

REGLAMENTO INTERNO DEL GIMNASIO

A continuación, se presenta el reglamento para el uso del gimnasio en la Conjunto **ALAMEDA DE LA TIBANICA PH.**

I. USUARIOS DEL GIMNASIO.

El gimnasio y sus equipos son para uso exclusivo de la comunidad Conjunto **ALAMEDA DE LA TIBANICA PH.**

1. Efectos de este Reglamento, se entiende por comunidad las personas que residen en las casas del Conjunto **ALAMEDA DE LA TIBANICA PH.** ya sea como tenedor o propietarios, así como los miembros de las familias de cada uno de ellos. (El propietario que da en arriendo su casa, sede todos los derechos del disfrute de esta área común)
2. La administración verificara en que condición se encuentran respecto a cuotas de administración, las personas que están haciendo uso del gimnasio (tenedor, propietario residente, o miembro del grupo familiar) y se encuentren en mora deberá el propietario firmar un acuerdo de pago o cancelar el total de la cuenta, así se pague una cuota por los servicios del gimnasio.
3. Podrán hacer uso del gimnasio, las personas mayores de 18 años, para los adolescentes entre los 15 y 18 años estos deben estar en compañía de sus padres y/o representantes, en caso no estar presentes se deberá firmar una autorización donde estos se harán responsables por el uso y práctica que hagan en el gimnasio, así como por los daños que puedan ocasionar a las instalaciones en máquinas y equipos.
4. La administración y el Consejo de Administración no serán responsables por los daños o lesiones que puedan sufrir ningún usuario por el uso del gimnasio.
5. El uso de los elementos del gimnasio y el patrón de las actividades físicas es absoluta responsabilidad de cada usuario, teniendo en cuenta las indicaciones del Profesional de la salud tratante, (medico, fisiatra, kinesiólogo, fisioterapeuta, etc.) y el tipo de rutina de ejercicios que pueda realizar.
6. El Gimnasio y sus instalaciones están destinados única y exclusivamente para la práctica de ejercicios y el uso racional de sus servicios, observando la reglamentación y procedimientos de uso respectivos, debidamente publicados dentro de dichas instalaciones.
7. Por su propia seguridad se prohíben los envases de vidrio o sin tapa, así como cualquier tipo de alimento en el gimnasio.
8. Cada Usuario deberá cancelar en efectivo, en la oficina de administración inicialmente. Estos valores podrán ser incrementados dependiendo de los requerimientos evaluados por el **Administrador y Consejo de Administración.**
9. Al ingresar al gimnasio, se debe diligenciar la planilla de control de ingreso, donde esta especificado: Bloque, Casa, Nombre y Edad.

CONSEJO DE ADMINISTRACION ALAMEDA DE LA TIBANICA

Email. consejoalamedadelatibonica@gmail.com

II. VESTIMENTAS Y EQUIPOS.

10. Al hacer uso de las instalaciones en todo momento se tendrá que utilizar ropa deportiva adecuada como, por ejemplo: Camisilla, Shorts, sudadera, Zapatos tenis, toalla etc.
11. Todo usuario del gimnasio debe utilizar una toalla para su uso personal, para limpiar el sudor y la humedad causada a las máquinas después de usarlas.
12. No está permitido el uso de trajes de baño para la práctica de cualquier disciplina dentro de las instalaciones del Gimnasio.
13. Al concluir su sesión, todo usuario debe acomodar los implementos de uso como: mancuernas, colchonetas, balones, entre otros. En los lugares destinados.

III. NORMAS DE USO E HIGIENE

14. Utilizar los implementos (Pesas, Multifuncionales, Bicicletas, Escaladoras, etc.) en forma racional, que facilite el uso al mayor número de usuarios. En ningún caso el tiempo de ocupación de las máquinas de ejercicios cardiovasculares podrá exceder de 30 minutos continuos por el mismo usuario, a menos que no existan usuarios en espera.
15. Los usuarios del gimnasio deben conservar las mínimas normas de higiene, utilizando toallas, protectores de papel o semicuerdo para mantener limpias de sudor las superficies de las maquinas luego de ser utilizadas.
16. En caso de existir música en el Gimnasio el nivel del volumen de esta deberá ser acorde y satisfactorio para todos los usuarios existentes en el mismo.

IV. PROHIBICIONES Y NORMAS

17. El gimnasio es un ambiente de salud y bienestar, por lo tanto, está prohibido introducir comidas, bebidas alcohólicas, alucinógenos, fumar dentro del mismo.
18. Está prohibido estar en las instalaciones del gimnasio en horarios no permitidos.
19. Al ingresar al gimnasio los usuarios deberán guardar la compostura y manejar un tono de voz adecuado.
20. Se prohíbe las charlas, ruidos que entorpezcan la actividad de los demás usuarios.
21. Durante la permanencia del gimnasio se deberá guardar disciplina.
22. Está prohibido ingresar a las instalaciones del gimnasio en estado de embriaguez o bajo efectos de drogas alucinógenas.
23. El usuario tiene prohibió practicar dentro del gimnasio con guayos de fútbol, sandalias, descalzo o zapatillas.
24. Está prohibido sacar del gimnasio elementos como colchonetas, mancuernas, balones o cualquier equipo que pertenezca a este sin previa autorización del administrador.
25. Los equipos deportivos no podrán movilizarse de un lugar a otro, manteniéndose ubicados en los lugares establecidos por la administración.

26. Queda prohibido arrojar pesas o mancuernas con violencia al piso.
27. Cada usuario será responsable de los objetos personales, la administración no se hará responsable de la pérdida de estos.
28. No es permitido el uso de grabadoras, radios ya que estos contaminan el ambiente sano que se vive en el área deportiva solo se podrá utilizar el respectivo equipo del gimnasio.
29. Las personas que NO cumplieran con estas obligaciones y normas no tendrán derecho a quejas y reclamos si se les negara o prohibiese el uso del recinto del gimnasio y se harán acreedoras de las sanciones estipuladas en reglamento y el manual de convivencia de la copropiedad.
30. Todas las personas tienen el deber de denunciar cualquier anomalía y mal uso del gimnasio con la vigilancia o en la administración para que se tome el respectivo correctivo, ayudando así al buen uso y cuidado de los equipos de nuestra copropiedad.
31. Se prohíbe el ingreso de armas y de mascotas.
32. Se prohíbe a las personas adultas asistir a la práctica deportiva con niños ya que estos pueden salir lesionados.
33. El incumplimiento del reglamento del gimnasio dará lugar a la suspensión de la utilización de este.
34. Las personas responsables del área son el Administrador y tienen la autoridad para hacer valer el reglamento, así como para pedirle a cualquier persona que abandone el gimnasio por no acatar estas disposiciones.

V. HORARIO DE GIMNASIO.

35. El horario del gimnasio será el siguiente, pero el administrador y el Consejo de Administración de la copropiedad podrán variarlo cuando así lo consideren conveniente.
 - Lunes a viernes de 6:00 am a 12:00 pm y 7:00 pm a 10:00 pm

VI. SUGERENCIAS

Se le sugiere a los usuarios del gimnasio que previamente consulten donde el médico, y soliciten asesoría de un instructor para que este le de las respectivas recomendaciones y le haga un plan de trabajo.

El no cumplimiento se considera falta grave y dará lugar a la imposición de multas a partir de dos cuotas de administración y/o la **PERDIDA DEFINITIVA DE LA ZONA DURA ASIGNADO**, (ver sanciones por incumplimiento de obligaciones no pecuniarias, reglamento de propiedad horizontal).

Las sanciones y multas que sobrevengan por ocasión del incumplimiento del reglamento de propiedad horizontal, manual de convivencia y demás normas una vez agotado el debido proceso

CONSEJO DE ADMINISTRACION ALAMEDA DE LA TIBANICA

Email. consejoalamedadelatibonica@gmail.com

serán cargadas a la cartera teniendo en cuenta que será responsabilidad del propietario de la vivienda la cancelación de estas.

Este manual empieza regir desde el momento de su aprobación y divulgación.

Sin otro particular;

CONSEJO DE ADMINISTRACIÓN

Conjunto Alameda de la Tibanica

Nota: Este reglamento se aprueba el día 24 de octubre del 2023. Estipulado en el acta de consejo N°11