MAPUCHE COUNTRY CLUB

ASOCIACION CIVIL

Acceso Norte Ramal Pilar Km. 48 // Ruta 8 Km. 47,500 (B1630CFA) Pilar, Bs. As.
Call Center: 0230-4315370 / E-Mail: institucional@mapucheclub.com.ar

REGLAMENTO DE USO DE LA SALA DE MUSCULACION - GIMNASIO

SOBRE EL USO GENERAL DE LAS INSTALACIONES DEL SUM, BAÑOS,

VESTUARIOS Y GIMNASIO

- Está prohibido el ingreso con animales de cualquier clase o especie, la ingesta de cualquier tipo de alimentos o bebidas (excepto agua o bebidas hidratantes) y fumar cualquier tipo de cigarro, incluyendo electrónicos.
- Es obligatorio el uso de vestimenta deportiva acorde, quedando terminantemente prohibido entrenar con el torso descubierto, descalzo o con calzado inadecuado para la práctica deportiva. El calzado debe estar limpio, libre de polvo, estiércol y/o pasto**.**
- Dentro de las instalaciones del gimnasio, SUM, baños y vestuarios, se permite tomar fotografías personales, siempre y cuando no incluyan a otros usuarios ni al personal de Mapuche C.C.; el usuario es responsable de cualquier violación a esta disposición**.**
- Es obligatorio el uso de toalla/toallón personal en el sector de duchas.
- No se permite dejar objetos personales en las áreas del gimnasio o SUM**.** Mapuche C.C. no se responsabilizará por su pérdida**.**
- Es obligatorio disponer de su propia bebida hidratante o de una botella para llenar con agua del dispenser. No se ofrecerán vasos descartables para reducir residuos plásticos**.**

POLÍTICA DE MÚSICA

- Se recomienda el uso de auriculares personales para escuchar música durante los entrenamientos.

REGULACIÓN PARA HORAS PICO

- **Definición de horas pico**: Se consideran horas pico los períodos con mayor afluencia de usuarios, típicamente de 6 a 9 hs y de 18 a 21 hs, de lunes a viernes.
- **Sistema de reservas**: El Club podrá implementar un sistema de reservas para el uso de equipos específicos durante las horas pico. Estas reservas podrían gestionarse a través de la aplicación del club o mediante atención al socio.
- **Límite de tiempo**: Durante las horas pico, se podría establecer un límite de tiempo para el uso de equipos cardiovasculares y de fuerza, con el fin de garantizar el acceso equitativo para todos los usuarios.
- **Notificaciones de afluencia**: El Club podrá notificar a los usuarios sobre los horarios de mayor afluencia mediante cartelería en el gimnasio y notificaciones en la aplicación del club.

USO ESPECÍFICO DEL SECTOR DE GIMNASIO

- El gimnasio es de uso exclusivo para los socios del Club a partir de los 16 años, debiendo contar con autorización de padre, madre o tutor hasta cumplidos los 18 años (Ver Anexo I). El mismo deberá presentarse en el Club House a fin de finalizar el proceso de validación del acceso del menor al Gimnasio.
- Los días y horarios de uso del gimnasio son de lunes a domingo de 6 a 00 hs**.** Mapuche C.C. podrá modificar el horario o cerrar el sector por trabajos de reparación, mantenimiento, remodelación o necesidades operativas, notificando a los usuarios por los medios oficiales de comunicación y/o cartelería**.**
- No se permite retirar elementos del gimnasio. Quien incurra en esta falta será sancionado según el Estatuto Social y se le prohibirá el uso del sector.

- Es obligatoria la presentación de un certificado médico original de aptitud física al momento de la inscripción, con validez de un año**.** Vencido el plazo, el acceso será inhabilitado hasta la renovación del certificado**.**
- El uso del gimnasio es bajo riesgo propio. Los usuarios son responsables de cualquier daño y/o lesión sufrida, y aceptan que Mapuche Country Club no responde por estos.
- Con autorización previa, los usuarios en tratamiento de fisioterapia podrán ingresar acompañados por profesionales especializados, sin que estos puedan usar las instalaciones o equipos**.**
- Los socios pueden ingresar con su entrenador personal previo pago del cargo correspondiente a no socios.
- Ingreso con Personal Trainer Privado**:**
    - Los socios que ingresen con su personal trainer privado deberán abonar un abono mensual equivalente a No Socio (o un fee diario) por el uso de las instalaciones por parte del entrenador, según lo establezca la Comisión Directiva (CD).
    - La implementación del abono mencionado será regulado por la Comisión Directiva.
    - El personal trainer deberá respetar todas las normas y reglamentaciones del gimnasio.
- Los usuarios deben informar cualquier daño a las instalaciones o equipos a la Intendencia (intendencia@mapucheclub.com.ar) o a Atención al Socio (atencionalsocio@mapucheclub.com.ar).
- El ingreso al gimnasio es a través de la plataforma que el Club utilice para tal fin, de a un usuario a la vez. El acceso múltiple bajo un mismo registro será sancionado**.**
- El abono mensual para socios activos será de $ 25.000.- y del doble en el caso de inquilinos de socios y de los No Socios. La renovación es automática, salvo notificación expresa de baja a través del formulario correspondiente. *(El monto mencionado será pasible de modificaciones por ajustes de expensas).*
- Las toallas de mano deben dejarse en el cesto para toallas sucias al finalizar**.** La pérdida de toallas será debitada automáticamente en las expensas del socio responsable**.**
- Los discos, mancuernas, barras y otros elementos deben devolverse a su lugar al finalizar su uso.
- Las máquinas y pesas deben usarse suavemente, sin golpear las placas ni dejar caer las pesas bruscamente.
- El uso de bicicletas está limitado a 20 minutos por usuario.
- Es obligatorio secar la transpiración de los equipos utilizados.
- Si es el último usuario, debe asegurarse de apagar aires acondicionados, TV y luces**.**
- Guardar en su lugar todos los elementos utilizados. Colaborar con los demás usuarios para que puedan encontrar los elementos. Si encuentra una barra cargada al terminar el ejercicio, por favor, descárguela**.**
- No golpear, soltar o dejar caer barras, mancuernas u otros elementos al piso para evitar roturas. En las máquinas con ladrillos o poleas, no soltar la carga nunca. El gimnasio y sus elementos son propiedad de todos. La pérdida de elementos será debitada automáticamente al socio responsable**.**
- Usar ropa adecuada y limpia, no ingresar con zapatillas con barro, limpiar bancos y aparatos al terminar de usarlos, respetar los tiempos en el uso de bicicletas fijas**.**

Recomendaciones para la salud:

- Realizar una entrada en calor previa al ejercicio y una elongación posterior.

- Al finalizar una rutina de pesas, hacer 15 minutos de ejercicio aeróbico.
- Trabajar con pesos entre el 60% y 80% de los máximos.

USO ESPECÍFICO DEL ESPACIO DENOMINADO SUM

- El salón es para uso exclusivo de clases grupales en horarios establecidos. No se permite el uso del salón fuera de estos horarios.
- No se permite el uso de dispositivos electrónicos durante las clases.
- No se permite ingresar con mancuernas, pesas u otros accesorios deportivos sin autorización del profesor.
- Las clases tienen un cupo limitado. El control de cupo está a cargo del profesor.
- Los horarios pueden cambiar según necesidades operativas y se informarán a través de medios oficiales.
- Es obligación de los usuarios mantener limpio el espacio del SUM y devolver el material utilizado a su lugar.

CONDUCTA Y SANCIONES

- **Prohibiciones y Conducta**:
    - Está prohibido gritar, utilizar lenguaje ofensivo o perturbar a otros usuarios con comportamientos inapropiados dentro del gimnasio y áreas comunes.
- **Ingreso y Control de Acceso**:
    - El ingreso al gimnasio se realizará mediante reconocimiento facial.
    - Cada socio debe asegurarse de que solo él o ella ingrese al gimnasio con su reconocimiento facial.
    - Si un socio permite el ingreso de una o más personas que no pagan el abono del gimnasio utilizando su reconocimiento facial, será sancionado con una multa equivalente al abono mensual por cada persona adicional que haya ingresado.
    - Esta conducta será verificada mediante las cámaras de seguridad instaladas en el gimnasio.
    - Además del cobro debitado por expensas, esta conducta será elevada al Tribunal de Conducta para la aplicación de sanciones adicionales según lo dispuesto en el Estatuto Social.
- **Sanciones**:
    - **Daños a Equipos e Instalaciones**: Cualquier daño causado a los equipos o instalaciones deberá abonarse inmediatamente, y el costo se incluirá en el cobro de expensas del responsable.
    - **Acciones Correctivas**: Las violaciones a estas normas serán elevadas al Tribunal de Conducta para la aplicación de sanciones adicionales según lo dispuesto en el Estatuto Social.

Muchas gracias
COMISIÓN DIRECTIVA
21/11/24

DEL REGLAMENTO DE USO DE LA SALA DE MUSCULACIÓN Y GIMNASIO

ANEXO I

AUTORIZACIÓN DE PADRE, MADRE O TUTOR PARA NIÑOS/JÓVENES DE 16 A 17 AÑOS INCLUSIVE

Por la presente, yo, ……., DNI Nº..... , domiciliado/a en ……..……..., en mi carácter de representante legal de ……..……., DNI Nº ....., con fecha de nacimiento ……/……/ ..... años, otorgo mi autorización expresa para que participe y haga uso de las instalaciones del gimnasio de Mapuche Country Club.

Declaro que:

1. He sido informado/a sobre las actividades, el equipamiento disponible y las condiciones generales de uso del gimnasio.

2. El menor se encuentra en condiciones físicas adecuadas para realizar las actividades permitidas, según el certificado médico que se adjunta.

3. Asumo plena responsabilidad por cualquier inconveniente, daño o lesión que pudiera ocurrir durante el uso de las instalaciones, salvo en caso de negligencia comprobada por parte del gimnasio.

4. Autorizo a que el menor realice las siguientes actividades: ……..……..

.....

Además, eximo a Mapuche Country Club, Asoc. Civil, y a su personal, de cualquier responsabilidad que pueda derivarse del uso inapropiado de las instalaciones por parte del menor, siempre que dichas actividades hayan sido realizadas fuera de las indicaciones proporcionadas por el personal o sin supervisión.

Firmo esta autorización a los …….. días del mes de …… del año ....., en la ciudad de Pilar, Pcia. de Buenos Aires.

FIRMA DEL PADRE/MADRE/TUTOR: _____

Nombre: _____

DNI: _____