



REGOLAMENTO GYMNASTX a.s.d.

Sicurezza:

- la presenza in palestra è strettamente riservata agli Atleti/tesserati/Soci della Gymnastx a.s.d.;
- terminata la lezione cessa ogni obbligo di sorveglianza e responsabilità da parte dell'insegnante;
- gli Atleti del Settore Promozionale sono tesserati con EPS (CSI), gli Atleti Agonisti con F.G.I. o F.I.S.A.C.;
- tutti gli Atleti/tesserati/Soci di età compresa fra i 5 e i 11 anni dovranno consegnare fotocopia del libretto sanitario dello sportivo (rilasciato dal pediatra), oltre questa età, se gareggiano, dovranno sottoporsi a visita di medicina sportiva e consegnare copia dell'idoneità specifica alla pratica dell'attività agonistica della ginnastica; gli Atleti/tesserati/Soci "over 11" che non partecipano a gare, sono comunque tenuti a presentare una certificazione medica di "idoneità alla pratica non agonistica della ginnastica" (rilasciata dal medico di base);
- è vietato l'ingresso in palestra e l'inizio dell'attività senza la presenza ed il permesso dell'insegnante;
- si raccomanda la puntualità: un buon riscaldamento è strumento di prevenzione degli infortuni, per questo motivo, se il ritardo dovesse superare i 15 minuti, l'ammissione alla lezione sarà a discrezione dell'insegnante.
- Ai genitori, per motivi assicurativi, non viene consentito l'accesso in palestra durante le lezioni ordinarie.

Comportamento:

- Il comportamento degli Atleti/tesserati/Soci dovrà essere esemplare sotto ogni profilo.
- Tutti gli utenti dovranno prestare particolare attenzione all'igiene personale e al rispetto della struttura.
- Nulla di personale potrà essere lasciato all'interno della struttura, la quale non si riterrà responsabile di ciò che verrà smarrito.

Abbigliamento e attrezzatura:

- **ginnastica artistica:** body blu/oro per le femmine, pantaloncino rosso e maglietta di cotone bianco per i maschi;
- **ginnastica ritmica:** body societario con gonnellino, attrezzi secondo il consiglio dell'Insegnante e "mezze punte";
- ginnastica acrobatica:** body societario con "X" sui fianchi;
- altre discipline:** abbigliamento secondo il consiglio dell'Insegnante;
- per tutti i settori: i capelli vanno raccolti e tirati indietro in modo da avere il viso scoperto, usare solo elastici e mollette piatte.**
- calzature:** calzini bianchi o piede scalzo, scarpette solo se consigliate dall'insegnante.

E' vietato:

- indossare orecchini, braccialetti, catenine ed orologi (sono ammessi solo piccoli orecchini a lobo, non pendenti);
- entrare in palestra (in tutti i locali della palestra) con gomme da masticare, caramelle, cibo o bibite. E' consentito consumare solo acqua, sarà possibile fare merenda all'esterno della struttura anche per evitare intralci negli spogliatoi durante i cambi d'ora;
- portare in palestra telefonino, giocattoli o giochi elettronici;
- utilizzare trucchi (per non sporcare pedane, materassi, tessuti) e creme (per motivi di sicurezza) durante gli allenamenti.

Si informano gli Atleti/tesserati/Soci che i corsi sono a numero chiuso. Sono previsti sconti per famiglie con più di un iscritto alle attività sportive: in questo caso contattare la segreteria per calcolare l'importo dello sconto.

In caso di malattia rispettate i consigli del medico prima di riprendere le lezioni, e informate la segreteria del periodo previsto di assenza.

Nel caso di ritiro dell'atleta siete pregati di darne immediata comunicazione alla Segreteria in modo da rendere disponibile il posto.

Per nessun motivo sono ammessi rimborsi per le lezioni non usufruite, fatto salvo tempestiva comunicazione di malattia certificata dal medico, di durata superiore alle tre settimane; in questo caso si avrà diritto ad un "buono" spendibile nel quadrimestre seguente o nell'anno sportivo successivo.

Il rinnovo per il secondo periodo è da sottoscrivere entro e non oltre l'ultima settimana di gennaio. In caso di ritardo non è garantito l'accesso al corso con la precedenza sugli altri Atleti/tesserati/Soci. Saranno invece accolti gli Atleti/tesserati/Soci che, per tempo, avranno sottoscritto e/o rinnovato l'iscrizione ai corsi.

Se il ritardo nei pagamenti dovesse superare le due settimane non sarà più consentito l'accesso agli impianti.