

## **REGOLAMENTO GENERALE DELLA PALESTRA DAI ORA S.R.L.**

**Premessa** Il presente regolamento disciplina le modalità di accesso, comportamento, utilizzo delle attrezzature e dei servizi offerti dalla palestra. Ogni iscritto, frequentatore o visitatore della struttura è tenuto a prenderne visione, accettarlo integralmente e rispettarlo scrupolosamente. L'obiettivo è garantire un ambiente sicuro, igienico, ordinato e rispettoso per tutti gli utenti e per il personale.

\*\*\*

### **1. ISCRIZIONE E DOCUMENTAZIONE**

1.1. L'iscrizione è obbligatoria per accedere a qualsiasi servizio della palestra. Essa comporta la compilazione del modulo di iscrizione, la sottoscrizione del presente regolamento, l'accettazione delle condizioni contrattuali e la firma per il trattamento dei dati personali.

1.2. Gli iscritti devono presentare obbligatoriamente un certificato medico per attività sportiva non agonistica in corso di validità (rilasciato da non oltre 12 mesi). Se in possesso di certificato medico per attività agonistica, gli iscritti potranno presentare tale certificato.

1.3. L'età minima per l'iscrizione è 14 anni. I minorenni possono iscriversi solo previa autorizzazione scritta dei genitori o del tutore legale, che si assume ogni responsabilità per la frequenza del minore.

1.4. Tutti gli iscritti riceveranno le credenziali di accesso all'applicazione Dai Ora necessarie per l'accesso ai locali. L'utilizzo da parte di terzi comporta l'annullamento immediato dell'iscrizione senza diritto a rimborso.

1.5. L'accesso occasionale è previsto tramite ingressi singoli o pacchetti giornalieri/settimane. Anche in questo caso è obbligatoria la presentazione del certificato medico.

### **2. ORARI DI APERTURA E CALENDARIO ATTIVITÀ**

2.1. La palestra osserva i seguenti orari di apertura ordinari:

- Lunedì-Venerdì: 6:00 - 21:00
- Sabato: 8:00 - 13:00

2.2. Eventuali attività speciali ed extra rispetto all'attività di sala e di personal trainer seguono un calendario specifico e possono essere organizzate al di fuori degli orari sopra indicati. Per la partecipazione alle attività straordinarie è in ogni caso sempre necessaria l'iscrizione mediante la app o mediante eventuali form specifici forniti dal personale della palestra.

2.3. Eventuali variazioni di orario, chiusure straordinarie, manutenzioni programmate o interruzioni dei servizi saranno comunicate con anticipo tramite affissioni, newsletter o app.

### **3. IGIENE, ABBIGLIAMENTO E COMPORTAMENTO GENERALE**

- 3.1. Gli utenti devono presentarsi in condizioni igieniche decorose e utilizzare indumenti sportivi adeguati. È vietato accedere in palestra con abbigliamento sporco, infradito o senza maglietta.
- 3.2. È obbligatorio l'uso di scarpe da ginnastica pulite e riservate all'attività indoor. Non è consentito l'uso di scarpe indossate all'esterno.
- 3.3. Ogni iscritto deve utilizzare un asciugamano personale da stendere sugli attrezzi o panche durante l'uso e portare un secondo asciugamano per la doccia.
- 3.4. Non è consentito introdurre cibo nelle aree fitness, è consentita solo acqua o integratori liquidi in contenitori chiusi e personali.
- 3.5. Ogni utente deve mantenere un comportamento rispettoso, non molesto, e utilizzare un tono di voce adeguato. Linguaggio volgare, aggressivo o offensivo non è tollerato.
- 3.6. È vietato scattare fotografie o video senza il consenso della direzione e delle persone riprese all'interno degli spogliatoi.

### **4. UTILIZZO DEGLI ATTREZZI E DELLE SALE ALLENAMENTO**

- 4.1. Le attrezzature devono essere utilizzate secondo le istruzioni ricevute o secondo la segnaletica apposta sugli stessi. È vietato modificarne le impostazioni tecniche o utilizzarle in modo improprio.
- 4.2. Gli utenti devono lasciare libere le postazioni una volta terminato l'esercizio e non occupare inutilmente macchine o panche.
- 4.3. Dopo l'uso, pesi, bilancieri, dischi, tappetini e altri strumenti devono essere riposti negli appositi spazi. Il mancato rispetto di questa norma comporta sanzioni disciplinari.
- 4.4. Lanciare pesi, dischi o manubri è severamente vietato.
- 4.5. È obbligatorio disinfettare le attrezzature dopo l'uso utilizzando gli appositi prodotti messi a disposizione.
- 4.6. In caso di guasti o anomalie alle attrezzature, è necessario informare immediatamente il personale.

### **5. CORSI, PRENOTAZIONI E ATTIVITÀ COLLETTIVE**

- 5.1. L'accesso alla sala e alle attività personal trainer è subordinato alla prenotazione obbligatoria tramite app o reception.
- 5.2. È richiesta la massima puntualità.
- 5.3. In caso di impossibilità a partecipare al corso prenotato, l'annullamento deve avvenire almeno 3 ore prima dell'inizio.
- 5.5. Ogni corso è tenuto da personale qualificato.

### **6. SPOGLIATOI, SERVIZI IGIENICI E SICUREZZA**

6.1. Gli spogliatoi devono essere utilizzati nel rispetto delle norme igieniche. La Dai Ora non si assume responsabilità per indumenti, scarpe o oggetti personali lasciati fuori dagli armadietti sprovvisti di lucchetto.

6.2. Gli armadietti sono a uso giornaliero salvo diverse disposizioni contrattuali. Devono essere liberati a fine allenamento.

6.3. Gli utenti sono invitati a utilizzare ciabatte nelle docce per motivi igienico-sanitari.

6.4. È vietato fumare in qualsiasi area della struttura, inclusi spogliatoi e cortili interni.

6.5. In caso di emergenza (incendio, evacuazione), seguire scrupolosamente le indicazioni del personale e i percorsi di emergenza.

## **7. COMPORTAMENTO E NORME DISCIPLINARI**

7.1. La direzione si riserva il diritto di richiamare, sospendere o espellere l'utente che violi il presente regolamento.

7.2. In base alla gravità dell'infrazione si può procedere con:

- Richiamo verbale
- Richiamo scritto
- Sospensione temporanea dell'accesso
- Espulsione definitiva senza diritto a rimborso

7.3. In caso di danni a strutture o attrezzature per uso improprio o dolo, l'utente sarà tenuto al risarcimento completo.

7.4. Comportamenti lesivi della dignità altrui, molestie, discriminazioni o atti di violenza verbale/fisica saranno perseguiti a norma di legge.

## **8. PAGAMENTI, RIMBORSI E SOSPENSIONI**

8.1. I pagamenti devono essere effettuati secondo le modalità indicate nel contratto

8.2. Le quote non sono rimborsabili.

8.3. La sospensione dell'abbonamento è possibile nei termini previsti dal contratto. Richieste retroattive non saranno accolte.

8.4. La riattivazione dell'abbonamento sospeso deve essere comunicata con preavviso.

## **9. DISPOSIZIONI FINALI**

9.1. Il presente regolamento può essere aggiornato in qualsiasi momento per esigenze operative, igienico-sanitarie o normative.

9.2. Gli utenti saranno informati tempestivamente tramite affissione in bacheca, newsletter o comunicazioni via app.

9.3. L'iscrizione e la permanenza in palestra presuppongono l'accettazione incondizionata di tutte le clausole presenti.

**Grazie per la collaborazione.**

**Dai Ora S.R.L.**

A handwritten signature in black ink, appearing to be "Dai Ora", written in a cursive style.