

CENTRO CULTURALE SPORTIVO “M. CHAMPAGNAT”

REGOLAMENTO INTERNO

Il rispetto dell'ambiente educativo, sportivo e culturale, nonché delle persone che lo frequentano, consente di partecipare alle varie attività con serenità. Per raggiungere questo scopo gli utenti dovranno osservare il seguente Regolamento.

Ingresso

Nessuno può accedere al “Centro Culturale Sportivo Champagnat” se non munito di iscrizione regolare e di abbonamento valido da dimostrarsi esibendo la tessera. Chi non la presenta al lettore elettronico non può accedere agli impianti, anche se in regola con l'iscrizione e l'abbonamento.

1. **Iscrizione al Centro.** Avviene alla Reception - Segreteria. E' necessario dare i propri dati anagrafici e la fotocopia di un certificato medico che attesti l'idoneità alle attività sportive non agonistiche. All'atto dell'iscrizione viene fatta la fotografia dell'iscritto, viene consegnata la tessera personale e contestualmente gli iscritti firmano le “Condizioni generali di abbonamento”.
2. **Orario del Centro.** Nelle bacheche del C.C.S.C. sono affissi gli orari di apertura e il programma dei corsi collettivi. Le attività mediche o di allenamento individuali del Presidio Fisioterapico Champagnat si prenotano alla Reception – Segreteria (tel. 010311105). Orari di apertura: dalle 7 alle 22 da Lunedì a Venerdì, dalle 7 alle 19 il sabato e dalle 9 alle 12 la domenica. Una domenica al mese, normalmente l'ultima, gli impianti saranno chiusi per manutenzione. La chiusura degli spogliatoi avviene mezz'ora dopo la chiusura degli impianti. Sono possibili periodi di chiusura degli impianti per manutenzione ordinaria o per cause di forza maggiore. Sono considerati normali periodi di chiusura, il mese di Agosto, Natale, Pasqua, le festività nazionali, religiose e del Santo Patrono. Inoltre sono previste limitazioni di orario o del programma settimanale dei corsi collettivi di palestra e di piscina da giugno a settembre. Ogni variazione verrà comunicata nelle bacheche del C.C.S.C.
3. **Parcheggio.** Il parcheggio dello Champagnat non costituisce un diritto né per i dipendenti, né per i clienti. Tuttavia nel limite del possibile la Direzione del Centro Sportivo, a sua discrezione, mette a disposizione alcuni posti macchina e moto. I parcheggi sono incustoditi. Si accede al Centro dall'ingresso di Via F. Cavallotti 22. Il parcheggio, con posti limitati, è a disposizione degli utenti soltanto ed esclusivamente per il tempo necessario all'utilizzo dei servizi acquistati per attività sportive. Si ricorda che dalle ore 7,30 alle ore 13,30 il parcheggio di Via Caprera 1/b è riservato alla scuola Marcellino Champagnat. Nel pomeriggio è possibile utilizzarlo, tenendo conto dei posti lasciati liberi dagli utenti dell'istituzione scolastica. Il parcheggio di Via Cavallotti chiude mezz'ora dopo la fine delle attività. Il parcheggio di Via Caprera chiude alle 22,30 da lunedì a venerdì; il sabato alle 19,0, la domenica rimane chiuso. L'uso dei parcheggi è lasciato alla buona educazione e al senso civico dei frequentatori del Centro. I posti riservati con apposito cartello alle persone disabili non possono essere occupati per nessun motivo da altre persone. E' utile raccomandare di parcheggiare con ordine e solamente negli spazi indicati. La Direzione del Centro sportivo declina ogni responsabilità per furti e/o danni di qualsiasi genere subiti dai veicoli parcheggiati, pertanto invita la clientela a non lasciare valori sull'auto. Nelle rampe di accesso e all'interno dei parcheggi si deve procedere a passo d'uomo (5 Km/h)
4. **Abbigliamento.** Si consiglia un abbigliamento sempre adeguato all'ambiente. E' necessario avere i piedi calzati anche nei locali servizi. Nei locali palestre e piscine è vietato utilizzare le medesime calzature utilizzate all'esterno. E' obbligatorio usare un asciugamano personale sugli attrezzi della sala pesi o sul materassino durante i corsi di palestra. Negli ambienti dedicati alla sauna o al bagno di vapore è buona norma utilizzare asciugamani attorno alla vita per motivi igienici e di reciproco rispetto. Il rispetto delle persone, soprattutto dei minori, non consente l'uso del costume adamitico in nessun ambiente. All'interno del Centro (corridoi, palestre, bar-ristorante e in tutti gli altri locali) nonché all'esterno (porticato, pista, campi tennis) è obbligatorio indossare tenute sportive o

indumenti idonei. La Direzione si riserva la facoltà di allontanare dal Centro sportivo le persone inadempienti.

5. **Piscine.** E' obbligatorio l'uso della cuffia e del costume intero per le signore. E' necessario usare sempre le pianelle da bagno ed è tassativamente vietato entrare sul piano vasca con scarpe usate in altri ambienti. In piscina si devono osservare le normali regole igieniche. In vasca è vietato esercitarsi in apnea e fare gare di resistenza sott'acqua. In riferimento all'uso delle corsie gli utenti si atterranno alle indicazioni degli assistenti vasca. E' buona norma fare una doccia saponata prima di entrare in piscina, utilizzando i passaggi obbligati.
6. **Corsi ragazzi.** Gli allievi frequentano le lezioni indossando una divisa sportiva. E' consentito l'ingresso di un solo accompagnatore.
7. **Palestre e Corsi guidati adulti.** E' opportuno seguire le indicazioni degli istruttori o del medico in relazione al livello di intensità idoneo per ogni iscritto. Nel caso che il numero dei frequentanti un corso sia eccessivo, la direzione può limitarne l'affluenza per esigenze di sicurezza o di semplice convenienza. I ritardatari sono pregati di non interrompere la lezione e di collocarsi in fondo alla palestra. Ogni partecipante ai corsi deve essere munito di asciugamano personale per gli esercizi a terra e non deve frequentare le lezioni calzando scarpe usate all'esterno. In sala fitness (palestra pesi) non attardarsi agli attrezzi oltre il tempo necessario, utilizzandoli in modo appropriato; lasciare la postazione pulita, asciutta e in perfetto ordine. Attendere con pazienza il proprio turno per l'uso delle macchine, secondo normali regole di precedenza.
8. **Spogliatoi.** Sono "incustoditi". Non lasciare indumenti o oggetti di valore. Servirsi degli armadietti a rotazione, oppure dei box custodia valori. La direzione non risponde per eventuali ammanchi di indumenti o di valori.
Possono accedere agli spogliatoi solo gli iscritti alla frequenza muniti di tessera personale.
Si raccomanda di non attardarsi negli spogliatoi e sotto i phons. Questi devono essere usati quando si è completamente vestiti e asciutti. Ogni utente si rende responsabile dell'uso di qualsiasi oggetto o attrezzo. Si raccomanda di chiudere le docce e di usare le ciabatte quando si cammina negli spogliatoi.
Gli indumenti ritrovati negli spogliatoi, se non richiesti a breve, dopo due settimane verranno distribuiti ad Enti di beneficenza. Negli spogliatoi è necessario, per rispetto all'ambiente e agli altri utenti, tenere un comportamento corretto. E' vietato circolare negli stessi sprovvisti di accappatoio o indumenti idonei.
9. **Armadietti.** Negli spogliatoi è in funzione un servizio "Armadietti a rotazione". Gli utenti possono servirsene con un lucchetto personale, senza assunzione di responsabilità in merito alla custodia da parte del C.C.S.C. Si raccomanda di non dimenticare chiuso l'armadietto a rotazione. Gli armadietti trovati chiusi al termine della giornata verranno aperti per consentirne l'uso ad altri iscritti. Presso la Reception sono a disposizione degli utenti box personali con sistema di chiusura elettronica a tempo.
10. **In tutto il Centro Sportivo è vietato fumare.**
11. **Emergenza.** Attenersi alle norme previste in materia di sicurezza ed esposte nella bacheca della Reception.
12. **Infortunio.** In caso di infortunio comunicare subito l'accaduto al personale del C.C.S.C. e anche per iscritto alla Direzione entro tre giorni.

SINTESI DELLE PRINCIPALI NORME IGIENICHE

1. **Nelle palestre e sul piano vasca utilizzare calzature che non si utilizzano all'esterno**

2. Negli spogliatoi di accesso alle piscine entrare nelle cabine dalla porta di entrata con calzature da esterno e uscire dalla porta di uscita con pannelle da piscina
3. Rispettare sempre i percorsi di separazione per garantire la massima sicurezza igienica
4. I genitori che accompagnano i bambini negli spogliatoi delle piscine devono munirsi di soprascarpe usa e getta
5. E' vietato introdurre animali in tutto il C.C.S.C.
6. Accedere in piscina utilizzando i passaggi obbligati
7. Fare una doccia saponata prima di entrare in vasca
8. Non cospargersi di olii o prodotti analoghi
9. Nuotare senza orologi, catenine o anelli
10. Consultare gli assistenti di piscina sulla disponibilità delle corsie
11. E' vietato fare apnea
12. Prima di utilizzare la sauna o il bagno di vapore fare una doccia saponata
13. Nelle saune e nei bagni di vapore è vietato radersi e lasciare indumenti all'interno
14. Nelle saune e nei bagni di vapore è vietato introdurre giornali o riviste

AVVISI PARTICOLARI

Balconata. Durante le lezioni dei corsi ragazzi è vietato interferire nell'attività degli insegnanti e comunque comunicare con gli allievi. Non si possono aprire le porte e le finestre in quanto la temperatura dell'ambiente è controllata elettronicamente, e per ovvi motivi di sicurezza è vietato far salire sulle sedie i bambini nonché appoggiarli sulla balaustra.

Consumazioni e merende. Per motivi igienici cibi e bevande devono essere consumati esclusivamente nel bar-ristorante.

Pagamenti. All'interno del Centro Sportivo ogni rapporto per prestazioni o servizi è regolato e saldato esclusivamente presso la Reception – Segreteria con fatturazione appropriata.

La direzione si riserva il diritto, qualora lo ritenesse utile o necessario, di modificare in tutto o in parte il presente regolamento e di prendere qualsiasi provvedimento anche se in esso non contemplato.

La direzione si affida agli iscritti perché contribuiscano al mantenimento dell'ambiente nell'ordine e nel rispetto totale delle persone.

Il Responsabile del C.C.S. CHAMPAGNAT

Genova, gennaio 2005

