

## 1. Regole comportamentali

1.1. Nella frequentazione della palestra Centro Mövat è fatto obbligo di:

- attenersi alle norme della buona educazione, di provata moralità e di correttezza nei rapporti interpersonali, che non dovranno in alcun modo disturbare gli altri utenti ed il personale del Centro Mövat;
- utilizzare la palestra unicamente allo scopo per cui essa è prevista;
- accedere ai locali della palestra unicamente con scarpe da ginnastica pulite e con vestiti adeguati all'attività sportiva;
- stendere un asciugamano pulito ed asciutto su ogni superficie degli attrezzi e delle strutture della palestra in contatto con il proprio corpo;
- disinfettare con gli appositi prodotti a disposizione gli attrezzi e le macchine con le quali è stato in contatto non appena terminato l'uso;
- riporre sempre al loro posto e nello spazio esatto corrispondente manubri, bilancieri e pesi immediatamente dopo averne terminato l'uso;
- riporre negli appositi cestini lattine e bottiglie vuote, così come ogni altro rifiuto;
- collocare i propri indumenti, così le borse e sacche, negli appositi armadietti presenti fuori dagli spogliatoi, evitando di lasciarli sulle panchine o per terra;
- indossare sempre delle ciabatte durante l'uso delle docce e negli spogliatoi;
- avvisare tempestivamente la Direzione della palestra in caso di guasti alle attrezzature o mancanze comportamentali degli altri utenti;
- rispettare il Codice dell'Agenzia mondiale antidoping.

1.2. Nella frequentazione della palestra Centro Mövat è in particolare vietato:

- lasciare durante l'allenamento ed una volta terminato lo stesso lattine, bottiglie, borracce e ogni rifiuto nei locali della palestra;
- accedere ai locali della palestra con scarpe indossate all'esterno;
- fumare all'interno dei locali della palestra, negli spogliatoi e nei servizi igienici;
- introdurre e consumare bevande alcoliche all'interno della palestra, negli spogliatoi e nei servizi igienici;
- far uso di sostanze ritenute dopanti ai sensi delle norme riconosciute in Svizzera e introdurle in palestra;
- disturbare ed intralciare nell'allenamento gli altri utenti con il proprio comportamento;
- introdurre ogni tipo di animale nei locali della palestra, negli spogliatoi e nei servizi igienici.

## 2. Orari d'apertura

2.1. Fatta eccezione per quanto previsto al punto 6.1 del contratto, la palestra è aperta ai clienti ogni giorno, secondo il piano orario stagionale (come indicato all'entrata del centro e sul sito [www.movat.ch](http://www.movat.ch)).

## 3. Sicurezza

3.1. In caso di urgenze mediche, atti delittuosi o incendio vanno contattati i servizi di pronto intervento, in particolare ambulanza, polizia e pompieri.

Il Centro Mövat non si assume nessun costo per il loro intervento all'interno della palestra.

## 4. Utilizzo delle attrezzature e dei macchinari e programmi personalizzati

4.1. Attrezzature e macchinari possono essere utilizzati unicamente allo scopo per il quale sono preposti, e nel modo indicato dal costruttore. A tale proposito il cliente viene personalmente istruito una prima volta, al momento della conclusione del contratto, e può in seguito consultare gli istruttori in palestra.

4.2. Programmi personalizzati e consigli alimentari sono a disposizione del cliente a pagamento e non sono compresi nel contratto.

## 5. Spogliatoi e armadietti

5.1. La palestra è dotata di spogliatoi e armadietti, il cui uso è gratuito e consigliato alla clientela utilizzando la chiave inserita negli stessi. Malgrado ciò è vivamente sconsigliato ai clienti di depositare oggetti di elevato valore; il Centro Mövat non assume responsabilità alcuna per eventuali furti.

## 6. Modifica del regolamento

6.1. Il presente regolamento può essere modificato unilateralmente dal Centro Mövat in ogni tempo. Lo stesso è pubblicato sul sito [www.movat.ch](http://www.movat.ch).

Il cliente si impegna a consultare sistematicamente il regolamento aggiornato pubblicato.