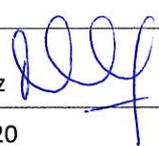
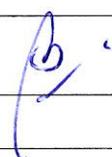


	CENIT S.A. DE SEGUROS	Versión : 01
	Reglamento para el uso del gimnasio.	Código : N/A Fecha : 02/03/2020 Pág. : 1 de 1

El presente reglamento, busca ayudar al correcto funcionamiento del gimnasio, que tiene como finalidad brindar a los colaboradores una mejor calidad de vida y bienestar.

1. El gimnasio podrá ser utilizado de lunes a viernes de 7 a.m. a 7:45 a.m. y de 5 p.m. a 6:45 p.m.
2. La presencia en el gimnasio se limitará a realizar ejercicios físicos. No se permite en la sala personas que no estén haciendo uso del mismo.
3. Los ejercicios, movimientos, pesos etc., se ejecutan bajo la responsabilidad de cada usuario, quien debe abstenerse de hacer ejercicios que superen su resistencia y capacidad.
4. Se establece como tiempo máximo de uso de cada máquina 30 minutos cuando esté presente en el gimnasio más de un usuario.
5. Al hacer uso de las instalaciones, tendrá que contar con la vestimenta y el equipo adecuados (ropa y zapatos deportivos adecuados, toalla, etc.).
6. Es obligatorio el uso de una toalla personal dentro del gimnasio, para colocarla encima de las máquinas o aparatos de los que se haga uso, como medida de higiene.
7. Los usuarios deben asegurarse de dejar las máquinas, bancas y colchonetas siempre limpias de sudor.
8. Se prohíbe la utilización de dispositivos de audio sin los respectivos audífonos, a menos que todos los usuarios en el momento estén de acuerdo con la música general.
9. No se permite el acceso con alimentos y bebidas, solamente podrán ingresar con botellas de agua para su hidratación.
10. Conservar el gimnasio limpio, no dejando botellas de agua vacías.
11. Colocar el material deportivo en su lugar correspondiente al terminar el entrenamiento. En este sentido, se ruega el máximo cuidado con el material a fin de evitar su deterioro.
12. Las pesas, mancuernas y demás equipamiento con que eventualmente se cuente, son para uso dentro del gimnasio y no podrán salir del mismo.
13. Evita toda clase de juegos bruscos que pongan en peligro la integridad de tus compañeros durante el uso del gimnasio.
14. Todos los implementos o materiales que se encuentran en el gimnasio, son para tu uso ¡CUIDALOS!
15. En caso de duda, quejas o averías, comunicar inmediatamente al departamento de Servicios Administrativos.

El Departamento de Servicios Administrativos, será el responsable de hacer cumplir a todos los usuarios las normas de uso de la misma, pudiendo, en caso de incumplimiento, aplicar medidas administrativas y privar al colaborador del uso del gimnasio.

<i>Verificado por:</i> Natacha Martínez 	<i>Autorizado por:</i> Carlos Enriquez 	<i>Aprobado por:</i> Blanca Aveiro 
<i>Fecha:</i> 03/03/2020	<i>Fecha:</i> 03/03/2020	<i>Fecha:</i> 03/03/2020