

LINEAMIENTOS DEL GIMNASIO LABORATORIO “UNIEJERCITATE” DE LA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CIUDAD JUÁREZ

CAPITULO I DISPOSICIONES GENERALES

PRIMERO. Los presentes lineamientos tiene por objeto regular el uso, funcionamiento y prestación del servicio de las instalaciones del Gimnasio Laboratorio “UniEjercítate” de la Universidad Autónoma de Ciudad Juárez, así como también establecer los derechos y obligaciones de sus usuarios, con el objeto de facilitar el desarrollo del Programa que pretende fomentar el autocuidado de la salud del personal académico, estudiantes, trabajadores no académicos y pensionados a través de asesorías de Nutrición, Psicología y Entrenamiento Deportivo.

SEGUNDO. Es competencia del personal responsable de las instalaciones del Gimnasio Laboratorio “UniEjercítate”, supervisar la aplicación de las presentes disposiciones y de la resolución de los asuntos no previstos expresamente en el mismo, asimismo quedan facultados los y las instructores (as) y personal que labora en el Gimnasio Laboratorio “UniEjercítate”, para la aplicación de las mismas.

DEBERES DE LOS (LAS) USUARIOS

TERCERO.- Todos los (las) usuarios (as) deberán cumplir con las disposiciones establecidas en el presente reglamento para la obtención del servicio de las instalaciones del Gimnasio Laboratorio “UniEjercítate”.

CUARTO. El registro para asistir a “UniEjercítate” será al inicio de cada semestre.

QUINTO. El (la) usuario (a) deberá presentar la credencial que le acredite como personal académico, estudiante, trabajador (a) no académico (a) y pensionado (a) de la UACJ, cada vez que ingrese a las instalaciones del Gimnasio Laboratorio “UniEjercítate”, de no acreditarse como tal, no se le permitirá el acceso a las citadas instalaciones.

SEXTO. Para ingresar como usuario (a) a las instalaciones de Gimnasio Laboratorio “UniEjercítate”, deberá demostrar estar afiliado (a) al Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) o al servicio médico de la UACJ, o en su caso contar con servicio médico privado, de no contar con alguno de los anteriores, deberá presentar una carta de no responsabilidad para la UACJ esto por si llegase a ocurrirle algún accidente que requiera atención medica al usuario dentro de las instalaciones del Gimnasio Laboratorio “UniEjercítate”.

SÉPTIMO. La duración del servicio del Gimnasio Laboratorio “UniEjercítate”, será de un año, desde el momento en que se registren para los estudiantes y para el resto de los usuarios será de tiempo indeterminado.

OCTAVO. El (la) usuario (a) podrá hacer uso del Gimnasio Laboratorio “UniEjercítate”, tres días por semana y como límite una hora diaria, el (la) usuario (a) lo determinara en el formato respectivo desde su registro de ingreso.

NOVENO. El (la) usuario (a) deberá registrar su hora de entrada y su hora de salida de las instalaciones del Gimnasio Laboratorio “UniEjercítate” en la bitácora ubicada en Recepción.

DÉCIMO. El (la) usuario (a) deberá mostrar buena conducta, absoluto respeto hacia los demás y hacer buen uso de las instalaciones del Gimnasio Laboratorio “UniEjercítate”. El (la) usuario (a) que sea sorprendido haciendo uso inadecuado de las instalaciones, se hará acreedor a la sanción que determina el Reglamento de los Deberes, Responsabilidades y Sanciones de los integrantes de la comunidad universitaria.

DE LAS RESPONSABILIDADES DE LOS (LAS) USUARIOS

DÉCIMO PRIMERO. Está prohibido el consumo de bebidas y alimentos dentro de las instalaciones del Gimnasio Laboratorio “UniEjercítate”, excepto el agua, que deberá estar en envase transparente y de plástico, asimismo está prohibido fumar, masticar chicle, pronunciar palabras altisonantes, ingerir bebidas embriagantes, o consumir cualquier sustancia psicotrópica dentro de las instalaciones, a quien se le sorprenda será sancionado de acuerdo al Reglamento de los Deberes, Responsabilidades y Sanciones de los integrantes de la comunidad universitaria.

DÉCIMO SEGUNO. Se les negará el acceso a personas que no se encuentren registradas, así como también a quienes se presenten en estado de ebriedad, o bajo el influjo de cualquier sustancia psicotrópica.

DÉCIMO TERCERO. Es responsabilidad absoluta de quienes sean usuarios (as) cuidar sus objetos personales.

DÉCIMO CUARTO. En el caso de usuarios (as) que tengan alguna discapacidad o condición de salud que pueda poner en peligro su integridad personal al realizar actividad física, deberán presentar una autorización actualizada expedida por su médico tratante. Cuando el (la) usuario (a) consuma medicamento prescrito por un médico, deberá informarle al instructor antes de iniciar cualquier actividad física.

DÉCIMO QUINTO. En caso de que el usuario (a) sufriera alguna lesiones y/o situación de emergencia dentro del Gimnasio Laboratorio “UniEjercítate”, el personal tomará las acciones requeridas para proveer la atención médica inmediata. Los gastos médicos serán responsabilidad del (la) usuario(a).

DÉCIMO SEXTO. La UACJ quedara exenta de toda responsabilidad en caso de siniestro, accidente, robo y responsabilidad civil que se origine dentro y fuera de las instalaciones del Gimnasio Laboratorio “UniEjercítate”.

CAPITULO SEGUNDO USO DE INSTALACIONES DE GIMNASIO LABORATORIO “UNIEJERCITATE”

DÉCIMO SÉPTIMO. Vestir ropa deportiva adecuada (Pantalón, bermuda, playera, sudadera, tenis).

DÉCIMO OCTAVO. Es Indispensable portar toalla de manos o similar, para evitar el contacto del sudor con los aparatos, en caso contrario, no podrá hacer uso de las instalaciones.

DÉCIMO NOVENO. Dar un buen uso a todos los aparatos, colocar todas las herramientas que haya utilizado para el ejercicio, en el lugar asignado para cada uno de ellos de manera adecuada (mancuernas, barras, steps, colchonetas, pelotas, ligas, pesas, etc.).

VIGÉSIMO. Si algún participante causa desorden, propiciando una conducta antideportiva, podrá pedírsele por parte del personal responsable del Gimnasio Laboratorio “UniEjercítate” que abandone las instalaciones y en su caso podrá ser dado de baja del mismo.

VIGÉSIMO PRIMERO. Es indispensable que los y las usuarios (as) utilicen los vestidores localizados dentro de los baños para cambiarse la ropa. Si el (la) usuario(a) es sorprendido haciendo lo contrario, el personal responsable del Gimnasio Laboratorio “UniEjercítate”, podrá pedirle que abandone las instalaciones y en su caso podrá ser dado de baja del mismo.

VIGÉSIMO SEGUNDO. Los y las usuarios (as) no pueden ingresar al Gimnasio Laboratorio “UniEjercítate” con ningún tipo de bolsa, maleta o mochila. Para resguardar sus pertenencias, deberán utilizar los casilleros y colocar un candado, mismo que recogerán al término de su rutina de ejercicios. Los candados que permanezcan en los casilleros durante varios días, serán removidos por personal autorizado.

VIGÉSIMO TERCERO. El Gimnasio Laboratorio “UniEjercítate” no se hace responsable de objetos personales olvidados dentro de las instalaciones.

VIGÉSIMO CUARTO. Si hay lista de espera para el uso del equipo cardiovascular, se limitará el uso del mismo, por un espacio no mayor a 15 minutos, por persona.

VIGÉSIMO QUINTO. Por la seguridad y privacidad de los y las usuarios (as), queda prohibido el uso de celulares, cámaras fotográficas y de video en vestidores, baños y áreas de ejercicio.

VIGÉSIMO SEXTO. No se permite el uso de bicicletas, patines y patinetas dentro de las instalaciones.

TRANSITORIOS

UNICO. Los presentes lineamientos entrarán en vigor el día hábil siguiente al de su aprobación por el Honorable Consejo Universitario.