

CONDICIONS D'ABONAMENT

- En el moment de la inscripció, cal facilitar les dades personals, aportant una fotocòpia del DNI i del carnet de la Seguretat Social, i les dades del banc o caixa, per domiciliari-hi els rebuts. En cas de pensionistes, familiars o persones amb alguna disminució, cal portar fotocòpies de la documentació pertinent.
- Es respectarà en tot moment el que disposa la llei de protecció de dades de caràcter personal. Llei orgànica del 15/1999.
- L'import de la quota d'inscripció i del primer pagament mensual serà en efectiu, cal abonar-lo a la recepció en el moment de donar-se d'alta. Els pagaments següents, es domiciliaran a l'entitat bancària escollida.
- Els rebuts impagats tindran el recàrrec corresponent i s'hauran de pagar en efectiu a la recepció.

NORMES ADMINISTRATIVES

- Els rebuts mensuals es domiciliaran a la vostra entitat bancària entre els dies 1 i 5 de cada mes.
- L'abonat podrà canviar la modalitat d'abonament, sempre que ho comunicui abans del dia 25 del mes en curs, tot abonant la diferència de les tarifes que corresponguin.
- Quan un abonat desitgi donar-se de baixa, haurà d'omplir el formulari que es facilitarà a la recepció, abans del 25 del mes en curs.
- En cas que no ho faci, no se li farà la devolució de l'import dels rebuts tramitats.
- L'entitat donarà de baixa a totes aquelles persones que hagin deixat d'abonar una mensualitat. A partir d'aquest moment no es podrà accedir a les instal·lacions. En cas de voler donar-se d'alta una altra vegada, caldrà que pagui el/s rebut/s pendents i que satisfaci els requisits establerts en aquell moment.
- Els preus s'actualitzaran el mes de gener de cada any.
- En cas de pèrdua de la targeta cal comunicar-ho a la recepció com més aviat millor, abonant la tarifa de reposició corresponent.
- Sempre que un abonat canviï les seves dades d'inscripció, haurà de notificar-ho per escrit a la recepció.
- Les entrades puntuals han de facilitar les dades personals així com un document identificatiu legal i existent (DNI, NIE, passaport, carnet de conduir...).

NORMES DE FUNCIONAMENT

- L'horari d'obertura i tancament del centre estarà exposat a la recepció.
- Els usuaris hauran d'atenir-se als dies i a les hores d'obertura i de tancament i a la parada tècnica, segons el decret 95/2000 de 22 de febrer pel qual s'estableixen les normes sanitàries de les piscines d'ús públic.
- La Direcció es reserva el dret de tancar l'accés a la instal·lació o als diferents espais i activitats si s'ha arribat a l'aforament màxim permès per la reglamentació vigent o per motius de seguretat.
- Per accedir a l'interior de la instal·lació és imprescindible dur la targeta d'accés d'abonat, o de cursista i passar-la pels torns d'accés.
- La targeta d'abonat és personal i intransferible.
- Cal respectar els horaris de les diferents activitats.
- Els cursos i activitats complementàries seguiran el calendari escolar aprovat pel Departament d'Ensenyament.
- La Direcció es reserva el dret de modificar el programa d'activitats en funció de les necessitats de la instal·lació.
- Les entrades puntuals estan condicionades a l'aforament de la instal·lació i només permetran un sol accés.
- Està prohibit fumar en tota la instal·lació.
- Està prohibit menjar, excepte en zones restringides i senyalitzades.
- Queda expressament prohibida l'entrada d'animals en tot el recinte.
- No es pot entrar en cap espai amb envasos de vidre.
- No es permet la venda ni consum de tabac i begudes alcohòliques. Llei 10/1991 de 10 de maig, de modificació de la Llei 20/1985 de

prevenció i assistència en matèria de substàncies que poden generar dependència.

- No es permet l'ús de la instal·lació a persones que no compleixin els requisits higiènics mínims, ni a les persones que per malalties puguin perjudicar la resta d'usuaris.
- L'ascensor de la instal·lació és d'accés limitat a les persones autoritzades.
- Els usuaris hauran de tenir un comportament cívic i respectuós amb el personal i amb la resta d'usuaris.
- La Direcció de la instal·lació no es responsabilitza dels objectes perduts o oblidats. Els objectes perduts que hagin pogut ser recollits es guardaran a recepció durant 15 dies i passat aquest temps, s'entregaran a una ONG.
- Els danys i/o desperfectes ocasionats a la instal·lació i/o al material, en fer-ne mal ús, comportaran la seva reposició. En cap cas es podrà utilitzar cap mena de material i/o producte que pugui perjudicar la instal·lació.
- Està prohibit exercir d'entrenador o entrenadora personal i se suspendrà provisionalment o permanentment l'accés a la instal·lació a la persona que ho transgredeixi.
- La Direcció de la instal·lació podrà suspendre provisionalment o permanentment el dret d'entrada en el cas d'incompliment d'aquest reglament.
- Aquest reglament és d'obligat compliment per a totes i tots els usuaris el qual serà controlat pel personal de la instal·lació.
- En cas de modificació d'aquest reglament prevaldrà la darrera versió modificada, la qual restarà exposada al públic.
- L'empresa no es fa responsable dels objectes de valor en cas de robatori dins del centre.
- En cas de patir alguna malaltia cardíaca, respiratòria o de tipus epilèptic o altres malalties que comportin riscos per a la pràctica esportiva, cal avisar el personal tècnic o socorristes i anar sempre en companyia.
- En cas de trobar-se malament, cal avisar immediatament qualsevol treballador o treballadora de la instal·lació.
- Es recomana passar un reconeixement mèdic abans de qualsevol activitat física.

SALES D'ACTIVITAT DIRIGIDES

- No està permesa l'entrada a la sala a menors de 16 anys, excepte a les sessions específiques organitzades pel centre.
- No es permet l'ús lliure de les sales.
- És obligatori accedir amb calçat esportiu d'ús exclusiu per a la pràctica esportiva, cal fer ús d'una tovallola per eixugar-se la suor i és recomanable aigua per hidratar-se.
- No es poden entrar bosses d'esport, ni cap altre objecte.
- Els usuaris han de respectar-se entre si, així com el material i la programació horària dels espais. La Direcció farà públic un quadre dels horaris de les activitats programades per a cada espai.
- Cal tenir cura del material esportiu. S'ha de deixar sempre al seu lloc després d'utilitzar-lo.
- No es permet entrar a la sala un cop iniciada la sessió.
- S'ha de ser puntual. L'escalfament és imprescindible per tal d'evitar lesions.
- No abandoneu les sessions d'activitat dirigida fins al seu acabament. Cal avisar al tècnic si heu d'abandonar la sessió abans que s'acabi.

PISCINA

- Els menors de 14 anys, han d'anar amb una persona adulta (Decret 95/2000 del Departament de Sanitat i Seguretat Social de la Generalitat de Catalunya).
- En cas de no saber nedar cal avisar el o la socorrista.
- Cal complir les normes i consells del personal tècnic i socorristes.
- És obligatori l'ús de vestit de bany de competició per als homes i vestit de bany sencer per a les dones, casquet de bany i sabatilles de bany.

- És obligatori dutxar-se abans d'entrar a l'aigua. Si abans heu fet un exercici físic, cal que us dutxeu amb sabó al vestidor.
- No està permès canviar-se de roba en el recinte de la piscina.
- No es pot fer servir cap tipus de sabó o gel a les dutxes del recinte de la piscina.
- No es permet entrar menjar ni begudes amb envàs de vidre.
- En el recinte de la piscina (tant dins com fora de l'aigua) no es permet cap tipus de joc o activitat perillosa, com pot ser córrer, saltar, empènyer, enfonsar algú o practicar jocs que puguin comportar un risc físic.
- Només es podrà utilitzar, amb permís del personal tècnic o socorristes, suros, bombolles i pull-boys. No es permet l'ús d'ulleres de vidre, tubs, guants, aletes ni cap material extern a la instal·lació.
- Els usuaris de la piscina hauran de respectar els espais que segons la programació es delimitin per a curssets i altres activitats.
- Horari de piscina: dilluns a divendres de 7 a 22:30h, dissabtes de 9 a 19:30h i diumenges i festius de 9 a 13:30h

SAUNA I BANY DE VAPOR

- No es permet l'ús a menors de 18 anys.
- És obligatori dutxar-se i eixugar-se abans de fer-ne ús.
- Cal portar vestit de bany, sabatilles de bany i asseure's sobre una tovallola.
- És aconsellable hidratar-se abans i després de la sessió.
- No es poden utilitzar cremes, gels, olis, aromes, maquillatge, etc.
- No es pot entrar-hi menjar, beguda, diaris o revistes, ni material de piscina.
- Està prohibit manipular qualsevol dosificador i/o termòstat de dins el recinte.
- No és recomanable estar-s'hi més de 10 minuts.
- Respecteu l'espai i el relaxament de l'altra gent.
- No es pot jugar, córrer, fer soroll, etc. en aquesta zona.
- No podran prendre sauna i bany de vapor aquelles persones que pateixin problemes d'hipotensió, cardiopaties greus o varius.
- Cal sortir-ne immediatament si es nota sensació d'ofec.
- No es pot portar a terme cap operació d'higiene personal.

SALA DE FITNES

- No està permesa l'entrada a la sala a menors de 16 anys, excepte a les sessions específiques organitzades pel centre.
- Cal que respecteu a cada moment les instruccions del personal tècnic encarregat de la sala.
- No està permès entrar amb el tors despullat, amb vestit i calçat de carrer o amb xanquetes.
- S'ha d'anar amb roba i calçat esportiu amb la sola neta.
- No s'hi poden entrar bosses d'esport, ni aliments, ni ampolles de vidre, ni cap altre material que el personal de la instal·lació estimi convenient.
- Qui practiqui programes individuals ha de guardar la fitxa, un cop utilitzada, a l'arxivador. Aquesta no es pot treure de la instal·lació i no es poden fer servir d'altres programacions.
- S'ha d'evitar que les plaques dels aparells impactin entre elles, i llançar els pesos a terra de forma incontrolada.
- S'ha de recollir el material i descarregar les barres de pesos just després d'utilitzar-lo.
- No es pot moure el material d'una zona a l'altra de la sala.
- Durant la pausa de recuperació entre sèries, és obligatori cedir l'aparell si hi ha gent que està esperant.
- Pel que fa a les estacions cardiovasculars, si hi ha persones esperant, el temps màxim d'utilització serà de 20 minuts.
- És obligatori col·locar una tovallola entre el cos i l'aparell.
- S'ha d'eixugar la suor que hagi pogut quedar als aparells, sobretot als cardiovasculars. Es pot utilitzar el paper que hi ha a les sales.
- No s'hi pot exercir d'entrenador o entrenadora personal.
- Horari de la sala: dilluns a divendres de 7 a 22:45h, dissabtes de 9 a 19:45h i diumenges i festius de 9 a 13:45h

SALA D'ESPÍNING

- No està permesa l'entrada a la sala a menors de 16 anys, excepte a les sessions específiques organitzades pel centre.
- Cal que respecteu a cada moment les instruccions del personal tècnic encarregat de la sala.
- Les bicicletes s'adjudicaran per rigorós ordre d'arribada.
- És obligatori l'ús d'una tovallola per eixugar-se la suor.
- Cal hidratar-se durant la sessió.
- No es pot utilitzar la sala ni el material fora de les sessions programades.
- En acabar la sessió, s'ha d'eixugar la suor que hagi pogut quedar als aparells. Podeu utilitzar el paper que hi ha a la sala.
- S'ha d'abaixar el selló, pujar el manillar i baixar la resistència.
- No es poden canviar els pedals.
- No es poden canviar de lloc les bicicletes ni manipular-les.
- Cal que respecteu a cada moment les instruccions del personal tècnic encarregat de la sala.

PISTES POLIESPORTIVES

- Es pot utilitzar la pista, prèvia sol·licitud a la recepció.
- Per reservar les pistes cal presentar el carnet d'abonament a la recepció.
- Cal respectar escrupolosament els horaris d'utilització corresponents i no travessar les pistes quan s'hi estigui duent a terme alguna activitat.
- És imprescindible portar calçat i roba esportiva per tenir accés a les pistes.
- No es pot menjar ni fumar en tot el recinte esportiu.
- Caldrà tenir un comportament adequat. No tireu o deixeu papers o altres objectes a la pista, utilitzeu les papereres.
- No escopiu o tireu líquids al terra.

ROCÒDROM

- Aquest espai té una normativa específica, informeu-vos a recepció.

SOLÀRIUM

- Els menors de 14 anys hauran d'anar amb una persona adulta.
- És obligatori dutxar-se abans de fer ús de la piscina, sauna, bany de vapor i piscina d'hidromassatge després de fer ús del solàrium.
- Cal anar amb vestit de bany, sabatilles de bany i tovallola.
- No es pot entrar menjar ni beguda en envasos de vidre.
- Respecteu l'espai i el relaxament de tothom.
- No es pot jugar, córrer, fer soroll, etc. en aquesta zona.
- Utilitzeu les papereres.
- En cas que hi hagi gandules, cal deixar-les endreçades i fer ús de la tovallola.
- Respecteu l'horari.

VESTIDORS

- Es podrà gaudir d'armariets d'ús puntual alguns dotats amb un pany portamonedes retornable, o amb un cadenat que es podrà adquirir a la recepció, per guardar-hi les pertinences.
- Cal deixar els armariets lliures una vegada acabada l'activitat. Al final de la jornada es procedirà a l'obertura dels armariets i el material que s'hi trobi es dipositarà a objectes perduts.
- En cas de pèrdua de la clau cal avisar el personal de la instal·lació i abonar la tarifa corresponent en cas de reposició.
- No està permès dur a terme cap operació d'higiene personal (depilar-se, tallar-se les ungles, tenyir-se, afaitar-se...) o qualsevol altra operació d'estètica en tot el recinte.
- No deixeu res fora dels armariets, ni mentre feu activitats ni quan us dutxeu, tingueu cura de les vostres pertinences en tot moment.
- Respecteu les altres persones usuàries.