

KINETIC CENTER

REGLAMENTO INTERNO DE USO DE INSTALACIONES Y PARTICIPACIÓN EN CLASES

El presente reglamento tiene como objetivo garantizar la seguridad, el orden y el respeto dentro de Kinetic Center, asegurando una experiencia positiva para todos los usuarios.

1. Normas Generales

- El acceso a las sesiones de entrenamiento está permitido únicamente a personas previamente agendadas y con paquete de clases vigente.
- Se deberá firmar la carta responsiva antes de participar en cualquier actividad.
- El uso de las instalaciones implica la aceptación y cumplimiento de este reglamento.
- Mantener una actitud de respeto hacia instructores, personal y demás usuarios.
- Está prohibido ingresar bajo los efectos de alcohol, drogas o sustancias que alteren las capacidades físicas o mentales.
- No se permite fumar dentro de las instalaciones.
- Se prohíbe el uso de lenguaje ofensivo o conductas agresivas.
- Toda lesión o accidente deberá reportarse inmediatamente al personal.

2. Normas de Seguridad en el Uso de Equipos

- **Bicicleta Estacionaria (Spinning®):**
 - Ajustar la bicicleta antes de iniciar, verificando asiento, manubrio y resistencia.
 - Usar calzado deportivo cerrado; se recomienda pedal con cala o tenis con suela rígida.
 - se recomienda el uso de toalla para mantener las manos secas al sujetar el manubrio.
 - No soltar el volante mientras esté en movimiento.
 - Seguir el ritmo y las indicaciones del instructor para evitar sobreesfuerzo.
- **Pelota UGI**
 - Verificar que el área esté libre de obstáculos antes de lanzar o recibir la pelota.
 - Usar técnica correcta al levantar, empujar o lanzar para evitar lesiones.
 - No utilizar pelotas dañadas o con desgaste excesivo.
- **Entrenamiento funcional con el propio peso corporal (Animal Flow):**
 - Asegurar que el piso esté libre de objetos que puedan provocar caídas.
 - Respetar el espacio personal de cada usuario.
 - Mantener el control del movimiento y la postura en todo momento.

3. Higiene y Orden

- Utilizar toalla personal para secar el sudor del equipo después de su uso.
- Limpiar y desinfectar el equipo con el material provisto por el centro.
- Mantener la ropa deportiva limpia y adecuada a la actividad.
- Guardar botellas, mochilas y objetos personales en los espacios asignados.
- No se permite comer dentro de las áreas de entrenamiento.

4. Responsabilidad del Usuario

- Escuchar y acatar las indicaciones de los instructores.
- Respetar los horarios de las clases y llegar puntualmente.
- Informar previamente al instructor sobre cualquier lesión, condición médica o limitación física.
- Utilizar los equipos únicamente para su función específica.

5. Sanciones

- El incumplimiento de este reglamento puede derivar en:
 - - Amonestación verbal.
 - - Suspensión temporal del acceso.
 - - Cancelación definitiva de la membresía sin reembolso.

Fecha de emisión: ____/____/____

Firma de conformidad: _____

Nombre completo: _____