proprio posto assegnato** ad es: corde, triangoli, barre ercolina, maniglie ecc..., oltre che manubri piastre e bilancieri. Dopo **ripetuti richiami** di non rispetto di tale regola potrà anche essere chiesto al Consiglio Direttivo la risoluzione immediata **dell'abbonamento del socio/tesserato iscritto.**
- 2.4. Per motivi di igiene, il socio è tenuto ad appoggiare **un asciugamano personale** sull'attrezzo o sul tappetino utilizzato durante il proprio allenamento, quale barriera tra il corpo e l'attrezzo.
- 2.5. Il personale delle associazioni è autorizzato a sospendere l'allenamento dell'iscritto in caso di mancato rispetto di tale norma.



- 2.6. Al termine dell'utilizzo di ciascun macchinario, sia in sala pesi che in quella cardio, l'iscritto è invitato a eliminare eventuali tracce di sudore utilizzando gli appositi detergenti a spruzzo e la carta monouso presente nella sala.
- 2.7. Vietato **sbattere bilancieri** e manubri a terra, se **non** si riesce a farlo, **abbassare il peso utilizzato**.
- 2.8. Gli attrezzi non possono essere prenotati.
- 2.9. L'iscritto è tenuto ad informare tempestivamente la propria Associazione o un assistente di sala in caso di guasti alle attrezzature o difetti che riscontrasse. Eventuali danni arrecati alle attrezzature, agli impianti ed alla struttura, per negligenza o per inosservanza delle presenti disposizioni, dovranno essere indennizzati dai responsabili il prima possibile alle rispettive Associazioni.
- 2.10. Si consiglia di avere cura dei propri oggetti di valore. Non è permesso portare borse o zaini in sala pesi e fitness. CCM e VVM non si assumono nessuna responsabilità per oggetti smarriti.
- 2.11. CCM e VVM si riservano la facoltà di allontanare **immediatamente dalla palestra** e risolvere immediatamente il contratto in caso l'iscritto **faccia un uso improprio o inappropriato** di qualsiasi attrezzo o **macchinario in dotazione** del centro (ivi inclusi gli arredi, le docce, i lavandini, gli armadietti).
- 2.12. È consentito portare bevande dall'esterno solamente se contenute in bottiglie di plastica o borracce, sigillabili con tappo. Per ovvi motivi, non è consentito portare cibi o pasti da casa e consumarli nelle sale. È assolutamente vietato fumare in qualsiasi locale interno alla palestra e nell'area adiacente all'ingresso.

PER OGNI ALTRA INFORMAZIONE E/O SEGNALAZIONE SCRIVERE A

A.S.d. Voga Veneta Mestre

www.vogavenetamestre.it - sede@vogavenetamestre.it

A.S.d. Canoa Club Mestre

www.canoaclubmestre.it – infoccmestre@gmail.com

Venezia, 01/10/2024.

VVM = dedicata agli iscritti Voga Veneta Mestre
 CCM iscritti = dedicata a tutti gli iscritti del Canoa Club Mestre
 CCM Agonismo = dedicata agli agonisti iscritti al Canoa Club Mestre



Orario Utilizzo Palestra							
Slot Orari	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
08:00	CCM iscritti				CCM iscritti		Attività libera iscritti CCM e VVM fino ore 12.00
08:30							
09:00		VVM iscritti	VVM iscritti	VVM iscritti		VVM iscritti	
09:30							
10:00							
10:30							
11:00							
11:30							
12:00	<p style="text-align: center;">dalle ore 12.00 alle ore 14.30</p> <p style="text-align: center;">Attività libera per gli iscritti palestra soci/tesserati CCM e VVM</p>						
12:30							
13:00							
13:30							
14:00							
14:30							
15:00							CCM iscritti
15:30							
16:00							
16:30						CCM Agonismo	
17:00	CCM Agonismo	CCM Agonismo		CCM Agonismo	VVM		
17:30							
18:00							
18:30							
19:00							
19:30							
20:00							