

## REGLAMENTO INTERNO DEL GIMNASIO DE LA UNIVERSIDAD COOPERATIVA DE COLOMBIA CAMPUS IBAGUE-ESPINAL.

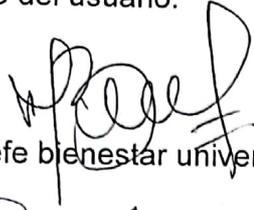
Este reglamento tiene como objetivo, establecer en forma clara y oportuna con un gran sentido de igualdad y equidad las normas que permitan el disfrute de la vida en forma colectiva, además de fomentar las funciones básicas del descanso, la diversión, el complemento de la formación, la socialización, la creatividad y el desarrollo armónico de las personas.

Además, nuestro gimnasio cumple un papel importante dentro de la universidad al promover la actividad física, programada y dosificada para la obtención del bienestar físico, mental y espiritual de cada uno de nuestros usuarios:

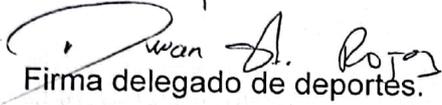
1. No se permite el ingreso al gimnasio bajo el efecto del alcohol o sustancias psicoactivas.
2. Es obligatorio presentar el carnet que lo acredita como miembro de la comunidad académica.
3. Es requisito indispensable para el ingreso al gimnasio, portar toalla personal y ropa deportiva.
4. Es obligatorio el uso de calzado deportivo durante el entrenamiento en el gimnasio.
5. Está prohibido el consumo de alimentos, licor o fumar dentro del gimnasio.
6. No se permite el ingreso de mascotas.
7. La permanencia en el gimnasio debe estar supervisada por el instructor.

8. Los usuarios deben acatar las indicaciones que del instructor en todo momento.
9. Es deber de los usuarios reubicar los discos, barras, mancuernas, bancos y pines en el lugar correspondiente.
10. Queda prohibido el uso de jeans, camisas dentro del gimnasio para la práctica deportiva.
11. Es su deber hacer uso adecuado de los equipos e implementos dispuestos para la actividad física, en caso de daños de equipos por manejo inadecuado, es deber informar al instructor a cargo el daño de los elementos.
12. La administración del gimnasio no se hace responsable por pérdida o daño de ningún elemento personal.
13. Por su seguridad no use anillos, ni pulseras, y aretes mientras haga uso de los equipos.
14. Recuerde guardar sus pertenencias dentro de los casilleros, el uso de estos será exclusivamente durante la estancia en el gimnasio o el periodo del ejercicio.
15. Los casilleros son de uso comunitario, por lo tanto, no se asignan a nombre de ningún usuario, y se irán usando en orden de llegada.
16. No se permite guardar elementos en casillero con candados, ni dejar objetos en los casilleros de un día para otro. Por cuestiones de seguridad los casilleros que se dejen con candado al finalizar la jornada serán abiertos y los elementos puestos en custodia.
17. Maneje un lenguaje y trato adecuado dentro de las instalaciones.
18. Está prohibido utilizar los elementos del gimnasio para fines diferentes a su propósito original.
19. No utilice pesos más allá de sus capacidades físicas.

El incumplimiento de alguno de los ítems del presente reglamento dará a lugar a la suspensión del uso de las instalaciones del gimnasio del usuario.



Firma Jefe bienestar universitario.



Firma delegado de deportes.

Documento actualizado 2023