

Con la finalidad de convivir armónicamente en esta área, requerimos tu apoyo para cumplir los siguientes lineamientos:

1. Respeta en todo momento a los demás usuarios, trabajadores e instalaciones.
2. Cuida tus modales y lenguaje.
3. Comparte los aparatos y el equipo. Cuando otro usuario esté esperando, se deberán turnar.
4. Después de utilizar los aparatos y sus accesorios, descárgalos y devuélvelos a su lugar.
5. Es indispensable usar ropa y calzado deportivo. Así como traer una toalla facial para limpiarse el sudor y los aparatos que hayas utilizado.
6. Solicita apoyo al responsable del área, nuestro personal está facultado para guiarte y asesorarte.
7. Las acciones prohibidas en esta área son las siguientes:
  - Incurrir en conductas antideportivas o inmorales.
  - Azotar el equipo de pesas.
  - Ingresar con envases de cristal o sin tapa.
  - Ingresar con maletas o mochilas.
  - Consumir alimentos.
  - Sacar material de esta área.
  - Utilizar y comercializar sustancias prohibidas.
  - Utilizar reproductores de música como bocinas.
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.
9. La autoridad es el responsable del área de pesas y cardiovascular, en caso de desacato, se turnará el caso a la Gerencia o a la Comisión de Usuarios y Conducta.
10. La Gerencia y el Jefe de Programa Físico tienen plena facultad para cambiar a los profesionales que se encuentren en esta área.
11. El Club no se hace responsable por objetos olvidados o extraviados, así como por la desobediencia de las indicaciones del profesional o el mal uso de los aparatos.
12. 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