

## REGOLAMENTO ATTIVITA' DI PREVEZIONE e MANTENIMENTO

### REQUISITI PER IL TESSERAMENTO

- Per accedere alle attività di Fitness Medico (percorsi di riabilitazione e/o mantenimento) è **indispensabile effettuare una visita** presso il nostro medico interno Responsabile del settore Fitness Medico, *Dr. Palli (Medico dello Sport)*. Durante la visita il medico esegue uno screening generale sullo stato di salute e rilascia una prescrizione valida un anno. La visita andrà poi rinnovata entro la relativa data di scadenza. Qualora ciò non avvenisse, la Direzione si riserva la facoltà di bloccare le prenotazioni fino ad avvenuto rinnovo.
- Per fruire delle attività di Fitness Medico è indispensabile utilizzare la **tessera personale elettronica (badge)** per effettuare l'accesso all'area Fitness Medico e agli spogliatoi. Se non si è in possesso del badge personale l'accesso non sarà consentito.

### TESSERA PERSONALE ELETTRONICA (BADGE)

- La tessera elettronica è **personale e non cedibile**, sulla stessa verrà caricata la quota e il periodo per l'accesso alle attività di interesse. La tessera sarà di proprietà del Poliambulatorio e **consegnata gratuitamente** al momento del primo tesseramento; rimarrà in possesso del Cliente fino a che deciderà di abbonarsi ai nostri servizi, nel momento in cui non frequenterà più sarà tenuto a riconsegnare la tessera in reception.
- Nel corso di validità di un abbonamento, se la tessera sarà smarrita e/o danneggiata il Cliente potrà ritirarne una nuova al **costo di 5 €**.
- E' possibile **effettuare l'accesso fino a 15 minuti prima dell'orario dell'inizio dell'attività** sottoscritta. Gli spogliatoi aprono alle 8.15.

### QUOTA DI ISCRIZIONE

- La quota di iscrizione si versa presso la reception del Poliambulatorio ed ha un costo diverso a seconda dell'attività che si vuole svolgere. Per informazioni sui prezzi rivolgersi al personale di reception.
- Se il periodo di abbonamento è scaduto NON sarà permesso l'accesso fino a che non viene effettuata una nuova iscrizione.
- NON saranno effettuabili **recuperi** di giornate perse nell'arco del vostro abbonamento, eccezion fatta per SERI MOTIVI DI SALUTE che implicino un'astensione dall'attività superiore ai 7 giorni; per poter usufruire dei recuperi sarà necessario avvisare la reception del proprio stato di salute entro 1 giorno dalla data di assenza e presentare al proprio rientro certificato medico (recante prescrizione di astensione per un periodo superiore a 7 giorni di calendario). Eventuali festività comprese all'interno dell'abbonamento non saranno da ritenersi giornate da recuperare. Solo nei periodi di riduzione degli orari (festivi ed estivi) il Poliambulatorio dà la possibilità di sospendere gli abbonamenti delle attività ad accesso libero previ accordi presi con la reception.
- Per le attività a numero chiuso vedere le specifiche nella sezione ATTIVITA' DI PREVENZIONE E MANTENIMENTO A NUMERO CHIUSO.

### MODALITA' DI ACCESSO ALLE ATTIVITA' PREVENZIONE E MANTENIMENTO IN PALESTRA ATTREZZI

- **È sempre necessario prenotarsi tramite l'app Gymmy**, scaricabile dallo store del proprio smartphone, per la giornata e la fascia oraria desiderata. È possibile **prenotarsi di settimana in settimana fino a 2 ore prima dell'inizio della fascia oraria prescelta** e ci si può **cancellare almeno 3 ore prima così da offrire la possibilità ad un altro utente di accedere. Le prenotazioni non disdette non saranno recuperate**. Per lasciare spazio al maggior numero di utenti possibile, consigliamo di prenotare un massimo di 3 sedute a settimana.
- Se l'orario al quale ci si vuole iscrivere è pieno ci si può iscrivere alla lista d'attesa. Nel caso qualcuno disdica la seduta l'applicazione invierà una notifica al primo utente in lista d'attesa che rientrerà automaticamente nella lista dei prenotati e potrà partecipare.
- Se una persona non ha prenotato ma nella fascia oraria desiderata non è ancora stato raggiunto il numero massimo di persone consentito, può rivolgersi alla reception o contattare il numero 051 0221 e chiedere di essere inserito anche nelle fasce orarie non più aperte alla prenotazione su App.
- Coloro che sono impossibilitati ad attivare Gymmy possono riferirsi al personale di reception.

**IMPORTANTE:** gli orari verranno attivati al raggiungimento **minimo di 3 iscritti**. In caso non si raggiunga tale numero la struttura ha la facoltà di chiudere tali fasce inviando un messaggio tramite l'applicazione Gymmy. Si consiglia quindi di non disattivare le notifiche dell'applicazione. Il primo orario del Lunedì di Palestra attrezzi è sempre garantito anche senza il raggiungimento del numero minimo di iscritti.

## MODALITA' DI ACCESSO ALLE ATTIVITA' DI PREVENZIONE E MANTENIMENTO A NUMERO CHIUSO

**ATTIVITA' IN PALESTRA:** valgono le stesse regole applicate alla Palestra Attrezi. Consigliamo un abbigliamento comodo (tuta da ginnastica, pantaloncini, ecc.) e calzini. Prenotazione presso la Reception.

**AVVIAMENTO DELLE ATTIVITA':** le attività vengono avviate con un numero minimo di prenotazioni e hanno un numero massimo di accessi. Per essere sicuri di non rimanere esclusi il mese successivo, occorre **rinnovare l'abbonamento entro la fine del mese corrente.**

**RECUPERI:** NON saranno effettuabili recuperi di giornate perse nell'arco dell'abbonamento.

## NORME DI COMPORTAMENTO

- E' obbligatorio mantenere un comportamento corretto ed educato, improntato al rispetto degli altri tesserati e del personale.
- La pulizia e l'ordine degli ambienti sono affidati anche alla buona educazione e al senso del rispetto dei tesserati.
- E' vietato circolare negli ambienti comuni senza indumenti.
- E' vietato accedere alle palestre in assenza del chinesologo.
- Ogni tesserato è tenuto a seguire le indicazioni dei chinesologi e del personale incaricato; in particolare ad eseguire gli esercizi nel modo indicato, a non utilizzare gli attrezzi in modo diverso da quello per cui sono messi a disposizione, a non provocare situazione di pericolo per sé o per altri, ad osservare le elementari norme di igiene e di sicurezza.

Non si accettano mancanze comportamentali, l'intento del Poliambulatorio MEDICA è salvaguardare la tranquillità e la sicurezza dei tesserati. In caso di inottemperanza la Direzione si riserva a suo insindacabile giudizio, in qualsiasi momento, di ritirare la tessera, sospendere l'abbonamento o, in casi estremi, di espellere il tesserato.

## UTILIZZO DEGLI SPOGLIATOI

- **ARMADIETTI:** non è consentito lasciare negli spazi comuni borse ed indumenti, ma andranno riposti negli armadietti utilizzabili debitamente imbustati. Gli armadietti garantiscono la sicurezza solo se chiusi con un *lucchetto* avente diametro dello spessore dell'anello di chiusura di almeno 5 mm. La Direzione non è responsabile di furti o smarrimenti di oggetti lasciati incustoditi negli spogliatoi. Per gli oggetti di valore (portafogli, telefoni cellulari, etc.) si possono utilizzare le apposite *cassette portavalori* situate nei corridoi degli spogliatoi e in palestra. Armadietti e cassette portavalori devono necessariamente essere liberate al termine dell'attività in quanto è vietato lasciare oggetti personali oltre l'orario di apertura. Se il personale addetto risconterà armadietti occupati al momento della chiusura provvederà ad affiggere un avviso e, dopo 48 ore, è autorizzato all'apertura dello stesso rimuovendo il lucchetto. Gli oggetti recuperati verranno depositati nel locale dedicato agli oggetti smarriti (vedi sotto).
- **OGGETTI SMARRITI:** ogni sera il personale di reception effettua un controllo degli spogliatoi, provvedendo a depositare eventuali oggetti dimenticati dalla clientela in apposito locale; in caso di smarrimenti, potrete quindi rivolgervi al personale di reception fornendo una descrizione dell'oggetto smarrito.
- Gli oggetti smarriti saranno conservati per un mese trascorso il quale senza ricevere richieste di restituzione gli oggetti saranno smaltiti tra i rifiuti.

## COMUNICAZIONI ALLA CLIENTELA

- **COMUNICAZIONI:** nel corridoio che porta agli spogliatoi è allestita una *bacheca* all'interno della quale vengono affisse tutte le informazioni relative a variazioni degli orari o inserimento/modifica delle attività. Consigliamo di controllare in bacheca a ogni vostro ingresso al fine di essere informati sulle variazioni. Consigliamo inoltre, per evitare spiacevoli inconvenienti, nel caso di rientro dopo un prolungato periodo di assenza, di chiedere gli orari aggiornati in quanto la programmazione delle attività può subire variazioni.
- Consigliamo caldamente di aderire alla **newsletter** dalla home page del sito [www.medicapoliambulatori.it](http://www.medicapoliambulatori.it) oppure di richiedere l'iscrizione al **Gruppo Facebook "Medica Palestra & Piscina"** per rimanere sempre aggiornati su orari e novità.

La Direzione, il personale medico ed il personale di palestra sono a vostra disposizione per fornirvi tutte le indicazioni ed i consigli utili in merito alle attività.