**REGOLAMENTO INTERNO A.S. 2020-21**

**A.S.D. Studio Fitness L’Aquila**

Il presente regolamento è stato redatto e approvato dal consiglio direttivo del giorno 26/07/2020, ogni tesserato è tenuto a leggerlo e firmarlo per accettazione.

L'anno sportivo sociale inizia il 1° settembre e termina il 31 agosto di ciascun anno.

La quota associativa annuale (iscrizione) ha validità per l’intero anno sportivo (1 settembre-31 agosto).

La quota associativa annuale (iscrizione), comprende il tesseramento all’Ente di Promozione ACSI e la relativa copertura assicurativa.

I Servizi offerti dall’A.S.D ai tesserati, spaziano dalla sala pesi, alle attività di fitness, al personal training, alla preparazione per competizioni sportive, dietro il versamento di un contributo sociale fissato dal Consiglio Direttivo, in base alla quantità e alla tipologia dei servizi usufruiti. Le tipologie di contributi sociali verranno comunicate ai tesserati all’atto dell’iscrizione all’Associazione.

I contributi sociali e le quote associative **non sono rimborsabili, non sono ammesse sospensioni o recuperi.**

I contributi sociali per i servizi possono subire rateizzazione mensile.

Per quanto riguarda i contributi sociali per i servizi offerti dall’A.S.D ai tesserati, le sospensioni o recuperi saranno valutati dal Consiglio direttivo **solo per quanto concerne casi particolari** dovuti a gravi e prolungati impedimenti motivati da certificato medico, o da situazioni lavorative particolari (trasferimenti e simili).

L’ingresso ai locali della A.S.D è riservato solo ai tesserati.

L’ingresso al nuovo tesserato è consentito successivamente alla compilazione del modulo di iscrizione.

L’ingresso ai non tesserati è consentito solo previa compilazione della liberatoria, e solo per prendere visione delle attività dell’associazione.

Tutti i tesserati, con l’iscrizione all’Associazione, dichiarano di aver preso visione dell’Atto Costitutivo, dello Statuto, e di aver accettato il presente Regolamento. Questi tre documenti sono sempre consultabili in segreteria o sul sito internet [www.studiofitnesslaquila.com](http://www.studiofitnesslaquila.com).

L’A.S.D. declina ogni responsabilità in caso di incidente o danni alle persone o alle cose durante la permanenza in sede e nel corso di gare, manifestazioni e attività varie che abbiano luogo anche fuori sede.

L’A.S.D. non risponde di eventuali oggetti smarriti o comunque mancanti, anche se consegnati preventivamente negli appositi armadietti portavalori.

Il tesserato **è tenuto al risarcimento dei danni eventualmente provocati a persone e/o cose**.

Il tesserato **è tenuto ad attenersi scrupolosamente alle disposizioni** date dal responsabile istruttore di turno.

La qualifica di tesserato, e di conseguenza ogni diritto e beneficio si perde:

* 1. per mancato o ritardato pagamento delle quote associative o di altre somme dovute;
  2. per radiazione.

Nei riguardi del tesserato la cui condotta rappresenti ostacolo al buon andamento delle attività sociali o motivo di danno al prestigio della A.S.D., o **che non rispetti le norme del regolamento** o le altre prescrizioni e disposizioni del Consiglio Direttivo, la medesima può adottare: o la semplice ammonizione, o la sospensione temporanea (da uno a sette giorni) o la radiazione.

In caso di sospensione temporanea o radiazione, al tesserato viene interdetto l’ingresso alla A.S.D. e le quote da esso già versate verranno incamerate.

Il Consiglio Direttivo si riserva il diritto, senza obbligo di comunicare i motivi:

* 1. di stabilire e modificare i giorni e gli orari di frequenza e accesso alla sede;
  2. di sospendere, modificare o aumentare qualsiasi servizio;
  3. di variare l’entità delle quote;
  4. di sospendere l’ammissione di nuovi soci;
  5. di sospendere e cessare l’attività.

Nella sede della A.S.D. è vietato fumare, introdurre sostanze stupefacenti, introdurre oggetti pericolosi, utilizzare sostanze dopanti.

**All’interno dei locali palestra Sala Pesi:**

È obbligatorio l’uso dell’asciugamano e di calzature pulite ed idonee allo svolgimento dell’attività sportiva praticata;

È vietato adottare atteggiamenti incivili;

È obbligatorio utilizzare con cura le attrezzature e riporle in ordine al loro posto;

È vietato usare le attrezzature e le infrastrutture in maniera scorretta.

Gli oggetti smarriti vengono tenuti da parte, e possono essere richiesti in segreteria o negli appositi spazi negli spogliatoi. Gli indumenti intimi smarriti (calze, canotte, mutande, pantaloncini, ecc…), per ovvi motivi igienici, saranno smaltiti il giorno stesso.

**All’interno dei locali palestra Sala Fitness:**

È obbligatorio l’uso dell’asciugamano e di calzature pulite ed idonee allo svolgimento dell’attività sportiva praticata.

L’accesso alla sala Fitness **è consentito solo dopo il deflusso di tutti i tesserati che hanno partecipato alla lezione precedente. È cura dell’istruttore far aspettare le persone nella hall e accompagnarle in sala fitness al momento giusto.**

Durante le lezioni mantenere atteggiamenti civili ed evitare schiamazzi.

Non è concesso “prenotare” posti o attrezzature, la sala è di tutti i tesserati e tutti hanno uguali diritti e doveri.

Per prendere il materiale (step, bilanceri, manubri, ecc.) aspettare il proprio turno senza creare pericolose resse intorno agli attrezzi.

Il materiale (step, bilanceri, manubri) deve essere utilizzato con cura, **e deve essere riposto in maniera ordinata esattamente dove era riposto in precedenza**.

Al termine della lezione defluire in maniera ordinata utilizzando le scale con attenzione, senza correre e senza tenere le mani in tasca, liberando la sala prima dell’inizio della lezione successiva.

**Negli spogliatoi**

Utilizza al meglio gli spazi!!! Le borse nelle apposite mensole, i vestiti e le scarpe dentro le borse.

Fai una doccia sportiva, non sprecare acqua e non far aspettare i tuoi compagni di allenamento.

**Nel parcheggio**

Utilizza al meglio gli spazi!!! Parcheggia a spina di pesce;

Se parcheggi sulla strada, abbi cura di parcheggiare al di fuori della carreggiata e presta attenzione nel momento di attraversamento della strada;

Ricorda che sono disponibili numerosi parcheggi sicuri, a 100 metri dalla palestra, nella strada che porta alla SDA.

ASD Studio Fitness L’Aquila

firma per accettazione:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Nome e Cognome** | **Data** | **Firma leggibile** |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
| **Nome e Cognome** | **Data** | **Firma leggibile** |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
| **Nome e Cognome** | **Data** | **Firma leggibile** |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
| **Nome e Cognome** | **Data** | **Firma leggibile** |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
| **Nome e Cognome** | **Data** | **Firma leggibile** |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
| **Nome e Cognome** | **Data** | **Firma leggibile** |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |