

Regolamento interno

Il Socio si impegna a rispettare il presente regolamento interno e si obbliga ad osservare le indicazioni del personale di servizio in palestra. Il presente regolamento esplicita le norme essenziali per la buona esecuzione dell'adesione sottoscritta tra il Socio e ASD Fit For Fight. Ne consegue che ogni violazione delle presenti norme costituisce violazione essenziale del patto stipulato e, pertanto, costituisce giusta causa che legittima ASD Fit For Fight a recedere immediatamente dal patto con il Socio.

0. Norme generali Durante la permanenza all'interno della palestra e dei locali di servizio il Socio si attiene alle norme comuni di buona educazione, di moralità e di correttezza. In particolare il Socio cerca di evitare di arrecare disturbo agli altri utenti. Sono espressamente vietati urli e schiamazzi, ansimi a voce alta durante l'allenamento ed è altresì vietato qualsiasi atteggiamento non consono o che rechi disturbo ai soci, in particolare odori sgradevoli, abbigliamento inappropriato (ad es. scollature, canottiere da bodybuilding, magliette stracciate, jeans lunghi, petto nudo) o comunque esteticamente non rispondente allo standard della palestra ASD Fit For Fight. Per frequentare la palestra è obbligatorio indossare un abbigliamento idoneo, scarpe da ginnastica pulite e un asciugamano. La palestra e gli attrezzi ivi disponibili sono destinati unicamente ad un uso non agonistico. I Soci si impegnano a non effettuare allenamenti sportivi non consoni alle loro capacità e/o al loro stato di salute e di preparazione. È fatto divieto ai Soci di svolgere nella palestra ogni genere di gara, competizione o qualunque attività simile, a meno che questa non sia organizzata dalla Struttura stessa. È altresì vietato l'utilizzo dell'attrezzature al fine di attività quali il Powerlifting (stacchi da terra e squat) al di fuori delle aree appositamente dedicate oppure sollevamento pesi olimpico (girate, strappi). È inoltre vietato il sollevamento di carichi eccessivi che possano compromettere la sicurezza degli utenti o del personale di ASD Fit For Fight o l'integrità degli attrezzi, ivi inclusi i bilancieri.

1. Badge di accesso. L'accesso alla palestra è permesso ai soli Soci dotati di apposito badge, in conformità alla validità ed al tipo di abbonamento sottoscritto. Il badge di accesso può essere usato per l'accesso solamente dall'intestatario e non è in alcun caso trasferibile ad altre persone o a familiari, in caso di contestazione di cessione del badge a terzi l'associazione si riserva di bloccare immediatamente i soci e valutarne l'eventuale espulsione. Il Socio si impegna a comunicare immediatamente al personale di servizio della ASD Fit For Fight lo smarrimento del Pass di accesso e nel caso pagherà il secondo badge € 5,00 , per evitarne ogni abuso.

2. Uso delle attrezzature – Responsabilità ASD Fit For Fight mette a disposizione del Socio le attrezzature per l'allenamento presenti nella palestra. Il Socio può liberamente usufruirne nella misura e con i limiti previsti dal presente regolamento interno. L'uso delle apparecchiature del centro, così come tutti gli esercizi eseguiti dal Socio, avvengono sotto l'esclusiva responsabilità di quest'ultimo o, in caso di minorenni, del proprio legale rappresentante e/o di chi li accompagna. Il Socio, nell'esecuzione degli esercizi, si attiene alle indicazioni impartite nella propria scheda di allenamento (app) concordata con il responsabile tecnico sportivo di ASD Fit For Fight , si attiene alle indicazioni riportate nelle “tabelle informative” affisse presso ciascun attrezzo o macchinario. E' severamente vietato eseguire programmi di allenamento/esercizi non autorizzati dal personale tecnico di sala. Solo un uso corretto delle attrezzature garantisce un allenamento in sicurezza. È fatto divieto di usare, e ASD Fit For Fight declina in merito ogni responsabilità, le attrezzature sportive per scopi o con modalità diverse da quelle standard o comunque in modo difforme da quanto previsto. È fatto divieto di tenere occupati i macchinari per un tempo superiore a quello di esecuzione degli esercizi. È del pari vietato l'utilizzo di più attrezzi (ivi inclusi i manubri) contemporaneamente. In particolare in relazione all'allenamento con pesi, il Socio è reso edotto dal gestore che l'uso degli strumenti predetti può comportare – in particolare, ma non soltanto, in caso di uso scorretto – danni fisici, anche significativi, all'utente. Per soggetti con malattie pregresse o giovani/adolescenti, il Socio è consapevole che i rischi sono accentuati.

3. Igiene e abbigliamento. Per motivi di igiene, il Socio è tenuto ad appoggiare un asciugamano personale sull'attrezzo utilizzato durante il proprio allenamento, quale barriera tra il corpo e l'attrezzo. Il personale di ASD Fit For Fight è autorizzato a segnalare il Socio in caso di mancato rispetto di tale norma. Agli utenti è fatto divieto di indossare oggetti che possono diventare pericolosi durante le attività nella palestra, quali, a mero titolo esemplificativo, orecchini, fermagli, spille, collane, bracciali. Gli spogliatoi per i soci devono essere lasciati in ordine e puliti.

4. Uso dei macchinari. Al termine dell'utilizzo di un macchinario si invita a riporre gli attrezzi con ordine, ed in particolare a sistemare correttamente manubri, bilancieri e pesi. Gli attrezzi non possono essere prenotati o occupati senza esservi presenti. Durante le pause tra le serie di allenamento di un utente, gli attrezzi possono

essere usati da altri utenti. In tal caso l'asciugamano deve essere tolto dall'attrezzo. Per motivi di responsabilità e di sicurezza sono inoltre vietate la sovrapposizione di più panche e la costruzione di improvvisate strutture da allenamento. Il socio è tenuto ad informare tempestivamente ASD Fit For Fight in caso di guasti alle attrezzature o difetti che riscontrasse. Eventuali danni arrecati alle attrezzature, agli impianti ed alla struttura, per negligenza o per inosservanza delle presenti disposizioni, dovranno essere indennizzati dai responsabili immediatamente e comunque prima di lasciare la palestra.

5. Norme di sicurezza, Per motivi di sicurezza è vietato introdurre nell'area fitness oggetti di vetro o qualsiasi tipo di attrezzo o strumento personale del Socio.

6. Oggetti personali, Si consiglia di avere cura dei propri oggetti di valore. Non è permesso portare borse o zaini in sala pesi e fitness. ASD Fit For Fight non si assume nessuna responsabilità per oggetti smarriti. Nella palestra sono a disposizione dei soci degli armadietti gratuiti nello spogliatoio: essi non sono a prova di scasso. Questi armadietti devono essere serrati dal Socio tramite un lucchetto personale. Il Socio è tenuto a lasciare liberi gli armadietti una volta terminato l'allenamento. Eventuali armadietti occupati abusivamente saranno aperti e il contenuto sarà smaltito. ASD Fit For Fight mette, altresì, a disposizione dei propri soci alcuni armadietti "salva-valori" nei locali della palestra. ASD Fit For Fight non si assume responsabilità alcuna per abbigliamento, accessori o denaro smarriti, nonché per oggetti personali riposti negli armadietti.

7. Buon comportamento del Socio e responsabilità ASD Fit For Fight si riserva la facoltà di allontanare immediatamente dalla palestra e risolvere immediatamente il contratto in caso il Socio faccia un uso improprio o inappropriato di qualsiasi attrezzo o macchinario o dotazione del centro (ivi inclusi gli arredi, le docce, i lavandini, gli armadietti) ovvero qualora lo stesso commetta comportamenti astrattamente riconducibili a fattispecie di reato, ovvero proferisca minacce o insulti, a danno tanto della palestra o dei collaboratori, così come di altri Soci. Nei citati casi, oltre all'espulsione immediata del socio, il socio sarà tenuto a rimborsare a ASD Fit For Fight tutti i danni subiti e a corrispondere alla stessa una penale di € 200 a titolo di provvisoria e forfettaria anticipazione del risarcimento.

8. Cibi e bevande. Divieto di fumo E' consentito portare bevande dall'esterno solamente se contenute in bottiglie di plastica, sigillabili con tappo. Per ovvi motivi, non è consentito portare cibi o pasti da casa e consumarli nella sala attrezzi, nelle sale fitness e spogliatoi. E' assolutamente vietato fumare in qualsiasi locale interno alla palestra ASD Fit For Fight.

9. Orari, è obbligo del socio rispettare gli orari di apertura e chiusura del centro. E' inoltre obbligatorio liberare le sale al termine della lezione che si sta frequentando in modo da non intralciare il planning delle sale e quindi il regolare svolgimento delle lezioni successive. E' severamente vietato ai soci l'utilizzo dell'area functional durante lo svolgimento dei corsi (come da planning stagionale pubblicato sul sito www.trigoriasportcenter.com), è altresì vietato disturbare la lezione nell'area functional per l'utilizzo o lo spostamento delle attrezzature mobili (quali Kettlebell, Flowbag, Clubs, Hand-ball, medical-ball, bilancieri, bumpers, Jump-Box, ecc..).

10. Sospensione dell'abbonamento ASD Fit For Fight offre ai Soci sottoscrittori di abbonamento annuale standard la possibilità di sospenderlo non più di una volta l'anno per un periodo di 30 gg. consecutivi. Da inoltre la possibilità ai soci sottoscrittori di abbonamento annuale/semestrale Flex la possibilità di sospenderlo per un massimo di tre volte l'anno per un periodo di 30 gg consecutivi. Entrambe le sospensioni devono avvenire attraverso l'area personale presente sul sito www.trigoriasportcenter.com (accedi) richiedendo in reception le credenziali di accesso qualora non siano state già comunicate in sede di iscrizione dalla segreteria.

11. Sanzioni I trasgressori alle norme e regole di buona convivenza e condotta all'interno della palestra verranno prontamente espulsi ed il loro contratto sarà risolto dalla ASD Fit For Fight, la quale potrà trattenere tutti i pagamenti sino a quel momento effettuati dal Socio, salvo il risarcimento del maggior danno.

ASD Fit For Fight.