

Normativa Actividad Física Integral (A.F.I.), según la normativa de uso y funcionamiento CAPÍTULO II. ARTÍCULO 7. <http://deportes-torrejón.com/index.php/normativas>

Es imprescindible el uso de ropa y calzado deportivo adecuado (no se permite el uso de chancas, sandalias). El uso de calzado con calas debe restringirse tan sólo a las clases de ciclo indoor. (riesgo lesión por enganchones suelo y deterioro pavimento).

La temperatura de la sala se regulará como temperatura de confort según criterios técnicos. El acceso a la apertura y cierre de ventanas es competencia exclusiva del monitor de sala.

Es obligatorio seguir las indicaciones del personal de la instalación existan o no carteles que reflejen la norma que nos indica.

Las clases colectivas tienen un número limitado de plazas. Para poder acceder a ellas se deberá recoger una tarjeta que el monitor empezará a entregar 15 minutos antes del comienzo de la clase. Sólo se podrá recoger una tarjeta por persona. La tarjeta es personal y no se podrá ceder a otra persona. En caso de no hacer uso de ella se le devolverá al monitor de la sala que será quién la dé a otro usuario. No hacer fila para recoger tarjetas.

No se permite el torso desnudo, ni en sala ni pasillos. Cambio de ropa en vestuarios.

Es obligatorio el uso de una toalla para el uso de los ejercicios para no dejar restos de sudor en las máquinas.

Está prohibido reservar el turno para el uso de las máquinas cardiovasculares. 30 minutos de uso máximo.

Los discos y las mancuernas deberán de colocarse en sus soportes correspondientes una vez que se haya terminado de usarlos.

El tiempo de descanso en las máquinas de tonificación se realizará fuera de la máquina, dando la posibilidad de alternar el entrenamiento con otros usuarios.

Los monitores empleados en la sala son las únicas personas autorizadas para establecer programas de entrenamiento e indicar la forma más adecuada de usar las máquinas de tonificación, de peso libre y cardiovasculares. La Concejalía de Deportes no será responsable en caso de lesiones de los usuarios por no seguir las indicaciones de los monitores responsables de la sala.

Por consideración y respeto hacia el monitor y otros usuarios, habrá que respetar el horario de comienzo y fin de la clase.

No se permite la entrada de bolsas a la sala. Existen taquillas a disposición de los usuarios que deberán cerciorarse que las cierran de forma correcta.

No se permite la entrada con alimentos, ni con cualquier otro material que el personal de la sala AFI lo estime conveniente. No está permitido comer en la sala, pasillos y vestuario.

Todas las taquillas deberán estar vacías a la hora de cierre de la instalación. En caso de que haya alguna cerrada, se procederá a su apertura no haciéndose responsable la Concejalía de Deportes de los objetos que hubiera dentro.

Está prohibido hacer fotografías y grabar imágenes dentro de la sala y de los vestuarios y zonas de cambio salvo autorización expresa del personal encargado de la sala AFI y de los usuarios.