

REGLAMENT DE RÈGIM INTERN DEL COMPLEX ESPORTIU MUNICIPAL – ESPAI BLAU

1. MOTIUS I DEFINICIÓ.

- 1.1. L'objecte d'aquest reglament és la regulació de l'ús del Complex Esportiu Municipal –Espai Blau.
- 1.2. El Complex Esportiu forma part de les IEM (Instal·lacions Esportives Municipals) i com a tal, també podrà estar regit pel reglament d'ús de les IEM, si s'escau i en cas de defecte en algun punt d'aquest reglament.
- 1.3. Son IEM tots els edificis, terrenys, recintes i dependències de titularitat pública municipal , destinats a la pràctica d'activitats físiques i/o esportives .
- 1.4. D'aquestes instal·lacions esportives Municipals, formen el Complex Esportiu Municipal – Espai Blau:
 - Superfície exterior de 1.200m² : entorn
 - Superfície interior de 3.450 m²: 3 piscines cobertes, 2 sales de fitness, una sala polivalent, un sala d'aigües, vestidors, àrees d'accés i vestíbul, espai de grades, oficines tècniques i sala de màquines.
- 1.5. Espai Blau, com a part de les IEM és d'accés lliure per als ciutadans i ciutadanes sense cap altre limitació que el pagament del preu corresponent, a la mateixa naturalesa de la instal·lació i l'acompliment d'aquest reglament.

2. USOS D'ESPAI BLAU

- 2.1. A Espai Blau, es podrà practicar les activitats físiques per les quals estigui específicament preparada; com també les que tècnicament siguin possibles prèvia autorització de la Regidoria d'Esports.
- 2.2. Els usos preferents d'Espai Blau seran els següents:
 - Activitats organitzades per l'empresa concessionària Seraf Garraf SL prèvia coordinació amb la Regidoria d'Esports.
 - Activitats educatives dins l'horari escolar.
 - Activitats de lleure, salut i/o recreatives.
 - Activitats formatives i/o d'entrenament de caire competitiu
 - Ús lliure de les instal·lacions per part dels usuaris en alguna de les activitats anteriorment esmentades.
- 2.3 Qualsevol altre activitat no inclosa dins aquest llistat necessitarà l'autorització de la Regidoria d'Esports.

3. USUARIS I USUÀRIES D'ESPAI BLAU

3.1. Es considerarà usuaris/usuàries d'espai blau, les entitats, les associacions, col·lectius, persones individuals o grups que utilitzin el centre per a la pràctica d'activitats físiques i/o esportives.

3.2. Es distingiran els diferents tipus d'usuaris/usuàries següents:

- Usuaris/Usuàries abonats: utilitzen Espai Blau de forma periòdica i habitual mitjançant el pagament mensual, trimestral o anual d'una quota (preus , prèvia autorització de l'Ajuntament de Sant Pere de Ribes).
- Usuaris/usuàries puntuals: utilitzen el centre esportiu municipal de forma ocasional mitjançant el pagament d'un accés o 15 accessos.
- Usuaris/usuàries d'activitats (Individuals, Escoles, Agrupacions): utilitzen el centre esportiu municipal dins els programes d'activitats o serveis dirigits pel personal tècnic esportiu d'Espai Blau.
- Entitats, Associacions, Col·lectius: utilitzen el centre esportiu municipal dins els programes d'activitats i/o serveis, dirigits o no pel personal tècnic esportiu d'Espai Blau.

3.3. Qualsevol usuari/usuària d'Espai Blau té dret a fer les reclamacions que consideri adequades en relació al funcionament de la instal·lació. Per aquest fi es disposa d'una bústia per dipositar els fulls de queixes/suggeriments que es trobaran a l'abast de tots els usuaris/usuàries. Totes els fulls seran analitzats per la direcció del centre i se'n donarà una resposta per escrit , oralment o via telefònica en un espai breu de temps (màxim 15 dies).

4. HORARIS I CALENDARIS

4.1. Espai Blau, disposa d'un horari i calendari de funcionament concret pel curs i per la temporada d'estiu, que es farà públic a l'inici de cada període i figurarà en el cartell d'anuncis ubicat al vestíbul de la instal·lació.

4.2. Anualment Espai Blau realitzarà una aturada tècnica no superior a un mes per realitzar els treballs de manteniment necessaris pel bon funcionament de la instal·lació al llarg del curs i aquesta aturada es farà coincidir majoritàriament amb final de la temporada d'estiu per evitar majors inconvenients als usuaris/usuàries del centre.

4.3. Espai Blau es trobarà tancat i/o obert amb horari reduït, les festes laborals fixades per la Generalitat de Catalunya i les de caràcter local.

4.4. La direcció d'espai blau informarà als/les usuaris/usuàries del tancament o variació dels horaris i calendari de funcionament del centre amb un mínim de 15 dies d'antelació, sempre que això sigui possible.

4.5. La direcció d'Espai Blau informarà als/les usuaris/usuàries mitjançant el taulell d'anuncis, del tancament de la instal·lació a partir de les 14h i per motius de competicions federatives amb 15 dies d'antelació, sempre que això sigui possible.

5. AUTORITZACIÓ D'ÚS D'ESPAI BLAU.

- 5.1.** Per poder utilitzar Espai Blau en horaris continuats per un curs o trimestre dins les activitats dirigides, caldrà sol·licitar-ho a la direcció del complex aquàtic en els formularis corresponents entre el 15 i l'últim dia hàbil del mes de juny del curs anterior.
- 5.2.** Qualsevol sol·licitud que arribi fora d'aquest període serà atesa en funció de les disponibilitats d'horaris, personal tècnic i espais existents.
- 5.3.** Les autoritzacions d'ús continuat de durada màxima d'un any, no crea cap dret, precedent, avantatge o reserva per anys o usos posteriors a la seva finalització.
- 5.4.** Les inscripcions a les activitats físiques dirigides per monitors tindran una data d'inici i aquesta no finalitzarà fins que no s'hagin esgotat totes les places existents. Això implica que a partir d'aquesta data, l'usuari/usuària podrà realitzar la inscripció a qualsevol de les activitats dirigides per el tres trimestres del curs i no prevaldrà cap dret, avantatge o reserva de plaça per qüestions d'antiguitat, essent l'únic motiu de reserva el pagament de la quota establerta.
- 5.5.** El fet que un usuari/usuària realitzi una activitat dirigida al llarg d'un període, no li dona dret de plaça reservada, sense previ pagament de la quota establerta
- 5.6.** La direcció d'Espai Blau publicarà amb 15 dies d'antel·lació la data d'inici d'inscripció a les activitats dirigides, mitjançant fulls informatius, el taulell d'anuncis del centre i mitjançant notes de premsa als mitjans de comunicació de Sant Pere de Ribes i Comarca.
- 5.7.** La inscripció a les activitats físiques dirigides es realitzarà segons un calendari establert amb col·laboració de la Regidoria d'Esports i es registrarà per categories d'edat.
- 5.8.** Un cop finalitzats els dies específics per categoria d'edat, es podrà fer la inscripció sense seguir altre norma que l'horari d'obertura de la instal·lació fins que s'omplin el 100% de les places ofertades.
- 5.9.** Espai Blau es reserva el dret d'anular temporalment o totalment, canviar d'horari o modificar les activitats realitzades dins el centre prèvia informació als usuaris/usuàries afectats pels següents motius:
 - Manca d'inscripcions mínimes per dur a terme l'activitat.
 - Tancament d'Espai Blau per motius tècnics
 - Variació de l'horari o calendari de funcionament d'Espai Blau
 - Manca de pagament de les tarifes d'utilització o existència de deutes amb l'Ajuntament de Sant Pere de Ribes.
 - Causa d'interès públic
 - Incompliment o desatenció reiterada (màxim 2 vegades) d'aquest reglament.
- 5.10** Totes les entitats que com a tals, vulguin gaudir dels serveis i activitats que ofereix Espai Blau hauran de seguir la mateixa normativa que per a usuaris individuals i s'acolliran als preus públics establerts per a tal efecte.

6.PAGAMENT DE L'ÚS D'ESPAI BLAU

- 6.1.** Tots els/les usuaris/usuàries d'espai blau hauran d'abonar les tarifes d'ús del centre establertes prèviament a la seva utilització.
- 6.2.** Els preus estan fixats tenint en compte el calendari de funcionament del centre, per la qual cosa qualsevol usuari/usuària en el moment d'utilitzar Espai Blau, accepta aquesta norma i no podrà demanar cap contra prestació econòmica per aquest fet.
- 6.3.** En les tarifes està contemplat els diferents descomptes per categoria d'edat, relació familiar o nombre d'usuaris per la qual cosa no s'establiran reduccions especials en cap cas fora de les específicament marcades per les tarifes.
- 6.4.** Queda exclòs del punt anterior les promocions temporals que la direcció d'Espai Blau pugui aplicar per la promoció d'un servei o activitat prèvia aprovació de la Regidoria d'Esports.
- 6.5.** En cas de l'esgotament del pagament, la direcció d'Espai Blau deixarà dos dies laborables de marge per la renovació de pagament o l'autorització del pagament per domiciliació bancària. Transcorregut aquest plaç, la direcció anul·larà l'accés de la tarja magnètica de l'usuari en qüestió.
- 6.6.** En el cas d'una anul·lació d'accés per pagaments pendents, l'usuari haurà de fer el pagament corresponent de la quota, més els pagaments pendents fins aquella data més les despeses bancàries que s'hagin pogut ocasionar en la transacció, per tal de restablir la seva condició d'usuari.
- 6.7.** La inscripció d'un usuari/usuària a les activitats i usos del centre esportiu implica facilitar un seguit de dades personals que podran ésser utilitzades per la direcció del centre en l'enviament d'informació i propaganda d'Espai Blau, prèvia aprovació de la Regidoria d'Esports.
- 6.8.** Cap usuari o usuària té el dret de demanar una compensació econòmica pel tancament parcial o total d'Espai Blau degut a tasques de manteniment, neteja i/o millora. Tampoc es realitzaran pròrrogues de pagament ni canvis per motius personals de l'usuari/usuària.
- 6.9.** La tarifa establerta per l'ús d'Espai Blau no inclou cap tipus d'assegurança esportiva d'accidents. El centre disposa d'una assegurança multirisc del continent i contingut i d'una assegurança de responsabilitat civil.
- 6.10.** L'entrada al públic que accedeix a actes esportius organitzats a Espai Blau serà gratuïta. Aquests actes, queden limitats als estrictament establerts entre la concessionària i la Regidoria d'Esports.
- 6.11.** La direcció podrà decidir, prèvia aprovació de la Regidoria d'Esports les mesures i actuacions més adients pel bon desenvolupament de les activitats esportives d'entitats alienes a ella, per tal d'evitar riscos innecessaris.

7. ACCES AL CENTRE ESPORTIU MUNICIPAL - ESPAI BLAU

7.1. Cap persona tindrà accés a la instal·lació si no presenta la seva credencial: carnet d'usuari/usuària o abonat/da del programa escollit. En cas contrari haurà de comprar un accés diari si vol fer ús de la instal·lació.

7.2. La credencial d'usuari és una tarja amb xip, on s'especifica nom i cognoms de l'usuari i el número d'identificació. Aquesta tarja és personal i intransferible. La direcció d'Espai Blau es reserva el dret de recollir les targes que no vagin acompanyades del titular. El titular de la tarja haurà de pagar el preu establert a l'accés d'un dia per recuperar les funcions de la tarja.

7.3. En cas de pèrdua i/o robatori, el titular només quedarà exempt de responsabilitat, un cop ho hagi comunicat a les oficines d'Espai Blau.

7.4. Pels equips, grups i/o col·lectius amb esportistes menors de 16 any, serà imprescindible la presència d'un/una responsable d'edat superior als 18 anys per accedir a espai Blau. Quan els/les esportistes siguin majors de 16 anys, hauran de designar una persona que actuarà com a responsable del grup. En ambdós casos haurà d'estar present durant tot el temps d'ús del centre fins que tots/totes els/les esportistes abandonin Espai Blau, i es farà responsable del compliment d'aquest reglament i de qualsevol incidència ocasionada pel grup.

7.5. Pel que fa a les persones individuals, no podran accedir a la instal·lació amb la fórmula de lliure ús, els menors de 15 anys. Aquests sols hi podran accedir acompanyats d'un adult o prèvia inscripció a activitats dirigides per monitors.

7.6. L'accés als diferents espais d'Espai Blau queda restringit a les fórmules de pagament i categories d'edat següents:

- a- Espai específic designat per l'activitat.
 - b- Sales polivalents i fitness
 - c- Sala d'aigües (hidromassatges, bronzejat, bany de vapor i sauna)
 - d- Unitat de fisioteràpia, massatges.
 - e- vasos 16x 25m (4 carrers) piscina lúdica i de relaxació.
 - f- solàrium (durant l'època corresponent)
- *prev.p = previ pagament

	a	b	c	d	e	f
Cursetistes						
Abonats Infants						
Abonats Joves				prev.p		
Abonats Adults				prev.p		
Abonats Gent gran				prev.p		
Usuaris de 1/2 dia infants						

Usuaris de 1/2 dia joves				prev.p		
Usuaris de 1/2 dia adults				prev.p		
Usuaris de 1/2 dia gent gran				prev.p		
Un o 15 accessos infants						
Un o 15 accessos joves				prev.p		
Un o 15 accessos adults				prev.p		
Un o 15 accessos gent gran				prev.p		
Entitats i associacions						

7.7. Per accedir als espais esportius del complex aquàtic serà imprescindible anar convenientment equipat amb indumentària esportiva i que no pugui perjudicar o malmetre els equipaments.

7.8. Segons l'article núm.29 punt 2 del Decret 95/2000 de 22 de febrer del Departament de Sanitat i Seguretat social, pel qual s'estableixen les normes sanitàries aplicables a les piscines d'ús públic (DOGC núm. 3092, del dia 6.3.200) " els titulars de les piscines podran expulsar del seu recinte aquelles persones que incompleixin les normes de règim intern i les pautes de comportament quant a les activitats que es poden desenvolupar a les instal·lacions un cop advertides prèviament".

7.9. En tots els cursos realitzats a Espai Blau es podrà accedir als vestidors 15 minuts abans de l'inici de les classes i s'haurà d'abandonar la instal·lació en els 30 minuts posteriors a la classe. Aquesta aplicació sols serà vàlida pels usuaris i usuàries cursetistes.

7.10. La direcció marcarà en tot moment la utilització dels vestidors segons la conveniència del moment i es fixa la utilització del vestidor en vint minuts a partir de l'hora establerta per l'ús d'Espai Blau.

7.11. Si no es disposa el contrari, la direcció considera els vestidors nº 1, 2 i 3 femenins i els vestidors nº 4, 5 i 6 masculins. De la mateixa manera els vestidors nº 1 i 6 son espais reservats als abonats i cursetistes adults i nadons.

7.12. Els/les usuaris/usuàries no podran deixar els objectes personals en el vestidor. Els usuaris i usuàries disposen de 2 modalitats de taquilles: gratuïta i de lloguer, per la qual cosa la direcció no es fa responsable de les pèrdues i/o robatoris que es puguin produir dins el recinte d'Espai Blau.

7.13. La direcció d'Espai Blau es reserva el dret d'obrir i buidar el contingut de totes les taquilles que no siguin de lloguer, cada dia en el tancament de la instal·lació.

7.14. La direcció d'Espai Blau mantindrà durant 15 dies els objectes perduts i oblidats dels usuaris i usuàries i posteriorment realitzarà l'entrega, d'aquests objectes perduts, a una organització sense afany de lucre.

7.15. En cas de pèrdua de la clau de les taquilles, el braçolet d'accés a les instal·lacions d'estiu o de la tarja d'accés a les instal·lacions, l'usuari i usuària haurà d'abonar la quantitat de 4 € al punt d'informació, en concepte de renovació d'algun d'aquests objectes.

- 7.16.** Els vestidors utilitzats per entitats esportives, no son d'ús exclusiu i disposaran de claus de taquilles col·lectives. Hi haurà un responsable de grup que es farà responsable d'aquestes claus i de les possibles incidències ocasionades per l'ús dels vestidors.
- 7.17.** La direcció d'Espai Blau es reserva el dret de tancar parcial o totalment algun dels espais del centre degut a les tasques de manteniment, neteja i/o millora. En aquest cas, es senyalitzarà l'espai de forma convenient i s'informarà a tots els usuaris i usuàries que ho sol·licitin al punt d'informació.
- 7.18.** Durant les competicions, el/la responsable o delegat/da de cada equip serà la persona a la que es lliurarà les claus del vestidor de cadascú, i qui se'n farà responsable de les incidències en la instal·lació del seu equip.
- 7.19.** L'equip local, com entitat organitzadora, es farà responsable dels incidents amb repercussions esportives o sobre la instal·lació que es produeixin durant l'activitat.
- 7.20.** Qualsevol entitat aliena a la direcció d'Espai Blau, la qual en faci un ús competitiu haurà de presentar una còpia de les assegurances de responsabilitat civil i omplir un full de responsabilitat en cas d'incidències o desperfectes de la instal·lació degut a l'ús.
- 7.21.** Els vestidors d'Espai Blau tenen un ús estrictament esportiu, i no s'hi permet: accedir-hi amb materials que no siguin necessaris per equipar-se, utilitzar-los per guardar-hi objectes encara que sigui temporalment, mantenir reunions, xerrades, celebracions...

8. RESPONSABILITATS DELS/DE LES USUARIS/USUÀRIES.

- 8.1.** Amb l'ús d'Espai Blau l'usuari/usuària accepta el contingut i les obligacions que se'n deriven del "Reglament d'ús d'Espai Blau" i del "Reglament d'ús de les IEM". El seu desconeixement no n'eximeix del seu compliment.
- 8.2.** L'usuari/usuària ha de vetllar pel bon ús del centre, del seu equipament i pel respecte a la resta d'usuaris/usuàries i personal tècnic.
- 8.3.** L'usuari/usuària ha de respectar les recomanacions bàsiques de neteja i higiènic-sanitàries.
- 8.4.** Qualsevol usuari/usuària que ocasioni desperfectes al centre o al seu equipament en serà directament responsable si és usuari individual, i, en cas de ser usuari col·lectiu, ho serà l'entitat a la qual pertany. En ambdós casos s'haurà de fer càrrec de les despeses que s'originin.
- 8.5.** La direcció d'Espai Blau, prèvia aprovació de la regidoria d'Esports, podrà exigir les garanties necessàries.
- 8.6.** El material o equipament que s'utilitzi s'haurà de demanar al personal tècnic d'Espai Blau. Un cop finalitzat l'ús, haurà de ser dipositat en els magatzems o espais corresponents i en les condicions que indiqui el personal del centre.

8.7. L'usuari/usuària ha de comunicar al personal del centre qualsevol desperfecte o anomalia que hagi detectat durant el seu ús. Aquest comunicat serà anotat al full d'incidències d'Espai Blau per la posterior revisió del personal tècnic i de manteniment de la instal·lació.

8.8. Les entitats que utilitzin el centre seran responsables de qualsevol dany, accident o similar que succeeixi als seus associats o a tercers dintre del desenvolupament de les seves activitats.

9. LIMITACIONS D'ÚS.

9.1. La responsabilitat immediata de vetllar pel bon ús de les instal·lacions d'Espai Blau, correspon al personal de l'empresa concessionària, per tant, tot usuari/usuària haurà de seguir les directrius que estableixi, sens perjudici de posteriors reclamacions o aclariments amb la direcció del centre.

9.2. El personal de l'empresa concessionària responsable d'Espai Blau podrà tancar-la o limitar-ne el seu ús, prèvia informació a l'Ajuntament de Sant Pere de Ribes, per raons de seguretat, climatologia, ... i quan es produeixin circumstàncies que puguin ocasionar danys físics a persones i/o desperfectes al centre.

9.3. Qualsevol usuari que manifesti un comportament contrari a aquest reglament, o que no respecti les persones o coses que es troben en aquell moment a les instal·lacions d'Espai Blau, se l'exigirà que l'abandoni. En cas de ser menor d'edat es notificarà la decisió a un familiar major d'edat que haurà de fer-se càrrec del mateix.

9.4. En cas d'una acció reiterada (segona expulsió) d'incompliment de les normes, del reglament i del respecte cap a les persones, aquesta persona deixarà de tenir accés a les instal·lacions d'Espai Blau de forma definitiva i irrevocable, prèvia notificació a l'Ajuntament de Sant Pere de Ribes.

9.5. No és permès de fumar, menjar, ni portar envasos de vidre en tot el recinte del centre llevat dels llocs degudament autoritzats.

9.6. No es permet l'entrada al recinte d'Espai Blau de vehicles, bicicletes i animals, llevat d'autoritzacions expresses.

9.7. No es permet l'accés a la zona de grades fora de les dates establertes per competicions oficials o per motius expressos de la direcció d'Espai Blau.

9.8. No es permet l'accés dels/de les espectadors/espectadores als espais esportius i/o d'ús d'esportistes.

9.9. La direcció d'Espai Blau es reserva el dret d'obrir les portes del centre en cas de la manca temporal de personal tècnic del centre per motius d'indisposició personal. En aquest cas, la direcció es compromet a substituir les mancances de personal en un espai breu de temps i obrir novament el servei al públic.

9.10. No es permet la col·locació de qualsevol element aliè a l'equipament d'Espai Blau, o a la modificació concreta d'algun equipament, llevat d'autorització expressa.

9.11. No es permet de guardar materials dels/de les usuaris/usuàries i/o entitats a les dependències d'Espai Blau, llevat d'autorització expressa.

9.12. Totes les activitats i/o serveis realitzats a Espai Blau estaran dirigits, gestionats i organitzats per l'empresa concessionària segons el plec de condicions prèvia aprovació l'Ajuntament de Sant Pere de Ribes.

10. ESDEVENIMENTS ESPORTIUS I/O COMPETICIONS AL CENTRE ESPORTIU MUNICIPAL – ESPAI BLAU

10.1. L'organització de competicions i/o esdeveniments esportius per part d'entitats i/o associacions alienes a l'empresa concessionària queda estrictament limitat a les acordades entre l'empresa i l'Ajuntament de Sant Pere de Ribes.

10.2. Les entitats organitzadores hauran de presentar amb 15 dies d'antelació a l'esdeveniment esportiu, la següent documentació:

- Calendari i horari detallat de competició
- Llistat de necessitats pròpies de la competició i/o esdeveniment esportiu.
- Responsables de l'entitat en cas d'incidents al continent i/o contingut d'Espai Blau.
- Pla de primers auxilis i/o evacuació.
- Fotocòpia de les assegurances multirisc i de responsabilitat civil que cobreixen l'entitat.

11. DISPOSICIONS FINALS

11.1 Per acord exprés de l'empresa concessionària i el Ple de l'Ajuntament de Sant Pere de Ribes es podran modificar part o la totalitat d'aquest reglament, ja sigui de forma temporal o permanent, així com incloure nous articles que millorin o complementin el present.

12. NORMES D'ÚS

HIGIENE A LES PISCINES CLIMATITZADES I EXTERIORS:

- Tot banyista té l'obligació de dutxar-se abans d'accedir a les piscines.
- A les piscines climatitzades és obligatori l'ús del casquet de bany.
- Respectar i seguir les senyalitzacions de peus nets dins el recinte d'Espai Blau.
- No és permès menjar ni entrar begudes al recinte de les piscines climatitzades, ni a cap altre espai (vestidors, sales esportives,...). A les piscines a l'aire lliure, s'utilitzarà la zona preestablerta per aquest fi.
- Les deixalles que s'ocasionin per l'ús personal dins el centre s'hauran de dipositar dins les papereres.
- Les papereres higièniques localitzades als lavabos femenins es destinaran sols a la recollida de compreses i tampons.

RECOMANACIONS:



- Cal respectar els espais destinats a les diferents activitats (abonats, cursos amb monitor, entrenaments...)
- En els carrers destinats al lliure ús cal nedar circulant sempre per la nostra dreta.
- És aconsellable circular per la platja de les piscines amb sabatilles de bany.
- Cal circular per les platges de les piscines evitant córrer i donant-se empentes.
- No travesseu els carrers senyalitzats amb sureres ja que podeu interrompre l'activitat d'altres usuaris.
- Complir les normes i consells donats pels monitors i socorristes, així com tot el personal tècnic de la instal·lació.
- No es permet l'entrada a la zona de piscines amb calçat i roba de carrer.
- La direcció es reserva el dret de tancar l'accés a les piscines quan el volum d'usuaris arribi a la màxima capacitat permesa.

VESTIDORS

- Per motius higiènics i de seguretat no és permès afaitar-s'hi ni depilar-s'hi.
- Per motius higiènics us preguem que utilitzeu les sabatilles de bany a l'hora de dutxar-vos.
- Es prohibeix beure, menjar i/o fumar dins del vestuari.
- No malbarateu l'aigua, és un bé comú.

SALA D'APARELLS DE FITNES I CARDIOVASCULAR

- Cal portar una tovallola per col·locar-la sobre les màquines i aparells.
- No és permesa la utilització de la sala de musculació als menors de 16 anys.
- Els joves de 15 i 17 anys han de consultar-ho prèviament a l'ensenyant (de 09 a 12h i de 17 a 22h de Dilluns a Divendres)
- Els menors d'aquestes edats que formen part d'un entrenament han d'anar acompanyats d'un responsable tècnic.
- S'aconsella utilitzar la sala fent ús de l'equip següent: roba esportiva (samarreta, pantalons curts, xandalls, sabatilles adequades, les quals han d'ésser de sola llisa i ús exclusiu).
- No es pot entrar amb banyador, xanquetes, mullat, el tors un, fumant, vestit de carrer, ni amb menjar.
- Cal fer un bon ús de les màquines (en cas de dubte adreceu-vos al monitor).
- Respecteu en tot moment la resta d'usuaris

SALA POLIVALENT

- S'aconsella utilitzar la sala fent ús de l'equip següent: roba esportiva, mallot, sabatilles per a ús exclusiu amb sola blanca i llisa, tovalloles per posar-les damunt les màrtegues.
- No es podrà entrar a la classe fins que no hagi finalitzat la sessió anterior.
- Cal retornar el material utilitzat al seu lloc.

ZONA D'AIGÜES (BANY DE VAPOR, SAUNA I HIDROMASSATGE)

- Dutxeu-vos amb aigua calenta i sabó, i eixugueu-vos bé abans d'entrar a la sauna, bany de vapor i hidromassatge. Porteu la tovallola per estirar-vos o seure al banc.



Espai Blau



Ajuntament
Sant Pere de Ribes

- La sauna està contraindicada per persones amb: hipertensió arterial greu, varius, hipotensió arterial, malalties cardiovasculars vàries, embaràs i malalties cardíques. Després de menjar i de beure begudes alcohòliques.
- La sauna està recomanada per persones amb: reumatismes crònics, asmàtics i bronquitis, fumadors, trastorns nerviosos.
- No és permesa l'entrada a menors de 18 anys.
- És obligatori l'ús del banyador i tovallola.
- En cas de dubte consulteu-lo al vostre metge.