

- Artículo 1.** El presente reglamento tiene como objetivo establecer los lineamientos para el uso del área de pesas y cardiovascular, así como promover el uso seguro y respetuoso de esta área.
- Artículo 2.** Cada usuario tiene la obligación de respetar en todo momento a los demás usuarios, trabajadores e instalaciones.
- Artículo 3.** Los aparatos y el equipo se deben compartir. Cuando dos o más usuarios deseen ocupar el mismo equipo, este deberá utilizarse por turnos intercalados entre ellos.
- Artículo 4.** Después de utilizar los aparatos y sus accesorios, cada usuario debe descargarlos y devolverlos a su lugar.
- Artículo 5.** Es indispensable usar ropa y calzado deportivo, así como usar una toalla para limpiarse el sudor y los aparatos que se hayan utilizado.
- Artículo 6.** En caso de requerir ayuda, informe al responsable del área, nuestro personal está facultado para guiarlo y asesorarle.
- Artículo 7.** En esta área no está permitido realizar las siguientes acciones:
- A. Incurrir en conductas antideportivas o inmorales.
 - B. Azotar el equipo de pesas.
 - C. Ingresar con envases de cristal o sin tapa.
 - D. Ingresar con maletas o mochilas.
 - E. Consumir alimentos.
 - F. Sacar material de esta área.
 - G. Utilizar y comercializar sustancias prohibidas.
 - H. Utilizar reproductores de música como bocinas.
- Artículo 8.** Esta área es exclusiva para mayores de edad. Los juveniles de 14 años en adelante podrán hacer uso del área de pesas y cardiovascular, siguiendo las instrucciones del responsable en todo momento y bajo la firma de la carta de autorización del padre, madre o tutor.
- Artículo 9.** El Club no se hace responsable por objetos olvidados o extrañados, así como por lesiones ocasionadas por la desobediencia de las indicaciones del responsable del área o del mal uso de los aparatos.
- Artículo 10.** El entrenador, o su suplente, es el responsable del área de pesas y cardiovascular, en caso de desacato, se turnará el caso ante la Gerencia o a la Comisión de Usuarios y Conducta.

En la YMCA estamos para servirte, las asesorías en el área de pesas y cardiovascular no tienen un costo adicional.

REGLAMENTO

ÁREA DE PESAS Y CARDIOVASCULAR