



NORMAS PARA EL USO DE LAS INSTALACIONES DEL GIMNASIO Y ÁREAS DE JUEGO DE MESA DEL COLEGIO DE PROFESIONALES EN CIENCIAS ECONÓMICAS DE COSTA RICA.

Artículo 1. Las instalaciones del Gimnasio del Colegio se encuentran ubicadas en la Sede Central del Colegio de Profesionales en Ciencias Económicas de Costa Rica.

Artículo 2. Sólo podrán hacer uso del Gimnasio del Colegio los colegiados (as) y sus familiares (cónyuge, hijos(as) mayores de 16 años, que porten el respectivo carné al día. Los familiares de Colegiados (as) solteros (as) que pueden hacer uso del gimnasio son: (madre, padre, hijo(s) (as) y hermanos (as) mayores de 16 años **y menores de 21 años siempre y cuando sean estudiantes activos lo cual deberán acreditar ante el Colegio.**

Artículo 3. Para hacer uso del Gimnasio es indispensable que el colegiado se encuentre al día en el pago de sus cuotas ordinarias y extraordinarias de colegiatura. En el caso de los familiares si el colegiado no se encuentra al día, tampoco podrán hacer uso del gimnasio, aunque hayan cancelado la cuota del gimnasio. Los encargados del Gimnasio y la Recepción del Colegio verificarán en la base de datos del Colegio el cumplimiento de lo aquí establecido. De igual forma la Recepción llevará un registro de asistencia de los usuarios del Gimnasio.

Artículo 4. Los familiares del colegiado que deseen hacer uso del Gimnasio deberán cancelar la cuota mensual que para los efectos establezca la Dirección Ejecutiva la cual podrá ser revisada y modificada **cuando la Dirección Ejecutiva considere oportuno.**

Artículo 5. Para hacer uso del Gimnasio es requisito indispensable presentar el carné al día que extiende el Colegio. En caso de que el colegiado no cuente con dicho documento **y la Plataforma de Servicios esté cerrada**, se le permitirá ingresar por UNA ÚNICA VEZ con su cédula de identidad; **en caso de que la Plataforma de Servicios esté atendiendo deberá tramitar el carné para poder ingresar al gimnasio.**

El ingreso será controlado por medio de los listados que manejan la Recepción y los Oficiales de Seguridad del Colegio.

Artículo 6. Dentro de las instalaciones del Gimnasio no es permitida la permanencia de personas que no estén haciendo uso de los servicios que se brindan.

Las personas que deseen esperar a un usuario del gimnasio deberán hacerlo en la sala de la recepción.



Colegio en Ciencias Económicas

Artículo 7. En las instalaciones del Gimnasio no se permite la presencia ni ingreso de animales o mascotas, a excepción de los perros de asistencia para personas con discapacidad.

Artículo 8. El horario de uso de las instalaciones del Gimnasio para el colegiado (a) es de 5:00 a.m. a 9:00 p.m. de lunes a viernes y los días sábados de 7:00 a.m. a 2:00 p.m. El horario de uso del gimnasio para los familiares de los colegiados (as) es de lunes a viernes de 5:00 a.m. a 4:00 p.m.; después de las 3:00 pm no se permitirá el ingreso de familiares al gimnasio y deberán abandonar las instalaciones a más tardar las 4:00 pm. El horario podrá ser variado o modificado por conveniencia institucional cada vez que sea necesario.

Artículo 9. Para hacer uso de las instalaciones del Gimnasio, el colegiado (a) requiere hacer la reservación del espacio con cita previa si asiste de 4:00 p.m. a 9:00 p.m. de lunes a viernes en cualquiera de los tres horarios respectivos. Únicamente podrán hacerlo a través de nuestro Sitio Web de acuerdo con los procedimientos que la Administración divulgue para tal efecto. Si el colegiado (a) es de primer ingreso debe reservar CITA POR PRIMERA VEZ en los horarios que la Administración asigne para este fin. Si el familiar del colegiado es de primer ingreso debe reservar CITA POR PRIMERA VEZ en los horarios que la Administración designe para este fin.

Artículo 10. Si por causa de fuerza mayor el colegiado (a) no puede asistir a su cita, deberá cancelarla mediante la página web del Colegio al menos 4 horas previa a la cita, en el apartado "mi historial de citas".

Artículo 11. Si el usuario falta a dos citas consecutivas sin previo aviso, no se le programaran más citas **por los próximos 30 días naturales.**

Artículo 12. El tiempo de uso de las instalaciones del gimnasio para personas colegiadas y familiares es de una hora y media. En caso que el colegiado llegue 20 minutos tarde a la cita previamente programada, **SE LE PERMITIRÁ EL INGRESO** a las instalaciones del gimnasio y deberá de concluir su rutina según el turno establecido. En el caso de las CITAS DE PRIMERA VEZ, tanto para los colegiados (as) como familiares que lleguen quince minutos tarde a la cita previamente programada, perderá su cita y deberá reprogramarla. El instructor es responsable de velar porque los usuarios respeten los turnos establecidos y está facultado para solicitar al colegiado (a) o familiar dar por



Colegio en Ciencias Económicas

terminada su rutina si no cumplen con lo estipulado **en los horarios que la Administración designe para este fin.**

Los turnos son los siguientes:

De lunes a viernes:

De 5:30 am a 7:00 am

De 7:00 am a 8:30 am

De 8:30 am a 10:00 am

De 10:00 am a 11:30 am

De 11:30 am a 1:00 pm

De 1:00 pm a 2:30 pm

De 2:30 pm a 4:00 pm

De 4:00 pm a 5:30 pm

De 5:30 pm a 7:00 pm

De 7:00 pm a 9:00 pm

Los sábados (solo para Colegiados):

De 7:00 am a 8:30 am

De 8:30 am a 10:00 am

De 10:00 am a 11:30 am

De 11:30 am a 2:00 pm

Artículo 13. En caso que el colegiado (a) o familiar llegue antes a la cita programada, podrá ingresar siempre y cuando el gimnasio esté vacío, caso contrario deberá esperar su turno.

Artículo 14. El tiempo máximo de uso en las máquinas de trabajo cardiovascular es de 20 minutos en cada una de ellas. Una vez transcurrido este tiempo la persona instructora está facultada para solicitar al colegiado (a) o familiar dejar de hacer uso de la máquina. NO es permitido reservar máquinas.

Artículo 15. Las clases grupales que ofrece el Gimnasio se impartirán en los horarios que la Administración dará a conocer a través de la página web y boletines. NO obstante, este horario podrá ser variado según conveniencia institucional.

Artículo 16. El Colegiado (a) que participe en las clases grupales debe reservar su espacio con anticipación (ver procedimiento de citas por primera vez) y con un máximo de dos veces por semana. El Colegiado (a) que llegue 10 minutos tarde a la clase, deberá concluir en el horario previsto para dicha clase. El instructor velará porque el presente artículo se cumpla.



CAPÍTULO III DERECHOS Y OBLIGACIONES DEL USUARIO

Artículo 17. Para hacer uso de las instalaciones del gimnasio, el colegiado (a) y sus familiares deberán solicitar cita previa en los horarios disponibles mediante la página web del Colegio (ver procedimiento de citas por primera vez). No se permitirá la participación de colegiados (as) y familiares que no cuenten con cita previa.

Artículo 18. Es DEBER del usuario (a) completar en la primera cita el Historial de Salud en donde se informa a la persona encargada del gimnasio que dirige el entrenamiento físico, sobre la dolencia de cualquier tipo de padecimiento, enfermedad o tratamiento médico que pueda ser incompatible con la actividad física. En caso de omitir información de esta naturaleza, ni el Gimnasio ni el Colegio serán responsables ante un eventual infortunio. Además, en caso que el usuario (a) desee realizar una rutina de ejercicio sin la supervisión del personal capacitado, deberá completar el formulario respectivo donde exonera al Colegio de toda responsabilidad

Artículo 19. Para ingresar al Gimnasio y hacer uso de sus instalaciones, la persona usuaria deberá vestir ropa y calzado deportivo acorde con la actividad a realizar. El Gimnasio se reserva el derecho de admisión en caso de que no se cumpla con esta disposición

Artículo 20. Es DEBER del usuario (a) cuidar su aseo personal. Para utilizar las máquinas es de carácter obligatorio hacer uso del paño adecuado que deberá traer consigo a todas las sesiones. Una vez finalizada la sesión en cada máquina, será obligación del usuario (a) limpiarlas y dejarlas secas para el siguiente usuario.

Artículo 21. El usuario (a) debe colaborar en todo momento a mantener la seguridad, el orden y la limpieza dentro de las instalaciones del Gimnasio. La persona instructor (a) está autorizado a solicitarle al colegiado (a) o familiar que se retire de las instalaciones del Gimnasio en el caso que quebrante las medidas de orden y seguridad ó que ponga en riesgo la integridad física de algún usuario (a).

Artículo 22. En caso de ser necesario los usuarios (as) deberán alternar el uso de las máquinas dentro del Gimnasio, cuando así se los solicite el instructor o persona encargada de dirigir los entrenamientos. Las máquinas podrán alternarse de forma tal que dos personas puedan utilizar la misma para finalizar el ejercicio del programa, el instructor solicitará a la persona que hace uso de la máquina que debe alternarla con la otra persona, siendo una serie cada uno hasta finalizar el ejercicio, esto aplicaría en el área de pesas.



Colegio en Ciencias Económicas

Artículo 23. Queda absolutamente prohibido a todas las personas que ingresen al Gimnasio, hacer uso de cualquier tipo de droga, bebida alcohólica, ingresar con algún tipo de arma de fuego u objeto punzo cortante, así como fumar o ingerir alimentos con excepción de agua y bebidas hidratantes.

Artículo 24. Queda absolutamente prohibido a todas las personas que ingresen al Gimnasio utilizar vocabulario vulgar o inapropiado, así como incurrir en comportamientos y actitudes que no estén acordes con los principios éticos y morales del Colegio

Artículo 25. El usuario no podrá manipular el equipo de sonido, video, y televisión

Artículo 26. Los objetos personales: celulares, relojes, billeteras, perfumes, ropa, fajas y de otro tipo dejados en el recinto del Gimnasio son responsabilidad del propietario (a), por lo que el Gimnasio ni el Colegio asume ningún tipo de responsabilidad por pérdida o robo.

Artículo 27. Cada usuario deberá colocar el material que haya utilizado (discos y mancuernas) en su sitio correspondiente, después de utilizarlos. Así mismo, procurará mantener las instalaciones y el material en perfecto estado de uso.

Artículo 28. El usuario (a) (Colegiado (a) o Familiar) será responsable por los daños causados al equipo biomecánico, y el equipo cardiovascular utilizado y de cualquier otro tipo que durante su presencia en el gimnasio y en su rutina de ejercicios. Por tal razón, si se comprobare negligencia en el uso de las máquinas le será cobrada la reparación o reposición en el caso que lo amerite según criterio técnico del encargado de mantenimiento del gimnasio, y no podrá hacer uso del mismo hasta tanto no se haya repuesto el daño ocasionado, el cual será cargado a las mensualidades del Colegiado (a). Para esto deberá firmar una nota de compromiso al sacar la cita por primera vez.

Artículo 29. No se permite el ingreso ni estacionamiento de bicicletas dentro de las instalaciones del Colegio, incluido el Gimnasio.

Artículo 30. Es absolutamente prohibido fumar en las instalaciones de la Sede Central del Colegio, esto incluye los parques

CAPÍTULO IV ÁREA DE JUEGOS DE MESA (BILLAR, PING – PONG Y FUTBOLÍN)

Artículo 31. Las mesas de billar y ping-pong, así como el futbolín son para uso exclusivo de los colegiados que se encuentren al día en el pago de sus cuotas y que porten el carné respectivo al día.



Colegio en Ciencias Económicas

Los familiares de los colegiados que porten el carné podrán hacer uso de las mesas en el tanto lo hagan acompañados del colegiado.

Artículo 32. Queda absolutamente prohibido el ingreso a la zona de juegos de bebidas alcohólicas y no alcohólicas, comidas, galletas, snacks y algún tipo de arma de fuego, así como objetos punzo cortantes, con el fin de proteger las mesas y el futbolín de posibles daños. De no acatar el presente artículo el Instructor estará facultado para aplicar lo dispuesto en el artículo 42 de las presentes normas.

Artículo 33. Previo a sacar su cita se verificará la situación, y de estar morosos deberán cancelar las cuotas atrasadas para poder disfrutar del área de juegos de mesa.

Artículo 34. Para hacer uso de las mesas y futbolín se deberá reservar previamente con las instructoras del gimnasio al correo gimnasio@cpcecr.com

Artículo 35. El colegiado para hacer uso de las mesas y el futbolín deberá registrarse en la recepción y presentar el carné de colegiado.

La recepcionista anotará el nombre, número de carné, hora de entrada y hora de salida de los colegiados (as) que utilicen la mesa de ping pong, las mesas de billar y el futbolín.

Artículo 36. El colegiado podrá hacer uso de las mesas y futbolín un tiempo máximo de una hora y treinta minutos; no obstante cumplido ese tiempo y de no existir más solicitudes, los colegiados si lo desean pueden continuar utilizándola

Artículo 37. Solo podrán ingresar a la sala de juegos los colegiados (as) y los familiares, previa identificación mediante su carné.

Artículo 38. El Colegiado (a) será responsable de los daños que sufran las mesas y el futbolín, sus accesorios y las instalaciones por lo que deberá reportar al Instructor del Gimnasio cualquier anomalía que encuentre antes de hacer uso de la mesa. Por tal razón, si se comprobare negligencia en el uso de las mesas ó futbolín le será cobrada la reparación o reposición en el caso que lo amerite, y no podrá hacer uso del mismo hasta tanto no se haya repuesto el daño ocasionado, el cual será cargado a las mensualidades del Colegiado (a). Para esto deberá firmar una nota de compromiso al sacar la cita por primera vez.

Artículo 39. El Instructor del Gimnasio será el encargado de entregar y recibir los accesorios de las mesas de billar y de ping- pong, así como el futbolín, por lo que el colegiado (a) deberá solicitarlos y entregarlos al finalizar de jugar. El Instructor del Gimnasio verificará que la mesa y sus accesorios se entregan en buenas condiciones, y reportar cualquier anomalía encontrada.

Artículo 40. El horario de uso de las mesas y el futbolín es de lunes a viernes de 2:00 p.m a 9:00 p.m, y los sábados de 8:00 am a 2:00 pm.

Artículo 42. Queda absolutamente prohibido el comportamiento incorrecto de palabra o de hecho que afecte a terceros. En cuyo caso el Instructor del Gimnasio está facultado para solicitar al colegiado (a) o familiar que incurra en esta conducta abandonar el área de juegos. En caso de que el Colegiado (a) no quisiera abandonar el recinto, el instructor



Colegio en Ciencias Económicas

en compañía del oficial de seguridad asignado al Colegio podrán instarlo a que abandone el área, si aún así, no quisiese se buscarán otros métodos alternos para que respete esta reglamentación.

Aprobado por la Dirección Ejecutiva el 1 de marzo de 2018.