

NORMAS DE UTILIZACION DEL GIMNASIO

De acuerdo al Reglamento de Régimen Interior aprobado por la Asamblea de Socios de Marzo de 2102, la Junta Directiva ha establecido las siguientes Normas para la adecuada utilización del Gimnasio del Club, y las modificaciones efectuadas en la Asamblea Extraordinaria del pasado mayo de 2022, las Normas quedan como se indica a continuación

1º.- El gimnasio y las saunas solo podrán ser utilizados exclusivamente por socios del RCNR. Su uso es gratuito.

2º.- Los mayores de 16 años podrán acceder previa autorización por escrito del socio titular de su unidad familiar. Los mayores de 14 años y menores de 16, podrán asistir al gimnasio acompañados siempre y en todo momento por su progenitor.

3º.- Los socios mantendrán al máximo la limpieza, tanto del gimnasio como de aparatos, vestuarios, duchas y sauna que, una vez utilizados, dejarán en las mismas condiciones que se las encontró.

4º.- Cada usuario llevará sus enseres de uso específico y personal. Una vez realizadas sus actividades físicas y de mantenimiento, serán recogidos y no se podrán dejar depositados en las instalaciones para próximas sesiones. Las maquinas deben quedar siempre descargadas tras su uso.

5º.- El acceso al gimnasio, se realizará con un atuendo específico para la actividad.

6º.- En el vestuario se depositará la indumentaria y el acceso al gimnasio se realizará con una toalla que utilizará en el desarrollo de los ejercicios principalmente en la utilización de los aparatos.

7º.- El Gimnasio tendrá el siguiente HORARIO

De Lunes a Viernes, de 8,00 a 22,00 horas. Sábados de 8,00 a 19,00 horas.

Los domingos y festivos, previa petición de llaves al marinero de guardia, solo se podrá acceder al Gimnasio de 8,00 a 19,00 horas.

8º.- Monitor de Gimnasio:

En el horario que en cada momento establezca la Junta Directiva, los usuarios del Gimnasio dispondrán del asesoramiento técnico/deportivo de Monitor cualificado

De Lunes a Viernes, de 16,30 a 20,30 (excepto Agosto y festivos).