

2011

CÍRCULO MERCANTIL E
INDUSTRIAL CLUB DE
CAMPO DE FERROL

JUNTA DIRECTIVA



REGLAMENTO DE SERVICIOS Y NORMAS DE USO Y DISFRUTE



ÍNDICE

A. REGLAMENTO DE SERVICIOS

1. Club de Campo Ferrol y sus instalaciones.
 - 1.1. Instalaciones
2. Acceso a las instalaciones.
3. Reserva de las instalaciones.
4. Inscripción en cursos.
5. Tratamiento de la publicidad en la instalación.
6. Apéndice

B. NORMAS DE USO Y DISFRUTE

1. Recepción y Oficinas.
2. Zonas sociales.
 - 2.1. Local social.
 - 2.2. Salón de la chimenea.
 - 2.3. Sala de televisión.
 - 2.4. Sala de juegos.
 - 2.5. "Club infantil" y "Sala Juvenil"
 - 2-6- Cafetería y terraza.
 - 2.7. Comedor.
 - 2.8. Cafetería infantil y de verano.
 - 2.9. Biblioteca.
 - 2.10. Sala de ordenadores.
 - 2.11. Soto.
 - 2.12. Parque infantil.
3. Vestuarios.
 - 3.1. Zona de cambio de ropa.
 - 3.2. Taquillas.
 - 3.3. Duchas.
4. Zona wellness.
 - 4.1. Zona de balneario – SPA.
 - 4.1.1. Zona de hidromasaje.
 - 4.1.2. Sauna.
 - 4.1.3. Baño Turco.
5. Área de piscinas.
 - 5.1. Vasos interiores.
 - 5.2. Vasos exteriores.
 - 5.3. Zona de cafetería interior.
6. Zona fitness.
 - 6.1. Sala Cyclo Indoor.
 - 6.2. Sala de "actividades dirigidas" o "actividades de salud".
7. Pádel y Tenis.
8. Pabellón cubierto.
9. Pista multideporte.
10. Parking.



A. REGLAMENTO DE SERVICIOS

1. Club de Campo Ferrol y sus instalaciones

Todas las instalaciones dispondrán de una serie de normas de obligado cumplimiento y recomendaciones recogidas en un documento denominado: "Normas de uso y disfrute".

Es obligación de la Junta Directiva el correcto mantenimiento y situación bajo normativa vigente de las instalaciones que forman el Club.

La Junta Directiva podrá interrumpir el uso de alguna de las instalaciones si observase deficiencias técnicas o normativas a fin de solventar éstas.

1.1.-Instalaciones

- Deportivas:
 - Área de piscinas con 1 vaso cubierto y 3 descubiertos.
 - Área de balneario SPA.
 - Área de piscina con zona de gimnasio, sala de ciclismo indoor, así como una sala de actividades dirigidas.
 - 4 pistas de pádel.
 - 6 pistas de tenis.
 - 1 pista polideportiva cubierta.
 - 1 pista multideporte.
 - 1 campo de fútbol.
 - 1 minigolf.
- Sociales recreativas:
 - Zona de restaurante y cafetería.
 - Cafetería de piscina.
 - Salón social.
 - Sala de TV y sala de juegos.
 - Club infantil.
 - Sala juvenil.
 - Biblioteca.
 - Sala de Internet.
 - Sala de exposiciones.
- De atención:
 - Recepción y oficinas.
- Esparcimiento y estancia:
 - Zona verde exterior.



2. Acceso a las instalaciones

Para acceder a las instalaciones es obligatorio el uso del carné o cualquier otro elemento acreditativo entregado por el Club a los/as socios/as.

El carné de socio/a o demás elementos acreditativos de pertenencia al Club son personales e intransferibles.

El acceso al Club por los/as socios/as y acompañantes deberá ser siempre por el control.

En caso de olvido del carné de socio/a, se identificará con el D.N.I. u otro documento que acredite su personalidad, para una posterior verificación por el empleado de servicio.

En caso de extravío o deterioro del carné, el/la socio/a deberá acudir a las oficinas del Club para su renovación con los gastos pertinentes a cargo del/la socio/a.

Todos los/as socios/as tienen derecho a diez pases anuales gratuitos para sus invitados, que en todo caso deberán estar acompañados por el/la socio/a, los cuales les dará derecho a disfrutar de las instalaciones del Club a excepción de las actividades regladas, bailes y festivales u otros eventos a juicio de la Junta Directiva. Una vez agotados estos pases, se podrán solicitar otros previo pago del importe correspondiente.

El/la socio/a es responsable del comportamiento, así como de los desperfectos y deterioros originados en las instalaciones del Club, por negligencia de sus familiares o invitados. Asimismo se preocupará del exacto cumplimiento de los Estatutos y las Normas de Uso y Disfrute.

Reserva de instalaciones.

Se entiende por reserva el dominio temporal de un espacio afecto a esta posibilidad a través del pago de la cantidad establecida por el Club.

La Junta Directiva, a través de la Comisión de Deportes, coordinará y regulará las actividades de las Secciones Deportivas, así como fijará el horario de disfrute para las actividades.

Los precios establecidos para reserva de instalaciones estarán convenientemente publicados y comunicados a los/as socios/as.

Se podrán realizar reservas de las siguientes instalaciones:

- Campo de fútbol.
- Pista polideportiva cubierta.
- Pistas de pádel.
- Pistas de tenis.

Sólo podrán realizar reservas de instalaciones socios/as del Club.



La reserva de instalaciones se realizará a través del pago adelantado al uso de la misma.

El plazo máximo de antelación para reserva es el que se establezca en cada caso.

3. Inscripción en cursos.

Se entiende por inscripción en cursos a la reserva de una plaza en una actividad reglada y dirigida por un monitor/a-profesor/a para recibir el servicio establecido por la organización y en el cual las plazas son limitadas.

- Las inscripciones pueden ser libres o de pago.
- El período de inscripción podrá ser diario, mensual, trimestral o curso.
- El plazo para inscripción en cursos se ofertará el primer día del mes anterior al comienzo del curso.
- Todos aquellos/as socios/as que asistan a las actividades deberán estar inscritos en ellas.

4. Tratamiento de la publicidad en la instalación.

La dirección del Club, y según decisión de la Junta Directiva, será quien determine qué acuerdos publicitarios establecer para sus instalaciones y bajo qué condiciones.

Las instalaciones del Club podrán ser soporte de publicidad estática o dinámica bajo los criterios que se establezcan desde su dirección u órganos de gobierno.

El Club será el único beneficiario de los rendimientos económicos derivados de la publicidad.

5. Apéndice.

El presente reglamento tiene como objeto plantear un modelo de funcionamiento interno que posibilite prestar el mejor servicio posible a los/as socios/as.

Cualquier modificación del presente reglamento se informará oportunamente y se recogerá en versión actualizada del mismo.

El incumplimiento de las normas de este reglamento, acarreará la sanción correspondiente.



B. NORMAS DE USO Y DISFRUTE

Horario

El Club abre todos los días laborables, domingos y festivos de 8 a 23 horas.

Viernes, Sábados, y vísperas de festivos el horario será de 8 a 24 horas.

Las instalaciones deportivas comienzan el servicio a las 9 horas y terminan a las 23 horas.

En Diciembre y Enero, coincidiendo con las fiestas navideñas, el horario es:

- 24 de Diciembre: 08,00 a 20,00h.
- 25 de Diciembre: cerrado.
- 31 de Diciembre: 08,00 a 15,00h.
- 01 de Enero: cerrado.

Lugares de consulta y entrega de las Normativas: Recepción.

Las Normativas también están a su disposición en la página web.

Para un mejor disfrute del Club recomendamos se cumplan las "normas de uso y disfrute" de las instalaciones.

1. Recepción y Oficinas

Horario: De 9 a 24 horas (Recepción) y de 10:30 a 14:30 y de 17:30 a 20:30

Este servicio es de uso prioritario para los/as socios/as a fin de disponer en todo momento de la información necesaria para disfrutar de un correcto servicio.

No pueden utilizar esta zona para depósito y guarda de bienes personales ni para entrega de correspondencia a otros/as socios/as.

En el caso de que no se encuentre en Recepción el personal les informamos que no está permitido el acceso de los/as socios/as al área interior.

En Recepción disponen de hojas de reclamaciones así como de formularios de sugerencias.

También pueden disponer de los citados documentos en nuestra página web.

En las Oficinas estará centralizada toda la actividad administrativa del Club.

Deberá comunicarse todo cambio de residencia, domiciliación y pago de recibos o cualquier otra incidencia en las Oficinas del Club atendiendo a la LOPD. Los gastos originados por devolución de recibos serán a cargo del/la socio/a.



2. Zonas sociales

En las zonas sociales de estancia no se podrá acceder en traje de baño.
Está prohibido el uso de patines, balones, etc.

2.1. Local social

Queda prohibido el consumo de cualquier producto procedente del exterior, excepto la merienda de los/as niños/as.

Queda prohibido el consumo de platos cocinados y raciones.

Está prohibido mudar a los bebés en los sofás (hay un sitio para ello en los aseos de Señoras y Caballeros).

2.2. Salón de la chimenea.

Exclusivo para mayores de 18 años.

No podrán acceder a él los menores de edad.

Está prohibido todo tipo de comida.

Está prohibido el estacionamiento de sillas de niños/as y cochecitos de bebés.

Está prohibido todo tipo de juegos.

2.3. Sala de televisión

Tendrán acceso los mayores de 16 años.

Se guardará, durante los programas, el máximo silencio y la compostura debida.

Sólo podrá ser manipulado el televisor por los empleados del Club.

La Junta Directiva fijará los programas preferentes.

2.4. Sala de juegos

No tendrán acceso los menores de 16 años.

Se permitirán solamente los juegos que estén debidamente autorizados por la Ley.

Queda prohibido el desarrollo de estas actividades fuera de dicha sala, salvo en casos especiales y debidamente autorizados por la Junta Directiva.



2.5. “Club infantil” y “Sala juvenil”

Se establecerán las normas específicas en cuanto comience su funcionamiento, todo lo cual se pondrá en conocimiento de los socios/as oportunamente.

2.6. Cafetería y terraza

No se servirán bebidas alcohólicas a menores de 18 años.

Queda prohibido el consumo de cualquier producto procedente del exterior.

Los precios de las consumiciones serán fijados por la Junta Directiva y estarán expuestos en un lugar visible.

No se permite la realización de celebraciones (salvo autorización de la Junta Directiva)

2.7. Comedor

Las horas de uso y disfrute del comedor, así como las normas y precios del mismo, serán autorizadas por la Junta Directiva y estarán expuestas en lugares visibles.

Los/as socios/as que deseen hacer uso de él solicitarán mesa en Cafetería.

Las solicitudes podrán hacerse personalmente, por teléfono o a través de la página web (cuando este activado el servicio).

Se seguirá un riguroso orden de peticiones.

Los/as socios/as que deseen celebrar algún acontecimiento deberán solicitarlo a la Junta Directiva según el Art. 27º, 2) y 3) de los Estatutos, y establecerá las normas concretas a que han de ajustarse las celebraciones.

Si el comedor estuviese ocupado con cualquier celebración, o en caso de fuerza mayor, las comidas se servirán en la Cafetería.

2.8. Cafetería infantil y de verano

Se usará para celebraciones como cumpleaños, primeras comuniones, etc.

Los/as socios/as que deseen celebrar algún acontecimiento deberán solicitarlo a la Junta Directiva según el Art. 27º, 2) y 3) de los Estatutos, y establecerá las normas concretas a que han de ajustarse las celebraciones.



Durante el tiempo que permanezcan abiertas las piscinas, la cafetería infantil será utilizada como cafetería y comedor de verano con su correspondiente terraza. Está permitido su uso en traje de baño.

El horario de servicio se fijará oportunamente.

El servicio de la cafetería y de su correspondiente terraza será de Autoservicio, teniendo el usuario que retirar la bandeja al finalizar de comer.

Está prohibido todo tipo de juegos de mesa en la terraza.

2.9. Biblioteca

El acceso a la Biblioteca es libre para todos los/as socios/as.

Todos los/as socios/as tienen derecho al acceso y consulta de los fondos de la Biblioteca. Para conocer el contenido de la Biblioteca se puede acceder desde la página web de la Red de Bibliotecas de Galicia (Proxecto Meiga) <http://www.opacmeiga.rbgalicia.or/Portada.aspx>, en el que está incluido el catálogo de la Biblioteca del Club.

Los usuarios deberán respetar en todo momento las condiciones normales de trabajo del resto de los usuarios y del personal de la Biblioteca.

Se mantendrá una actitud correcta y no se provocarán alteraciones del orden.

Está prohibido todo tipo de comida y bebida (salvo agua).

Está prohibido dañar los libros, revistas, periódicos y otro tipo de documentos.

Para consultar las obras que no sean de libre acceso el usuario lo deberá solicitar al personal de la sala, devolviéndolas al mismo al terminar.

El Fondo Antiguo y Enciclopedias o publicaciones especiales, dado su valor e importancia tendrá un acceso restringido, la consulta se realizará en la sala y no se permitirá el préstamo de dichos ejemplares.

La Biblioteca infantil y juvenil está destinada a los usuarios mayores de 5 años, los menores estarán acompañados de un adulto.

El personal de la Biblioteca no se hace responsable de la custodia de los menores.

El servicio de préstamo es gratuito y está abierto tanto a los/as socios/as titulares como beneficiarios/as siempre con la presentación del carné de socio/a.

El/la socio/a titular es el responsable del material que se saca en préstamo en caso de deterioro, robo o pérdida.



Podrán retirar libros de la sección infantil los mayores de 5 años, los menores de esta edad deberán hacerlo acompañados de un adulto.

El usuario que pierda o dañe una obra, está obligado a restituirla por otro ejemplar igual o de las mismas características, quedando suspendido de realizar préstamos por un período que la Junta Directiva estime oportuno.

2.10. Sala de ordenadores

Para acceder a la sala de ordenadores es imprescindible presentar el carné de socio/a o pase especial. No se admitirán los pases diarios.

Los usuarios tendrán que apuntarse en la hoja de control de la sala antes de entrar. Quien así lo desee podrá hacer reserva del ordenador a lo largo de todo el día.

Está prohibido el acceso a los menores de 8 años, si no están acompañados por un adulto.

El tiempo máximo de conexión es de una hora. Excepto en casos especiales, de trabajos escolares o de otro tipo, en los que se podrá ampliar el tiempo de conexión a un máximo de dos horas.

Sólo podrá acceder una persona por ordenador, en caso de necesitar ayuda, ha de ser aceptado por el control de la sala.

De no hacer caso a los avisos de silencio o cierre de los ordenadores se procederá al bloqueo de los mismos desde el control.

No será posible ingerir alimentos ni bebidas durante el uso del ordenador.

2.11. Soto

Lugar destinado preferentemente para comidas y meriendas al aire libre.

Se permitirá el acceso de vehículos a sus proximidades con las máximas precauciones, para la carga y descarga, debiendo abandonar el lugar inmediatamente y retornar a la zona de aparcamiento.

No se permitirá encender el fuego fuera de la barbacoa, apagándolo al finalizar el uso de la misma.

Les rogamos que mantengan limpio el soto, para ello deben utilizar las papeleras de reciclaje existentes en el exterior.



2.12. Parque infantil

Instalaciones dedicadas al disfrute de menores de 10 años según las normas específicas de los juegos.

3. Vestuarios

Horario: De 8 a 23 horas.

3.1. Zona de cambio de ropa

A fin de mantener esta zona lo más seca y limpia posible, no se deben escurrir prendas deportivas, trajes de baño, toallas absorbentes, etc. Por ello, rogamos a los usuarios secarse en la zona húmeda (duchas).

Está prohibido secarse el pelo o la ropa en los secadores de manos.

Recomendamos depositar toda la ropa en las taquillas, siendo obligatorio retirar las pertenencias al abandonar las instalaciones.

3.2. Taquillas

Al final de la jornada (23 horas) todas las taquillas de uso diario deben quedar debidamente desocupadas.

En el caso de que alguna taquilla quedase ocupada la dirección de la instalación se reserva el derecho de retirar su contenido, precintándolo y depositándolo en la Recepción.

Después de su uso, deben dejar la puerta de la taquilla cerrada, para no entorpecer el paso.

3.3. Duchas

Les rogamos un uso racional del agua.

Al abandonar la zona de duchas procuren realizarlo lo más seco posible.

Les rogamos velen en todo momento por la máxima limpieza e higiene de los mismos evitando cualquier comportamiento que pueda incidir negativamente en el correcto estado de esta instalación.

4. Zona wellness

4.1. Zona de balneario-SPA

Horario: De 9 a 14 y de 16 a 22 horas

Se compone de:

- Zona de SPA balneario de 500m2 con:



- Piscina de chorros
- Camas y bancos de masaje
- Anillo de corriente
- Piscina de hidromasaje
- Pediluvio
- Tumbonas
- Sauna
- Baño turco
- La zona de tratamientos especializados se compone de:
 - Sala de tratamientos

Normas generales de la zona spa

Deben utilizar siempre chanquetas para acceder al SPA.

No se podrá acceder al resto de zonas comunes vistiendo albornoz.

Les rogamos respeten el ambiente apacible del SPA.

No se podrá utilizar reproductor de música.

Está terminantemente prohibido acceder con cualquier elemento con capacidad para registrar imágenes, incluido móviles.

No se podrá fumar.

No se puede acceder con comida ni con bebida.

El acceso está permitido a partir de los 16 años.

4.1.1. Zona de hidromasaje

No se recomienda permanecer más de 10 minutos.

Le solicitamos no alzar la voz a fin de crear un ambiente de máxima tranquilidad.

4.1.2. Sauna

Pueden utilizarla todos aquellos/as socios/as mayores de 16 años.

La Sauna la pueden tomar con pantalón corto, bañador y toalla.

Por razones de higiene y mantenimiento, es obligatorio ducharse y secarse bien antes de entrar en la Sauna. Se solicita que el secado se realice en el interior de las duchas.

Se cerrará la puerta para evitar la pérdida de calor.

Queda terminantemente prohibido afeitarse dentro de la Sauna, así como cualquier otro tipo de higiene corporal; también comer o realizar cualquier otro acto que produzca residuos.

Está prohibido introducir libros, revistas o papeles en el interior de la Sauna.



No está permitido aplicarse ningún tipo de crema corporal antes de entrar en la Sauna.

Les rogamos no viertan ningún producto doméstico o personal en la zona de piedras y resistencias, existe un peligro real de combustión.

No se puede secar la ropa en la Sauna.

No pueden acceder a la Sauna si se padecen algún tipo de enfermedad contagiosa.

Indicaciones para un servicio saludable de la Sauna

La Sauna está recomendada para casos de reuma, resfriados leves, estrés, asma, acné y contracturas musculares.

Al salir de la Sauna es conveniente tomar una ducha, primero templada y luego más fría, secándose totalmente y descansando de 5 a 10 minutos.

Les recomendamos salir de la Sauna si en cualquier momento de la sesión se encuentran mareados, con náuseas o malestar.

Contraindicaciones

No deben hacer uso de la Sauna tras comidas copiosas.

Les recomendamos que de inicio no se tomen sesiones de más de 10-15 minutos.

4.1.3. Baño turco

Pueden utilizarlo todos aquellos/as socios/as mayores de 16 años.

El Baño Turco se puede tomar con pantalón corto, bañador y toalla.

Por razones de higiene y mantenimiento, es obligatorio ducharse y secarse bien antes de entrar en el Baño Turco.

Se solicita que el secado se realice en el interior de las duchas.

Se cerrará la puerta para evitar la pérdida de calor.

Queda terminantemente prohibido afeitarse dentro del Baño Turco, así como cualquier otro tipo de higiene corporal; también comer o realizar cualquier otro acto que produzca residuos.

Está prohibido introducir libros, revistas o papeles en el interior del Baño Turco.

No se puede acceder al Baño Turco si padecen algún tipo de enfermedad contagiosa-



Indicaciones para un servicio saludable del Baño Turco

El Baño Turco está recomendado para casos de reuma, resfriados leves, estrés, asma y sinusitis.

Les recomendamos salir del Baño Turco si en cualquier momento de la sesión se encuentran mareados, con náuseas o malestar.

Contraindicaciones

No deben hacer uso del Baño Turco tras comidas copiosas.

Les recomendamos que de inicio no se tomen sesiones de más de 20 minutos.

5. Área de piscinas

Horario: De 9 a 14 y de 16 a 22 horas.

Descripción:

Existen tres áreas de piscina: zona cubierta, zona descubierta y cafetería.

5.1. Vaso interior

Para acceder a esta zona deben vestir traje de baño y disponer de toalla.

Es obligatorio ducharse previamente a la entrada en la piscina.

Es obligatorio el uso del gorro de baño.

Deben utilizar chancletas.

Por la seguridad de los/as socios/as no está permitido correr en la zona de playa de la piscina.

Cuando se realicen juegos o actividades dentro o fuera del agua, organizados por el Club, se deben seguir siempre las indicaciones del socorrista/monitor.

Está permitido el uso de aletas y/o manoplas. De todas formas, deben seguir las indicaciones del socorrista para su utilización.

Las calles deben ser compartidas cuando sea necesario.

Los cursos o actividades organizados directamente por el Club tienen prioridad sobre las demás actividades.

Las piscinas se cierran a los/as socios/as al menos una quincena al año por razones de mantenimiento técnico. Les informaremos oportunamente de las fechas de cierre a fin de minimizar las molestias.

5.2. Vasos exteriores

Meses de apertura: junio, julio, agosto y septiembre.

Horario: De 11 a 21 horas.

Para acceder a esta zona deben vestir traje de baño y disponer de toalla.



Es obligatoria la utilización de los vestuarios para desvestirse y vestirse. Se exceptúan los menores, los cuales deberán ser ayudados por una persona mayor, quedando prohibido el cambio de bañador aún estando tapado por una toalla.

Sólo se permite el traje de baño en los vestuarios, en la piscina y su recinto y en la cafetería y terraza de verano.

Es obligatorio el uso del gorro de baño, así como la ducha antes de utilizar las piscinas.

Para utilizar material lúdico o deportivo de piscina exterior se debe solicitar la autorización al socorrista.

En ningún caso se podrá practicar el nudismo.

Si desean fumar será obligatorio disponer de un cenicero.

Se ruega utilicen los depósitos de reciclaje de basura.

Queda prohibido el uso de recipientes de cristal.

No se podrá usar la piscina cuando esté ocupada en la enseñanza práctica, competición u otros actos autorizados por la Junta Directiva.

Se expondrán con antelación los horarios de dichas actividades.

Solamente podrán hacer uso de la piscina infantil los menores de 8 años, estando sometida a las mismas normas que las piscinas grandes.

5.1.1. Zona interior de cafetería de piscina.

Horario: De 11 a 21 horas.

A fin de mantener esta zona en las mejores condiciones, rogamos a los usuarios secarse en la zona de playa de piscina.

Las bebidas no podrán sacarse a la zona de playa ni zona de vasos acuáticos.

6. Zona fitness

Horario: De 9 a 14 y de 16 a 22 horas.

La sala de musculación cuenta con la vigilancia técnica y orientación de un monitor.

Es obligatorio que cada usuario realice sus ejercicios en máquinas con una toalla y utilizando guantes (es más higiénico, contribuye al mantenimiento de la maquinaria y protegemos la tapicería del sudor).



Es obligatorio acudir a la sala de fitness con calzado limpio y ropa deportiva adecuada (excepto visitas puntuales).

A fin de facilitar el uso de la maquinaria cardiovascular por todos los/as socios/as, se solicita no se permanezca por un período superior a 30 minutos si otros/as socios/as se encuentran esperando para utilizar la maquinaria en cuestión.

La edad mínima para utilizar la zona cardiovascular es de 16 años.

La edad mínima para utilizar la maquinaria de musculación es de 16 años (por debajo de esa edad no es recomendable debido a la hipertrofia muscular).

Se recomienda utilizar la zona de peso libre a partir de 18 años.

En casos especiales y con certificado médico y permiso paterno presentado por escrito en las oficinas, se podrá acceder por debajo de esas edades. En todo caso se deberá realizar petición por escrito a la Dirección quien valorará la concesión del permiso.

Se recomienda contar con la ayuda del monitor/a (o de otro/a socio/a) en caso de que el esfuerzo realizado así lo requiera.

Los pesos libres utilizados (discos, barras...) se deben colocar en las zonas destinadas a ellos después de su uso. El orden en el gimnasio nos favorece a todos/as.

El Club puede cerrar el gimnasio en función de necesidades de mantenimiento, obras o limpiezas especiales. Les avisaremos con suficiente antelación a fin de evitar en lo posible las molestias.

6.1. Sala Cyclo Indoor.

Horario: Según planificación de actividades

En ellas se imparte la actividad dirigida por un/a monitor/a.

Les recomendamos el uso de pulsómetro.

Les recomendamos sigan las instrucciones del monitor/a tanto en el correcto uso de la bicicleta como en la ejecución de la clase que dirige.

Asimismo agradecemos el buen uso de las bicicletas ya que alarga la vida útil de las mismas.

En la actividad de Cycloclub es obligatorio el uso de toalla a fin de proteger del sudor la zona de manillar y cuerpo de bicicleta.

Toda la información sobre actividades (horarios, salas de impartición, edades de acceso) estará publicada convenientemente en el cartel de anuncios de la entrada y en la página web del Club.



6.2. Sala de “actividades dirigidas” o “actividades de salud”

Horario: Según planificación de actividades

Esta sala se destina a actividades dirigidas a grupos reducidos.
Les recomendamos el uso de pulsómetro.

En las actividades en las que fuera necesario el uso de material deportivo o colchonetas les rogamos que al finalizar la sesión las depositen en los lugares destinados a orden de material.

En horarios en los que no se impartan actividades su uso es libre, siempre que sean actividades adecuadas a la propia instalación. Bajo la supervisión de los monitores.

Les rogamos realicen la actividad como mínimo con calcetines.

7. Pádel y Tenis

Horario: De 9 a 23 horas.

Las pistas se reservarán obligatoriamente a nombre de 2 ó 4 personas, sean socios/as titulares o familiares.

Las reservas podrán hacerse a partir de las nueve de la mañana del día anterior, a través de la Recepción del Club, previo pago del canon correspondiente de forma personal o persona autorizada, o a través de la página web del Club, cuando el servicio este activado.

Todo/a jugador/a podrá hacer uso de las pistas durante un tiempo no mayor de una hora y media o a una hora, según las pistas, ya sea jugando con su pareja o en dobles. Terminado dicho tiempo deberá abandonar obligatoriamente la pista.

Los/as jugadores/as deberán presentarse en un periodo comprendido entre las menos diez y la hora que tiene fijada. Pasada esta hora se considerarán perdidos los derechos a la pista y se podrá hacer uso de ella como pista libre. Por lo que recomendamos respetar el horario de la reserva siendo puntuales al entrar y al abandonar la pista.

En caso de pistas libres tendrá preferencia el/la jugador/a que no haya jugado ese día. La preferencia se aplicará en segundo lugar al que haya jugado menos tiempo en el día y, si los/as aspirantes jugaron igual tiempo, se concederá al que lo haya hecho con anterioridad.

Cada socio/a o familiar, indistintamente, podrá retirar solamente una reserva por turno y pista al día, no pudiendo cubrir o retirar reserva por ningún otro socio/a o familiar.



Cualquier socio/a podrá jugar por tiempo indefinido en el caso de que no haya ningún/a jugador/a en espera de pista.

Se dispondrá de una lista de espera en la Recepción del Club donde se anotarán los/as jugadores/as en situación de espera y las pistas se concederán por riguroso orden.

Es obligatorio utilizar calzado y ropa deportiva adecuados. Solamente permanecerán en las pistas los/as jugadores/as que las tengan reservadas. Asimismo se evitará en todo momento alzar la voz evitando molestias a los/as jugadores/as de pistas anexas.

Les rogamos después del uso de la pista no abandonar latas, botellas, etc. Se debe utilizar para ello las papeleras existentes en el exterior.

A fin de comunicar la no disponibilidad o disponibilidad restringida de las pistas, se avisará de las fechas en las que se celebren las clases, competiciones y entrenamientos oficiales.

8. Pabellón cubierto

Horario: De 9 a 23 horas y según planificación de actividades

Tendrán prioridad las actividades regladas u organizadas por el Club.

Existirán horarios reservados a entrenamientos y equipos, si los hubiere. Dichos horarios estarán expuestos en los lugares destinados a información del/la socio/a.

Sólo se permitirá el uso del frontón en caso de estar completamente vacío.

En el caso de no estar realizándose ninguna otra práctica deportiva podrá usarse como pista para patines.

En circunstancias especiales y coincidiendo con la celebración de eventos tales como fiestas, conciertos... las normas se publicarán adaptándolas al evento en cuestión.

9. Pista multideporte

Horario: según el horario de apertura del Club.

Esta pista está destinada a la práctica de actividades deportivas referidas a la propia instalación.

Para acceder a este espacio es necesario el uso de calzado deportivo.

Si desean material para jugar pueden solicitarlo en la Recepción del Club. El uso es gratuito.



No se podrá jugar más de 1 hora si hay grupos esperando para el uso de la misma.

Les rogamos después del uso de la pista no abandonar latas, botellas, etc. Se debe utilizar para ello las papeleras de reciclaje existentes.

10. Parking

Horario: según el horario de apertura del club.

Con el carné de socio/a podrán disponer de su uso gratuito respetando las plazas destinadas y las normas de circulación que establecen las señales.

En casos especiales se habilitarán provisionalmente otras zonas, debiendo seguirse siempre las indicaciones del personal del Club.