



REGOLAMENTO uso della Palestra – integrazione Art. 7-8 regolamento Sociale

Art. 1- PRINCIPI GENERALI E FINALITÀ

- 1) Il presente Regolamento ha lo scopo di stabilire le modalità per l'utilizzo della palestra sita al Piano 1° della "palazzina sede invernale" ubicata in Via Antonino Primerano 4 presso la sede sociale della Canottieri Eridanea.
- 2) La palestra ha lo scopo di offrire ai soci l'utilizzo di una struttura per l'esercizio della pratica sportiva a livello ricreativo e/o agonistico, come strumento di formazione fisica e morale nel rispetto degli intenti statutari della Società.
- 3) La gestione della palestra si inserisce nell'insieme delle attività sportive esercitate all'interno della Canottieri Eridanea. Essa è improntata alla crescita della persona nella sua sfera psico-fisica ed alla diffusione dello sport a tutti i livelli.

Art. 2- GESTIONE DELLA PALESTRA

La palestra è gestita direttamente dalla Canottieri Eridanea attraverso la propria struttura societaria e mediante i propri dipendenti od altro personale incaricato.

Art. 3- USO DELLA PALESTRA

- 1) La palestra è riservata all'utilizzo esclusivo da parte dei soci. I soci sono tenuti a usufruire della palestra esclusivamente nei giorni ed orari di apertura come stabiliti e fissati dal CdA.



Regolamenti e Norme

- 2) È vietato l'uso della palestra da parte di persone che non hanno la qualifica di socio della Canottieri Eridanea, fatti salvi eventuali permessi a soggetti che non rivestano la qualifica di socio nelle forme già regolate da altre norme societarie.
- 3) L'uso della palestra è consentito a coloro che abbiano superato il 14° anno di età a norma dell'art. 24 dello Statuto societario e dell'art. 7 del Regolamento Generale, fatti salvi coloro che svolgono attività agonistica all'interno della Canottieri Eridanea ed esclusivamente in tal caso sotto la sorveglianza del personale della specifica disciplina sportiva all'uopo incaricato.
- 4) I soci con qualifica di "figlio" o "aggregato", maggiori di anni 14 e minori di anni 18 possono frequentare la palestra unicamente a condizione che il genitore o soggetto esercente la patria potestà abbia rilasciato alla Canottieri Eridanea apposita autorizzazione scritta.
- 5) In ogni caso, fino al compimento del 16° anno è tassativamente interdetto l'utilizzo di alcune attrezzature (bilancieri liberi, manubri ecc.) il cui divieto di uso per i minori sarà appositamente segnalato dalla Canottieri Eridanea.
- 6) L'uso delle strutture della palestra è consentito esclusivamente ai soci in buono stato di salute fisica e che non presentino controindicazioni alla pratica di attività sportive.
- 7) Relativamente all'utilizzo della palestra la Canottieri Eridanea resta esonerata ad ogni effetto, da qualunque responsabilità che gliene possa derivare in ordine alla fruizione della stessa e delle sue attrezzature in caso di mancata osservanza del presente Regolamento.



Regolamenti e Norme

8) In giorni ed orari stabiliti dal CdA potrà essere presente in palestra personale della Canottieri Eridanea, o da essa incaricato, con funzioni di istruttore.

Art. 4- DISCIPLINA DELLE TARIFFE PER L'USO DELLA PALESTRA

- 1) Per l'uso della palestra i soci non sono tenuti al pagamento di alcuna tariffa, fatte salve future determinazioni del CdA.
- 2) La palestra può essere concessa in uso, previa autorizzazione del CdA, ai gruppi od altre società sportive richiedenti. La richiesta va rinnovata ogni anno.
- 3) Per l'eventuale utilizzo di soggetti esterni, gruppi od altre società appositamente autorizzati, ai sensi dell'Art. 1, il CdA si riserva di stabilire di volta in volta la tariffa.

Art. 5- REGOLE COMPORTAMENTALI, DIVIETI, IGIENE E SANZIONI

- 1) Nella frequentazione della palestra è **fatto obbligo di**:
 - compilare e sottoscrivere il registro giornaliero delle presenze contestualmente all'ingresso ed all'uscita dalla palestra;
 - attenersi alle norme della buona educazione, di correttezza nei rapporti interpersonali; i fruitori non dovranno in alcun modo disturbare gli altri soci/utenti ed il personale della Canottieri Eridanea adibito alle attività di sorveglianza o riordino;
 - utilizzare la palestra unicamente allo scopo per cui essa è prevista;
 - accedere ai locali della palestra unicamente con scarpe da ginnastica pulite e con abbigliamento decoroso e adeguato all'attività sportiva (jeans, sandali, ciabatte e qualsiasi indumento inappropriato);



Regolamenti e Norme

- riporre sempre al loro posto e nello spazio esatto corrispondente manubri, bilancieri e pesi immediatamente dopo averne terminato l'uso scaricando pertanto dai pesi le attrezzature utilizzate;
- riporre negli appositi cestini bottiglie vuote, così come ogni altro rifiuto;
- collocare i propri indumenti, così le borse e sacche, negli appositi armadietti o spazi dedicati, presenti negli spogliatoi siti al piano sottostante (avendo cura di custodire adeguatamente oggetti di valore);
- avvisare tempestivamente il direttore di sede (whatsapp e cell.351/6271044), la Segreteria (segreteria@canottierieridanea.it o 0375/200221), il personale dipendente o i soci incaricati alla sorveglianza presenti nella palestra in caso di guasti alle attrezzature o mancanze comportamentali degli altri utenti;
- rispettare i limiti di utilizzo delle attrezzature di cui al successivo art. 6;
- l'ultima persona ad uscire dai locali palestra è incaricato di chiudere finestre e spegnere luci.

2) Nella frequentazione della palestra è in **particolare vietato**:

- accedere ai locali della palestra con scarpe indossate all'esterno;
- tenere occupati i macchinari per un tempo superiore a quello di esecuzione degli esercizi;
- l'occupazione di più attrezzi contemporaneamente. Durante le pause tra le serie di allenamento di un socio, gli attrezzi possono essere usati da altri. In tal caso l'asciugamano deve essere tolto dall'attrezzo;
- disturbare ed intralciare nell'allenamento gli altri utenti con il proprio comportamento;
- usare di telefonini, fotocamere, radio e qualsiasi altro apparecchio utilizzato con modalità che possano recare disturbo;
- spostare le attrezzature dalla loro ubicazione;

- utilizzare attrezzature, di qualsiasi natura, diverse da quelle già in dotazione;
- utilizzare lattine o lasciare durante l'allenamento ed una volta terminato lo stesso bottiglie, borracce e ogni rifiuto nei locali della palestra;
- consumare alimenti di qualsiasi genere;
- introdurre e consumare bevande alcoliche all'interno della palestra, negli spogliatoi e nei servizi igienici;
- fumare all'interno dei locali della palestra, negli spogliatoi e nei servizi igienici;
- introdurre in palestra o far uso nella stessa di sostanze ritenute dopanti come riconosciute in Italia ai sensi delle norme vigenti;
- introdurre ogni tipo di animale nei locali della palestra, negli spogliatoi e nei servizi igienici;
- ascoltare musica ad alto volume.

3) Norme di IGIENE:

- utilizzare un asciugamano pulito, asciutto e di dimensioni adeguate, su ogni superficie degli attrezzi e delle strutture della palestra in contatto con il proprio corpo;
- ripulire accuratamente gli spazi sul tatami utilizzati per specifici esercizi a corpo libero che non permettono l'utilizzo dell'asciugamano a protezione;
- disinfettare con gli appositi prodotti a disposizione gli attrezzi e le macchine con le quali è stato in contatto non appena terminato l'uso;
- si raccomanda un utilizzo moderato dei prodotti igienizzanti.

4) SANZIONI:

- Ogni singolo Socio è tenuto a far rispettare il presente regolamento;
- I trasgressori delle norme del presente regolamento e delle regole di buona convivenza e condotta all'interno della palestra verranno prontamente segnalati agli organi competenti della società per le opportune decisioni sanzionatorie;
- Si ritengono sanzionabili quei Soci che introducono nei locali societari, senza autorizzazione, amici o conoscenti.

Art. 6- UTILIZZO DELLE ATTREZZATURE E DEI MACCHINARI- PROGRAMMI PERSONALIZZATI

- 1) La palestra e gli attrezzi ivi disponibili sono destinati unicamente ad un uso **NON AGONISTICO**. È vietato il sollevamento di carichi eccessivi che possano compromettere la sicurezza degli utenti e l'integrità degli attrezzi.
- 2) Attrezzature e macchinari accessori alla palestra devono essere utilizzati unicamente allo scopo per il quale sono preposti, nelle modalità indicate dal costruttore sulle stesse o come conosciute nella normale perizia di utilizzo.
- 3) Al fine di garantire al maggior numero di persone possibile l'utilizzo delle attrezzature, è fatto obbligo ai fruitori della palestra, nei momenti di maggiore affluenza, di evitare l'occupazione/utilizzo eccessivamente prolungato di ogni singolo attrezzo. Nello specifico, nei momenti ove la richiesta risulta maggiore della disponibilità, è fatto divieto di utilizzare le attrezzature "cardio" (tapis roulant e similari) oltre i 30 minuti e la sala pesi oltre i 60 minuti.

- 4) La società può mettere a disposizione nominativi di Personal Trainer, regolarmente autorizzati dal CdA, allo scopo di poter accompagnare i soci in un regolare utilizzo degli attrezzi.
- 5) Essendo la palestra un ambiente climatizzato, quando ne viene comunicato il funzionamento tramite cartelli, è tassativo tenere porte e finestre chiuse.

Art. 7 ORARI

La Palestra rimane aperta nei giorni e negli orari come periodicamente stabiliti dal CdA e resi noti con modalità di consultazione presso la Segreteria e con affissione presso gli stessi locali della palestra.

Art. 8 – SICUREZZA

Al fine di garantire la sicurezza dei fruitori dei locali palestra, i locali della palestra (fatta eccezione per le docce ed i servizi igienici) ed il loro accesso sono potranno essere videosorvegliati.

Art. 9- DANNEGGIAMENTI ALLA STRUTTURA

Qualora, a causa di uso difforme o per qualsiasi altro motivo doloso il socio arrechi danni alla struttura od alle attrezzature contenute della palestra, ne sarà ritenuto responsabile e risponderà economicamente alla Canottieri Eridanea dei danni arrecati.

Art. 10- PUBBLICITÀ DEL REGOLAMENTO

Il presente regolamento, ai fini di una maggiore conoscenza delle norme ivi contenute, sarà affisso presso gli uffici della Canottieri Eridanea e nello stesso locale-palestra.



Regolamenti e Norme

Art. 11- NORME DI RINVIO

Per quanto non espressamente disciplinato dal presente Regolamento per l'uso e la gestione della palestra, si applicano tutte le restanti norme dello Statuto e del regolamento Societario della Canottieri Eridanea.

La Presidente e il Consiglio

14 Marzo 2024