

NORMATIVA DE USO DE LAS ACTIVIDADES DIRIGIDAS

1. La **INSCRIPCIÓN** a las Actividades Dirigidas se tramitará mediante la Aplicación MY WELLNESS. Se debe bajar la Aplicación, crear un usuario y a partir de allí hacer las reservas.
2. Todos los/as socios/as, asociados/as pueden asistir a las clases que deseen, siempre que el aforo de la sala lo permita.
3. Las reservas pueden hacerse con 48 horas de antelación. Solo se podrán hacer 2 reservas al día, y tener 4 reservas activas a la vez. Esto no significa que no se pueda asistir a más sesiones, sino que solo se garantiza plaza en 2 sesiones, y a las otras se puede asistir siempre que el aforo lo permita. Las salas de Actividades Dirigidas tienen un aforo limitado.
 - Sala 1: 18 personas.
 - Sala 0: 12 personas.
 - Cycling: 23 personas.
 - Tarima exterior: 01 de octubre a primera quincena de junio: 18 personas.
- Para acceder a las diferentes sesiones habrá que realizar la reserva en la Aplicación de My Wellness, de Technogym o enviando un e-mail a activitatsdirigides@rctb1899.es. Si no se realiza la reserva, puede no haber plaza para realizar la sesión.
4. El/La socio/a, asociado/a que no acuda a su reserva en más de 3 ocasiones, en 30 días la aplicación se le bloqueará de manera automática. Para desbloquear debe contactar con la coordinadora de Actividades Dirigidas para poder reservar de nuevo en activitatsdirigides@rctb1899.es.
5. Solo los socios/as, asociados/as con cuenta en My Wellness tendrán acceso a reservar las Actividades Dirigidas.
6. Los socios/as, hijos/as y nietos/as de socios/as, asociados/as menores de 16 años no podrán asistir a las actividades dirigidas.
7. Se ruega llegar con puntualidad a las clases de Actividades Dirigidas. Una vez hayan pasado 5 minutos del inicio de la sesión, si el/la socio/a, asociado/a no ha llegado, la reserva queda anulada, dando paso al primer inscrito en la lista de espera.
8. Se ruega no abandonar la sesión antes de que ésta finalice.
9. La actividad se debe realizar con ropa deportiva, a ser posible cómoda y adecuada a la práctica deportiva.
10. El calzado debe ser de Running o Fitness, que no deje marcas en el suelo y no se haya utilizado para jugar al tenis, pádel u otras actividades realizadas en el exterior.
11. Es obligatorio el uso de toalla durante las sesiones y, por motivos de higiene, es necesario limpiar el sudor, además de dejar en perfecto estado y desinfectado el material utilizado.
12. Es aconsejable informar al instructor en el caso de:
 - Asistir a clase por primera vez.
 - Padecer alguna lesión o problema médico.
 - Estar embarazada.
 - Tomar medicación que pueda afectar a la práctica de ejercicio físico.
13. Recomendamos beber agua antes, durante y después de la práctica de ejercicio.

- 14.** Los teléfonos móviles deberán mantenerse en posición de silencio.
- 15.** El Wellness Center no se responsabiliza de los objetos perdidos. Los objetos recuperados se depositarán en las cajas de objetos perdidos de Control de Pistas.
- 16.** Los/las socios/as, asociados/as disponen de hojas de sugerencias y reclamaciones en el mostrador de Atención al socio en la Sala de Fitness. También puede mandar un e-mail a activitatsdirigides@rctb1899.es
- 17.** Si detecta algún desperfecto en las instalaciones, agradeceremos lo comunique a la Dirección del Wellness Center. Para cualquier aclaración, duda o sugerencia puede escribir un e-mail a activitatsdirigides@rctb1899.es
- 18.** Durante los períodos de vacaciones (Navidad, Semana Santa y julio-agosto) el horario de Actividades Dirigidas podrá ser reducido y ajustarse a las necesidades del momento. Estos cambios serán indicados en la web del Club y en la App de My Wellness, salvo en casos de fuerza mayor.