

## Normativa general centro

- Para el buen funcionamiento del centro se precisa que todos sigamos una normativa básica. Por ello le pedimos su colaboración. Ayúdenos respetándola.
- La aceptación de la normativa comporta la cesión de los derechos de imágenes para uso promocional en nuestros medios de comunicación. En caso de no estar de acuerdo comuníquelo en recepción.
- La aceptación de esta normativa comporta el consentimiento a recibir información acerca del centro.
- La dirección del centro se reserva el derecho a modificar la normativa en caso de que fuera necesario con el fin de velar por el correcto funcionamiento de la instalación y sus socios.

### Horarios del centro Modolell Sports

- Lunes a viernes de 7h a 23h, sábados de 8:30h a 20:30h, domingos de 8:30h a 14h y de 17h a 20:30h y festivos de 8:30h a 14h.
  - Los espacios deportivos se clausurarán ½ hora antes del cierre de la instalación. La recepción a la hora en punto.
  - El centro abre todos los días del año excepto el 25 de diciembre y el 1 de enero.
  - Los días 24 y 31 de diciembre el centro cerrará a las 15h.
  - El cierre y los cambios de horario en fiestas y vigilia se notificarán en la recepción del centro mediante comunicado interno.
  - El horario se podrá modificar por causas de interés general.

## Normas Administrativas

- Será necesario entregar el DNI y fotocopia de un recibo bancario, donde conste el titular y número de cuenta corriente, en el momento de formalizar la incorporación al centro.
- En caso de ser menor de edad deberá añadirse una autorización paterna o del tutor legal.
- Es obligatorio firmar el PAR-Q que se le facilitará en recepción en el que se indica que es apto para la actividad física. En caso de responder alguna de las preguntas de manera afirmativa deberá presentarnos una revisión médica autorizando la práctica de deporte.
- El centro se compromete, en todo momento, a respetar lo que dispone la Ley de Protección de Datos.

## Formas de Pago

- La actualización de las cuotas de abonados se hará efectiva cada uno de enero del año entrante.
- El importe de los gastos de gestión y la primera mensualidad se podrá pagar en efectivo o mediante tarjeta de crédito.
- El pago de la primera mensualidad se realizará según la fecha de alta. Del 1 al 5 se pagará la mensualidad completa. Del 6 al 20 la parte proporcional. A partir del día 21 se pagará la mensualidad correspondiente al mes siguiente.
- Las mensualidades serán domiciliadas en la entidad bancaria facilitada por el abonado durante los primeros días de mes.
- En ningún caso se devolverá una cuota ya abonada (ni mensual, ni semestral, ni anual).
- En el momento de formalizar el alta como abonado, no se pueden tener recibos pendientes de pago. En caso de que los hubiese, deberán ser abonados antes de formalizar de nuevo el alta.
- Los recibos devueltos deberán abonarse en recepción en efectivo o tarjeta y con un cargo de 3€ correspondiente a los gastos de devolución.
- Podrá considerarse baja definitiva el no abono de un mes.
- Cualquier modificación administrativa tiene que ser comunicada antes del día 20 del mes en curso, para que tenga vigencia el mes siguiente. Las modificaciones que no se realizan dentro de este período, tendrán el cargo correspondiente.
- Las entradas puntuales están condicionadas por el aforo del centro y su normativa de uso. Esta entrada puntual o invitación, permitirá utilizar las instalaciones el día en que se hace efectiva. Para poder entrar con invitación sin ser socio, habrá que tener mínimo 18 años.

## Cuotas y modalidades

- Todo el día (sin restricción horaria y con todos los servicios incluidos)
- Parcial hasta las 16h (de lunes a viernes con restricción de entrada a partir de las 16h, fin de semana completo)
- Edad de oro parcial (personas de más de 65 años con las condiciones de la cuota parcial)
- Corporate todo el día (para empresas a partir de 5 componentes) y colectivos, consultar en la recepción del centro.
- Junior de 3 a 13 años (acceso sábados y domingos).
- Cuota Pareja (pareja solo de la cuota Todo el día o corporate, siendo requisito indispensable aportar el mismo número de domiciliación bancaria)
- Cuota Joven 14 a 25 años
- Baja temporal (con justificación médica o laboral)

## Baja temporal y definitiva

- Podrán acogerse a la baja temporal aquellos abonados que justifiquen una ausencia prolongada del centro por motivos de salud o cambios temporales de lugar de trabajo.
- Esta baja comporta el pago de una cuota de mantenimiento que se aplicará en el momento de formular la solicitud.
- Para tramitar nuevamente el alta se deberá comunicar en recepción.
- La baja definitiva comporta la pérdida de la antigüedad y de la cuota de inscripción en caso de haber sido abonada.
- Una vez tramitada la baja definitiva, si quieren volver a tramitar el alta, no podrán acogerse a promociones vigentes hasta que se cumplan 6 meses des de la fecha de la baja.

## Normas de funcionamiento

- Los socios menores de 14 años, deberán ir acompañados por un adulto/tutor o técnico del centro en todo momento.
- Para entrar en la instalación es imprescindible utilizar el control de acceso mediante la pulsera de socio.
- La pulsera de socio es personal e intransferible.
- En caso de pérdida o robo, la persona titular tiene que comunicarlo al centro para así quedar exento de responsabilidades.
- La tramitación de una pulsera nueva, tanto en caso de pérdida como de deterioro del anterior, comporta un gasto.
- En todo el recinto deportivo, el uso del móvil sólo se permitirá en casos excepcionales y siempre en modo de silencio y sin causar molestias a los demás abonados. Bajo ningún concepto se podrá utilizar el manos libre.
- Está prohibido fumar en toda la instalación.
- Los objetos que se encuentren se guardarán un máximo de 15 días en un lugar habilitado para ello
- No se permite comer en las instalaciones, excepto en las zonas habilitadas para ello.
- Está prohibida la entrada de animales, excepto perros guía, en todo el recinto.
- El ascensor es de acceso limitado a personas autorizadas y/o con dificultades de movilidad.
- Es imprescindible utilizar el equipamiento, ropa y calzado adecuado para cada actividad y servicio.
- Es necesario respetar el horario de utilización de espacios así como al resto de usuarios.
- En el mostrador de recepción y atención al cliente, hay hojas de reclamación y sugerencias a disposición de los usuarios de la instalación.
- La dirección de la instalación se reserva el derecho de suspender provisional o permanentemente la entrada a los abonados cuando:
  - Incumplan el reglamento.
  - No respeten el carácter intransferible de la pulsera.
  - Realicen faltas graves de convivencia y civismo.
  - No mantengan un comportamiento decoroso en el centro.

## Vestuarios y taquillas

- El centro no se hace responsable de pérdidas, daños o robos de efectivo, joyas u otros artículos de valor que se dejen en los bancos o taquillas.
- Se recomienda no dejar ningún objeto fuera de las taquillas.
- Por motivos de higiene, es necesario ducharse con chancletas.
- No está permitido afeitarse en las zonas comunes por seguridad, causas higiénicas y sanitarias.
- No se puede comer ni utilizar envases de cristal.
- Se ruega depositarla las toallas en los carros habilitados para ello.
- Se ruega que se utilicen las papeleras y se dejen los vestuarios tal y como les gustaría encontrarlos.
- Respeten el espacio de los otros usuarios.
- Es necesario utilizar los espacios destinados para acceder al resto de la instalación con el calzado adecuado.
- Por motivos de ahorro, intenten evitar hacer un uso abusivo del agua.
- Hay dos tipos de taquillas, las diarias y las de alquiler. Las taquillas diarias deben quedar libres después de su uso.

## Fitness y salas de actividades

- Hay que respetar en todo momento las instrucciones del personal técnico encargado de la sala y hacer un buen uso de las instalaciones.
- Es imprescindible el uso de ropa deportiva (camiseta, pantalones cortos o chándal) y calzado deportivo que no se haya utilizado en la calle (preferentemente con suela blanca). No se podrá entrar en la sala de actividad física o en las salas de actividades dirigidas con el calzado utilizado en las pistas de pádel.
- No se puede utilizar el área deportiva con bañador, zapatillas de goma, mojado o con el torso desnudo. Sólo puede hacerse en las zonas de agua.
- Está prohibido acceder a las zonas de práctica con bolsas de deporte y con botellas de cristal.
- Se recomienda llevar siempre una botella de agua para hidratarse.
- No se puede utilizar el material ni las salas fuera de las horas de sesión dirigidas por personal técnico deportivo.
- La reserva de servicios deportivos complementarios, como el entrenador personal o los cursillos de natación, se tendrán que hacer en el mostrador de recepción y atención al cliente.
- Está prohibido ejercer de entrenador personal a toda persona no autorizada a ello pudiendo ser sancionado por el centro. Esta norma se hace extensiva a todas las áreas del club sin excepción. Así, ningún socio y/o invitado podrá ejercer de entrenador personal en las pistas de pádel, ni tampoco dentro de las salas de actividades dirigidas ni piscinas.

### Sala de actividad física

- Hay que respetar en todo momento las instrucciones del personal técnico encargado de la sala y hacer un buen uso de las instalaciones.
- Es obligatorio llevar la ropa y el calzado adecuado.
- Es imprescindible acceder a la sala con la toalla correspondiente y colocarla sobre los aparatos.
- Se recomienda beber agua para hidratarse en cada sesión y cada 20' aproximadamente.
- En las pausas de recuperación debe cederse el uso del aparato si hay personas esperando.
- Siempre hay que devolver el material a su sitio.
- Se recomienda consultar a los técnicos de la sala antes de iniciar la primera sesión de entrenamiento.

### Salas de actividades dirigidas

- El acceso se hará respetando el orden de llegada y hasta la capacidad máxima de la actividad.
- Se recomienda llevar la ropa y el calzado adecuado, de suela lisa, y uso exclusivo.
- Se ruega máxima puntualidad en la sesión y se prohíbe la entrada 5 minutos después de empezar.
- Por razones de higiene, es necesario utilizar una toalla para secar el sudor.
- Se recomienda beber agua para hidratarse durante la sesión.
- Hay que tener cuidado y hacer buen uso del material.
- Está prohibido entrar bolsas, comida o botellas de cristal en la sala.

### Sala de Spinning

- Está prohibido reservar plaza
- Está prohibido manipular y cambiar pedales u otros componentes de la bicicleta.
- El uso de zapatillas de ciclismo con calas es exclusivo de esta sala, no está permitido llevar este tipo de calzado en otras zonas de la instalación.
- No se recomienda la práctica del Spinning a personas con problemas cardiovasculares y/o con marcapasos.

## Piscina y zona de aguas

- Hay que seguir siempre las indicaciones del personal técnico socorrista.
- Es obligatorio desmaquillarse y ducharse antes de entrar en el agua.
- Es obligatorio para el uso de la piscina el gorro de baño. En la zona de aguas se requiere ir con el pelo recogido.
- Está prohibida la entrada con calzado y/o ropa de calle y no está permitido cambiarse en el recinto de la piscina. Se deberá ir siempre con chanclas.
- No se puede utilizar jabón o gel en las duchas del recinto de la piscina.
- Tampoco se recomienda utilizar cremas o aceites y, en caso de hacerlo, hay que ducharse antes de entrar en la piscina.
- Los abonados deberán secarse antes de regresar a los vestuarios.
- No se puede correr ni dar empujones.
- Los usuarios deben de colocarse en los carriles adecuados siguiendo las indicaciones de los rótulos.
- Se tiene que nadar siguiendo la dirección de las calles, circulando siempre por la derecha, sin atravesarlos ni interrumpir a los otros usuarios.
- Se tiene que tener cuidado con el material y devolverlo siempre a su sitio.
- Está prohibido tirarse de cabeza.
- Si no sabe nadar o tiene alguna enfermedad cardíaca, respiratoria o epiléptica debe comunicarlo al personal técnico socorrista.
- En el caso de encontrarse mal, debe salir del agua inmediatamente y dirigirse al personal de la instalación.

## Pádel

- Para poder hacer uso de las pistas de pádel es obligatorio tener reserva y llevar puesta la ropa y calzado adecuados.
- Está prohibido jugar sin la ropa adecuada y con el torso desnudo.
- En el momento de la reserva es obligatorio facilitar mínimo el nombre de dos de los jugadores reales. El resto de jugadores se completaran en recepción antes de la jugada.
- Es necesario confirmar asistencia antes de entrar en pista con la presencia de todos los jugadores reales al mismo tiempo. En caso contrario, se anulará de forma automática y la pista quedará libre para una nueva reserva.
- Queda completamente prohibido entrar a pistas por la puerta de extraescolares, así como hacer uso de las pistas sin previo aviso en recepción.
- A partir de las 16:30h de todos los días, no se harán reservas a los jugadores que ya tengan una reserva en hora posterior. Aun así, podrán entrar a jugar en cualquier pista, siempre que esté vacía, y deberán salir si ésta queda ocupada a continuación.
- **BAJO NINGUN CONCEPTO SE PUEDEN RESERVAR DOS PISTAS CONSECUTIVAS** con tal de jugar dos horas seguidas, en todo caso se podrá reservar una hora y, si no hay una reserva posterior, se podrá alargar la jugada.
- A partir de las 16:30h no está permitido participar en dos o más reservas, con tal que puedan jugar el resto de usuarios.
- Se debe realizar la reserva a la hora real de la jugada, en caso de asistir antes, se modificará la hora de la reserva, quedando libre la hora posterior, pudiendo ser reservada por otros usuarios.
- El jugador que haya reservado la pista, será el responsable de abonar el importe de la luz antes de entrar a jugar. En caso de no abonarse el mismo día del partido, se le cargará el importe correspondiente en su ficha de abonado para ser cobrado posteriormente, esto implica un bloqueo que prohibirá realizar reservas web.
- La pista 1 se reserva de forma telefónica a partir de las 12:00h del día anterior y las pistas 2 y 3 se reservan por internet 24,5h antes de la jugada, a través del siguiente enlace: <http://rv.modolellsports.es>
- Si hay una reserva y no se anula como mínimo con 3 horas de antelación, los jugadores podrán ser penalizados. Si se reitera podrán ser sancionados con una semana sin poder realizar reservas.
- Siempre debe haber la mitad de socios en pista, en caso de jugar 4 usuarios, habrá mínimo dos socios y en el caso de ser dos jugadores, habrá mínimo un socio.
- La dirección del centro puede reservar pistas para clases, entrenamientos, competiciones o compromisos con patrocinadores así como disponer del cierre de determinadas pistas para su mantenimiento.
- **EL CUMPLIMIENTO DE LA NORMATIVA ES PARA TODOS LOS USUARIOS, SU INCUMPLIMIENTO PUEDE CONLLEVAR UNA SANCIÓN POR PARTE DEL CLUB.**

## Sauna

- El servicio de sauna está dirigido a socios mayores de 18 años, y a aquellos menores que por recomendación médica necesiten su uso. No es recomendable su uso a menores de 16 años.
- Antes de entrar hay que desmaquillarse y ducharse.
- Tiempo de utilización recomendado: de 10 a 15 minutos.
- No se puede entrar con joyas y objetos metálicos.
- En caso de sensación de ahogo o mareo, salir inmediatamente.
- No se recomienda su utilización a personas con hipertensión, enfermedades cardiovasculares, reumatismos crónicos, resfriados leves, trastornos nerviosos, asma, bronquitis, embarazadas u operadas recientemente.
- Al salir hay que ducharse con agua fría y reposar de 5 a 10 minutos.
- Antes de entrar:
  - Ducharse enjabonándose para dejar los poros limpios y facilitar así la sudoración.
  - Beber uno o dos vasos de agua.
  - Utilizar una toalla para sentarse en el banco.
- Dentro de la sauna:
  - Es obligatorio el uso del bañador.
  - Las zapatillas de goma se deben dejar en el suelo, no sobre el banco.
  - Respirar por la boca y lentamente y salir inmediatamente a la mínima sensación de ahogo.
  - No permanecer en el interior durante más de 10 minutos.
- Después de la sauna:
  - Enfriar el cuerpo con una ducha, empezando por los pies y acabando por la cabeza, sin utilizar jabón ni ningún otro producto.
  - Seguidamente secarse bien todo el cuerpo, incluso el pelo (utilicen el secador de aire caliente).
  - Una vez seco, se recomienda utilizar alguna crema hidratante y descansar durante 10 minutos.
  - No salir a la calle antes de que el organismo recupere la normalidad.