



Real Club Náutico  
de Sanxenxo

# NORMAS DE USO GIMNASIO RCNS

## **ENTRADAS Y SALIDAS DE LA INSTALACIÓN**

Los accesos y salidas al gimnasio se harán desde el hall del club y por la zona señalizada para ello. Usaremos los tornos colocados en las inmediaciones de los vestuarios para acceder y salir del gimnasio.

## **ENSERES PERSONALES Y VESTUARIOS**

No se podrá acceder con las mochilas al gimnasio. Deberán usarse los vestuarios.

Se han habilitado nuevas taquillas de moneda para dejar sus pertenencias mientras usen el gimnasio.

En el caso de que deseen solicitar una taquilla de alquiler, podrán hacerlo en las oficinas del club.

## **HIGIENE Y MATERIAL**

Por motivos de higiene, es obligatorio el uso de toalla en la sala de máquinas y zona de cardio.

Al finalizar sus entrenamientos, deberán limpiar y recoger el material.

## **VESTIMENTA Y CALZADO PARA ENTRENAR**

No se permite entrenar con ropa de calle, traje de baño, descalzos o con chanclas.

Debe utilizarse calzado y ropa adecuada en los entrenamientos.

## **MENORES DE EDAD**

Los menores de edad, deberán venir acompañados de un adulto, salvo los de 16 años, que podrán venir libremente con autorización por parte de sus progenitores.

Pueden solicitar y cumplimentar la autorización en las oficinas del club.

**MUCHAS GRACIAS POR SU COLABORACIÓN.**