



CENTRO
TERMOLÚDICO
CASCANTE



NORMAS DE LA SALA DE FITNESS

- ❖ La Sala de Fitness es de **uso exclusivo para los usuarios con abono anual, de mes o de fin de semana.**
- ❖ Los usuarios **menores de 16 años no tienen acceso** al uso de la Sala de Fitness.
- ❖ Todo usuario de la Sala de Fitness, debe rellenar el **Informe Psico - Físico** proporcionado por el Monitor de Sala.
- ❖ Todo usuario de la sala, debe de **ir provisto de una toalla** al utilizar tanto los aparatos de fuerza como las máquinas cardiovasculares.
- ❖ Para acceder a la sala, es necesario el uso de **ropa y calzado deportivo**. No se permite calzado con suela negra.
- ❖ No se permite el acceso a la Sala de Fitness de **bolsos, mochilas, abrigos**, etc. Utilice las consignas de los vestuarios habilitadas a tal efecto.
- ❖ Las máquinas cardiovasculares (bicicletas, remos y cintas) sólo podrán ser **utilizadas por un periodo máximo de 15 minutos** en los horarios de máxima afluencia, en los que todas las máquinas se encuentren ocupadas.
- ❖ Durante el tiempo de recuperación entre series, se deberá **ceder el aparato** a otro usuario que este esperando.
- ❖ El **horario de monitor de sala presencial podrá sufrir modificaciones**, las cuales serán anunciadas con antelación.
- ❖ El **horario de cierre de la Sala de Fitness es media hora antes del cierre general del centro.**