

NORMAS DE ACCESO Y USO

Gimnasio a bordo

Contenido

1.	Tarifas de acceso.....	3
2.	Condiciones de acceso.....	3
3.	Higiene y salud.....	3
	RECOGIDA DEL MATERIAL	4
	DESCARGA DE BARRAS	4
	USO RESPONSABLE DE LOS EQUIPOS.....	4
5.	Convivencia y respeto.....	4
	TELÉFONOS MÓVILES Y MÚSICA	4
	ESPACIO PERSONAL.....	4
	COMPORTAMIENTO	4
6.	Seguridad	5
	ACCESO DE MENORES	5
	USO SEGURO DE LOS PESOS.....	5
	RESPONSABILIDAD DEL USUARIO.....	5
	EMERGENCIAS	5
	AVISO IMPORTANTE	5

1. Tarifas de acceso

Se establecen dos tarifas para el acceso al gimnasio:

- **Conductores profesionales:** 3 € por persona.
- **Pasajeros:** 5 € por persona.

El precio incluye el acceso al gimnasio durante la totalidad del trayecto.

2. Condiciones de acceso

- **Identificación:** el acceso se controlará mediante una pulsera azul de Trasmed.
- **Duración:** acceso válido durante todo el viaje.
- **Disponibilidad:** servicio habilitado exclusivamente en trayectos diurnos.
- **Aforo máximo:** 15 personas simultáneamente.
- **Control de acceso y ventas:** la azafata será responsable de gestionar la venta, entregar las pulseras y controlar el aforo.

El acceso estará condicionado al cumplimiento de las normas de higiene, convivencia y seguridad recogidas en este reglamento

3. Higiene y salud

USO OBLIGATORIO DE TOALLA

Es obligatorio utilizar una toalla para cubrir bancos, colchonetas y máquinas, evitando el contacto directo del sudor con los equipos.

LIMPIEZA DEL MATERIAL

Después de cada uso, el usuario deberá limpiar y desinfectar las máquinas, mancuernas y demás materiales utilizados con los productos y el papel facilitados en el gimnasio.

VESTIMENTA

Es obligatorio utilizar ropa deportiva adecuada y calzado deportivo cerrado, limpio y de uso exclusivo para la actividad física.

No está permitido acceder al gimnasio con calzado de calle, chanclas, sandalias o ropa no adecuada para la práctica deportiva.

HIDRATACIÓN

Únicamente está permitido consumir agua en botellas o recipientes herméticos. No se permite introducir alimentos, bebidas alcohólicas, vasos abiertos u otros recipientes que puedan derramarse.

4. Uso del material y de la maquinaria

RECOGIDA DEL MATERIAL

Al terminar cada ejercicio, las mancuernas, discos, barras, colchonetas y demás materiales deberán colocarse nuevamente en su lugar correspondiente.

DESCARGA DE BARRAS

Los discos deberán retirarse de las barras después de su utilización. Las barras y los discos deberán quedar correctamente ordenados en sus soportes.

USO RESPONSABLE DE LOS EQUIPOS

No está permitido reservar, apartar o retener varias máquinas o mancuernas al mismo tiempo. Cuando haya otros usuarios esperando, se deberá facilitar la rotación y evitar permanecer sentado en las máquinas durante los periodos de descanso.

Los equipos deberán utilizarse exclusivamente para los ejercicios y finalidades para los que han sido diseñados.

5. Convivencia y respeto

TELÉFONOS MÓVILES Y MÚSICA

El uso de música en teléfonos móviles, tabletas u otros dispositivos deberá realizarse siempre con auriculares.

Se recomienda evitar las llamadas telefónicas dentro de la zona de entrenamiento para no distraer ni molestar al resto de los usuarios.

ESPACIO PERSONAL

Es obligatorio respetar el espacio de entrenamiento de los demás pasajeros.

No se deberá pasar cerca de una persona que esté realizando ejercicios con pesas, barras o peso libre, especialmente durante la ejecución del movimiento.

COMPORTAMIENTO

Los usuarios deberán mantener en todo momento una actitud respetuosa y evitar gritos, conductas inapropiadas o cualquier comportamiento que pueda molestar o poner en riesgo a otras personas.

6. Seguridad

ACCESO DE MENORES

Los menores de edad deberán contar con una autorización firmada por su padre, madre o tutor legal. Además, deberán permanecer acompañados y supervisados por una persona adulta durante todo el tiempo que utilicen las instalaciones.

USO SEGURO DE LOS PESOS

No está permitido lanzar o dejar caer bruscamente mancuernas, barras, discos u otros materiales al suelo.

Esta norma tiene como objetivo prevenir lesiones, ruidos, molestias y daños en las instalaciones del buque.

RESPONSABILIDAD DEL USUARIO

Cada usuario deberá adaptar el ejercicio a su condición física y utilizar los equipos de manera responsable.

En caso de duda sobre el funcionamiento de una máquina, deberá solicitar información al personal antes de utilizarla.

No se recomienda realizar actividad física en caso de encontrarse indispuesto, sufrir mareos o presentar alguna condición médica que pueda verse agravada por el ejercicio.

EMERGENCIAS

En caso de emergencia, incidencia o indicación de la tripulación, los usuarios deberán interrumpir inmediatamente la actividad y seguir las instrucciones del personal del buque.

Las indicaciones de seguridad y navegación de la tripulación prevalecerán sobre la utilización del gimnasio.

AVISO IMPORTANTE

El acceso al gimnasio implica la aceptación de este reglamento.

El incumplimiento de las normas, el uso inadecuado de las instalaciones o cualquier comportamiento que pueda comprometer la seguridad o el bienestar de otros usuarios podrá suponer la retirada de la autorización de acceso, sin derecho a la devolución del importe abonado.

Aforo máximo: 15 personas.

Acceso exclusivo mediante pulsera azul de Trasmed.

Servicio disponible durante la totalidad del trayecto diurno.