Regole d'uso della Palestra e della torre di crossfit

La palestra e le attrezzature sono un patrimonio comune e vanno utilizzate con rispetto, tenendo conto che anche altre persone ne usufruiscono.

Al termine dell'allenamento i bilancieri vanno scaricati dai pesi; i bilancieri ed i pesi vanno riposti negli apposti carrelli/contenitori.

I manubri non devono essere lasciati sparsi per terra, ma riposti nelle apposite rastrelliere.

I tappetini vanno arrotolati e riposti.

E' vietato entrare in palestra con scarpe infangate o bagnati, in abbigliamento da canoa.

Qualsiasi danno arrecato o rilevato, rottura o malfunzionamento degli attrezzi deve essere segnalato in segreteria.

Prima di uscire spegnere sempre la luce e altre attrezzature elettriche.

Quando uscite dalla palestra, assicuratevi che le porte d'ingresso siano chiuse a chiave.

I soci non agonisti, per svolgere attività in palestra, devono produrre un certificato medico per attività sportiva non agonistica.

Relativamente alla sicurezza per le attività di palestra e crossfit fare riferimento al "**Regolamento sulla sicurezza per uso e frequentazione del Canoa Club Bologna**" scaricabile a questo link: https://bit.ly/3nIviMk