

## **REGOLAMENTO DI UTILIZZO DELL'IMPIANTO**

**CERTIFICAZIONE MEDICA:** Per accedere ai servizi di SOMALIA SPORT CLUB, tutti gli utenti al di sopra dei 6 anni devono essere in possesso di regolare certificato medico di idoneità all'attività sportiva non agonistica, agonistica o di un certificato di attività ludico motoria, rilasciato dal proprio medico di medicina generale o medico sportivo. La società può impedire in ogni momento l'accesso al centro all'utente che non abbia fornito il predetto certificato.

Il certificato medico consegnato dovrà essere rinnovato obbligatoriamente entro 12 mesi dalla data del rilascio da parte del medico.

**BADGE ELETTRONICO:** Per ragioni di sicurezza, oltre che di corretta ed efficace gestione dell'impianto, è installato un controllo accessi con tessera elettronica che consente la verifica dell'identità e della posizione amministrativa del frequentatore. È fatto pertanto obbligo dell'uso della propria tessera magnetica per l'accesso alla struttura nonché alle aree interne dotate di controllo accessi. SOMALIA SPORT CLUB si riserva in ogni momento di bloccare l'accesso alla struttura, o soltanto ad una o più zone interne della stessa, qualora la posizione amministrativa dell'utente risulti non essere in regola per la frequentazione. La tessera elettronica verrà consegnata al momento dell'iscrizione in comodato d'uso, dietro versamento di una cauzione pari ad € 5,00 che verrà restituita, su richiesta, dietro riconsegna della tessera. Essa verrà rilasciata al frequentatore a titolo esclusivamente personale e non è cedibile a terzi per alcun motivo. Il rifiuto reiterato all'utilizzo della tessera magnetica, nonché l'uso inappropriato da parte di persone diverse dall'intestatario, potrà determinare la sospensione o l'annullamento incondizionato dell'abbonamento da parte della direzione, senza alcun obbligo di restituzione delle somme già corrisposte che verranno trattenute a titolo di penale.

**ISCRIZIONE:** L'accesso alla struttura è subordinato alla sottoscrizione di una quota di iscrizione annuale. In caso di mancato acquisto o ritardato rinnovo, la direzione si riserva di impedire o sospendere temporaneamente la frequentazione del centro sportivo fino alla regolarizzazione della posizione.

**LIMITAZIONI:** In ragione della tipologia dei servizi offerti e del livello di impegno cardiovascolare necessario per il corretto svolgimento delle stesse, la frequentazione dell'impianto è consentita ad un'utenza di età non inferiore ai 16 anni (fatto salvo in occasione della Scuola Nuoto o di altre attività specifiche per bambini e ragazzi) ed in ogni caso che sia nelle piene facoltà fisiche per svolgere attività ad impatto fisico medio-alto.

**ASSENZE, RECUPERI E VARIAZIONE DELLA PROGRAMMAZIONE:** In caso di impossibilità alla frequentazione per motivi non documentabili con certificazione medica specialistica, l'assenza non potrà essere recuperata né il frequentatore potrà pretendere la restituzione dell'importo versato, così come per i corsi fitness nei giorni di fermo attività, salvo i casi ove ciò è consentito. Dietro presentazione di suddetta certificazione, il periodo massimo di recupero è fissato in mesi 2.

Nell'arco della stagione sportiva la programmazione dei corsi di fitness ed acquafitness può subire variazioni o cancellazioni a seguito di diverse esigenze della società, senza che ciò dia luogo a recuperi né rimborsi. Salvo casi eccezionali, le modifiche alla programmazione saranno preventivamente e debitamente comunicate.

**ARMADIETTI:** SOMALIA SPORT CLUB non risponde dell'eventuale sottrazione o danneggiamento di oggetti o valori lasciati incustoditi sia all'interno che all'esterno degli armadietti. Per ciascun cliente è fatto obbligo di utilizzo di un lucchetto personale.

L'utilizzo degli armadietti è gratuito e a titolo giornaliero.

Quelli rinvenuti chiusi al di fuori dell'orario di apertura del centro saranno aperti e vuotati. Per ragioni di sicurezza si invitano i frequentanti a riporre i propri oggetti di particolare valore negli appositi box posti all'ingresso del centro sportivo.

**ACCESSO ALLA VASCA:** Per l'ingresso in piscina è obbligatorio l'uso della cuffia (anche per le lezioni di acquafitness) e l'utilizzo della doccia prima dell'accesso. Per il nuoto libero e l'attività di acquafitness è obbligatoria la prenotazione.

**ACCESSO ALLA ZONA BENESSERE:** Si invita a prendere visione del regolamento specifico consultabile all'ingresso della stessa.

**ACCESSO ALLA SALA PESI E ALLE SALE CORSI:** L'accesso è consentito con scarpe ad utilizzo esclusivamente interno. Per garantire la migliore igiene e nel rispetto degli altri, gli utenti sono tenuti ad utilizzare un proprio asciugamano durante l'allenamento in sala pesi o nelle sale corsi. In caso di utilizzo di manubri, pesi, step, tappetini, come di qualsiasi ulteriore attrezzo presente nelle sale, si invita la clientela a riporre ciascuno di essi nei supporti o nelle aree ad essi dedicati dopo l'uso.

**ORARI DI INGRESSO ED USCITA DAL CENTRO SPORTIVO:** Si invitano tutti i soci a rispettare gli orari di ingresso ed uscita dal centro sportivo: dal lunedì al venerdì dalle 7:00 alle 22:30, il sabato dalle 9:00 alle 18:30 e la domenica dalle 9:00 alle 14:00. I possessori di abbonamenti a fascia oraria o di scuola nuoto, sono invitati in particolar modo al rispetto della puntualità.

**CONDOTTA ALL'INTERNO DEL CENTRO SPORTIVO:** La società SOMALIA SPORT S.R.L. persegue la finalità di promuovere e diffondere a tutti i livelli l'attività sportiva amatoriale agonistica e non.

L'impianto Somalia Sport Club è dotato del presente regolamento interno che deve intendersi integralmente accettato al momento della sottoscrizione del corso/abbonamento/ingresso giornaliero ed ad ogni effetto vincolante. La direzione si riserva di sospendere o annullare incondizionatamente l'abbonamento per motivi disciplinari qualora la condotta di un socio all'interno del centro leda l'armonia interna e sia ritenuta violenta, volgare, discriminatoria, oltraggiosa o oltremodo aggressiva.

# Sala Pesi

## REGOLAMENTO

### ACCESSO E COMPORTAMENTO

- L'accesso è consentito solo agli utenti autorizzati.
- È obbligatorio mantenere un comportamento rispettoso verso gli altri.
- Non sono ammessi schiamazzi, linguaggio offensivo o atteggiamenti pericolosi. E' raccomandato mantenere un tono di voce adeguato durante l'utilizzo del cellulare.

### ABBIGLIAMENTO

- È obbligatorio indossare abbigliamento sportivo adeguato.
- Le scarpe devono essere chiuse e pulite.
- È richiesto l'uso dell'asciugamano personale durante l'allenamento.

### UTILIZZO DELLE ATTREZZATURE

- Usare correttamente macchinari e pesi.
- Non monopolizzare le attrezzature e alternarsi quando richiesto.
- Dopo l'uso, riporre sempre i pesi al proprio posto.

### IGIENE

- Pulire panche e attrezzi dopo ogni utilizzo.
- Gettare rifiuti negli appositi contenitori.
- È consigliato l'uso di disinfettanti messi a disposizione.

### SICUREZZA

- Allenarsi nel rispetto delle proprie capacità fisiche.
- In caso di infortunio o malessere, avvisare subito il personale.
- È vietato utilizzare attrezzature in modo improprio.

### DIVIETI

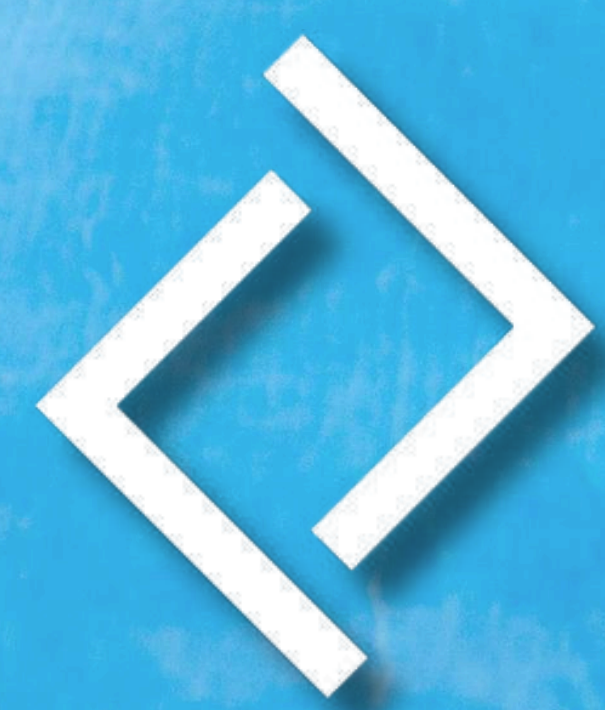
- Vietato fumare o consumare alcolici.
- Vietato introdurre oggetti pericolosi.
- È vietato portare il borsone in sala pesi: deve essere riposto negli armadietti utilizzando un lucchetto personale.
- Non è consentito l'accesso a persone non autorizzate.

### RESPONSABILITÀ

- La direzione non risponde di oggetti personali smarriti o lasciati incustoditi.
- Ogni utente è responsabile dei danni causati alle attrezzature.

### RISPETTO DEGLI ORARI

- Attenersi agli orari di apertura e chiusura.
- Lasciare la sala in ordine al termine dell'allenamento.



SOMALIA  
SPORT CLUB

# Piscina

## REGOLAMENTO GENERALE

L'orario di apertura è:

- dal lunedì al venerdì dalle 7:00 alle 22:00
- il sabato dalle 9:00 alle 18:00
- la domenica dalle 9:00 alle 13:30
- Per accedere in acqua è obbligatorio l'uso della cuffia
- È vietato introdurre cibo sul bordo vasca
- È vietato introdurre oggetti di vetro o simili
- Gli utenti sono pregati di mantenere sempre un comportamento rispettoso nei confronti degli altri soci. Eventuali comportamenti ritenuti non adeguati, volgari o aggressivi, che disturbino la quiete altrui, possono essere puniti con l'allontanamento
- Sono vietati urla e schiamazzi
- **È vietato tuffarsi**
- **È obbligatorio fare la doccia prima di entrare in vasca**
- È obbligatorio, per il nuoto libero, indossare costumi sportivi adeguati
- È obbligatorio l'uso delle ciabatte sul bordo vasca
- **Il personale di turno ha pieno potere decisionale e ha l'obbligo di far rispettare il presente regolamento. Le indicazioni fornite dal personale devono essere sempre rispettate.**

## REGOLAMENTO NUOTO LIBERO

- Il nuoto libero è un servizio su prenotazione. Qualora un socio non fosse prenotato nell'orario in cui è presente e la vasca risultasse piena, l'assistente bagnanti dovrà farlo uscire
- La permanenza consentita in acqua è di massimo 2 ore
- È consentito nuotare a massimo 4 persone per corsia
- È vietato l'uso delle pinne lunghe
- L'uso delle palette è consentito solo se si è un massimo di due per corsia
- Nelle corsie 2, 3 e 4 si pratica nuoto libero suddiviso per livelli
- Nella corsia 1 è possibile effettuare esercizi e camminata in acqua solo se consentito dall'assistente bagnanti
- Scegliere sempre la corsia adatta al proprio livello:
  - corsia 1: principianti
  - corsie 2 e 3: avanzati
  - corsia 4: intermedi
- Rispettare la destra per evitare scontri
- È vietato entrare in acqua con cerotti, creme per il corpo, oli, gomme da masticare, occhiali da vista, orologi, anelli o qualsiasi oggetto che possa arrecare danno a sé stessi, agli altri o compromettere la pulizia dell'acqua