



## **MANUAL DE COMPORTAMIENTO PARA ALUMNOS Y USUARIOS DE FIT.LIFE Y**

### **REGLAMENTO DE USO Y FUNCIONAMIENTO DE INSTALACIONES**

Con el objeto de hacer nuestras instalaciones más limpias, seguras y agradables, es necesario para nosotros proveer este Manual de Comportamiento y Reglamento de Uso y Funcionamiento de Instalaciones. fit.life se reserva el derecho a modificar o adicionar reglas con el objeto de mantener el mejor ambiente posible. Por lo mismo, rogamos que se familiarice con las siguientes reglas:

#### **OBLIGACIONES DEL ALUMNO/USUARIO:**

1. Para acceder a las clases prestadas por fit.life y usar las instalaciones y los servicios que se encuentran a disposición del Alumno/Usuario en las instalaciones, éste deberá:

- Estar al día en el pago de sus cobros y mensualidades;
- Cumplir a cabalidad con las instrucciones de los Profesores de Staff en lo que diga relación con materias de salud, higiene y seguridad;
- Conocer, cumplir y respetar a cabalidad el presente Manual de Comportamiento para Alumnos y Usuarios fit.life y Reglamento de Uso y Funcionamiento de Instalaciones;
- Obedecer los avisos, señalética, reglas y normas internas del establecimiento, sobre todo de aquellas que se encuentran publicadas en su interior, las que, desde el momento de su publicación respectiva, se entenderán formar parte de su respectivo contrato de alumno o membresía, así como parte del presente Manual de Comportamiento para Alumnos y Usuarios fit.life y Reglamento de Uso y Funcionamiento de Instalaciones;
- Pagar por los daños y perjuicios causados al gimnasio o a terceros, debido al uso descuidado o impropio por su parte de los equipos, servicios o instalaciones del establecimiento; y No haber sido formalmente expulsado y/o suspendido del gimnasio por motivos de conductas inadecuadas, contrarias al presente manual y reglamento, a las normas internas del establecimiento, a las instrucciones de los profesores de staff, o a la ley, la moral, el orden público o las buenas costumbres.

1. fit.life podrá suspender y/o dar por terminado, de manera anticipada, el respectivo contrato de membresía del alumno/usuario que incumpla alguna de las obligaciones enumeradas precedentemente o por cualquiera de las demás obligaciones, prohibiciones y/o directrices que figuren en el presente instrumento o se encuentren publicadas en las instalaciones.

2. Respetar y dirigirse con buen trato y sin violencia, tanto al resto de los alumnos/usuarios como al personal de fit.life

5. La edad mínima para ingresar a las instalaciones del gimnasio es de 15 años, a menos que el menor cuente con la autorización expresa y por escrito de fit.life para asistir a alguna clase o actividad determinada. En dichos casos, el menor deberá contar con la autorización expresa y por escrito de su padre, madre o representante legal y deberá concurrir, además, siempre acompañado por un adulto que se responsabilice por él en todo momento.

En cualquier caso, cuando el usuario de las instalaciones sea un menor de edad, serán responsables de su seguridad y de las consecuencias de sus actos, sus padres o representantes legales.

6. Respetar los días y horarios de funcionamiento de cada sede, los cuales se expondrán en un lugar visible del establecimiento y en la página web oficial de fit.life. Cuando deban ser excepcional y temporalmente modificados por razones de fuerza mayor, el cambio se comunicará vía email o redes sociales y en las propias sedes.

fit.life podrá llevar a cabo ajustes en la distribución de las actividades grupales, de conformidad al criterio de la Dirección, comprometiéndose a publicar y/o comunicar a los alumnos/usuarios dichas reestructuraciones/modificaciones con la mayor anticipación posible.

7. Utilizar la vestimenta y el calzado deportivo adecuado para realizar actividad física en las áreas correspondientes (ej: polera, buzo, shorts, zapatillas). Cualquier vestimenta que pueda causar posibles daños al alumno/usuario, a terceros y/o a los equipos o instalaciones, está prohibida. fit.life se reserva el derecho para decidir la idoneidad del vestuario deportivo utilizado por los alumnos/usuarios.

8. Usar toalla de entrenamiento en las áreas deportivas.

10. fit.life no se hace responsable por la pérdida o robo de artículos personales dentro de las instalaciones. Al respecto, fit.life recuerda a sus alumnos y usuarios que su objetivo principal es prestar servicios deportivos, no el resguardo o custodia de valores, por lo que, por motivos de seguridad, los alumnos/usuarios deberán ser conscientes y responsables respecto de los objetos que ingresen al gimnasio.

En vista de lo señalado, con el fin de colaborar con el cuidado de los objetos de su propiedad, el alumno/usuario deberá evitar el ingreso de artículos de valor al gimnasio, así como de objetos que no sean estrictamente necesarios para el desarrollo de sus actividades deportivas y que, por ende, no digan relación directa con la naturaleza de los servicios prestados por fit.life

11. Por motivos de seguridad de las instalaciones, de sus dependientes y/o de los propios alumnos o usuarios y, en vista de la naturaleza de los servicios prestados por fit life, éste último estará facultado para oponerse al ingreso, depósito y custodia de elementos que, a su juicio, contradigan dichos parámetros, representando un riesgo o peligro de daño o incrementando la oportunidad u ocasión para la comisión de un delito.

13. La responsabilidad de fit.life se limita a utilizar y/o poner a disposición del alumno/usuario afectado todos los medios que estén a su alcance para colaborar con éste en cualquier intento por poner sin demora al presunto infractor a disposición de las autoridades competentes y/o a perseguir y acreditar la responsabilidad penal y/o indemnizatoria del infractor.

14. El personal de fit.life no tendrá permitido guardar objetos personales de los alumnos/usuarios.

16. Encontrarse en condiciones médicas y de salud adecuadas para el desarrollo de actividad física y, en caso de padecimientos, enfermedades o condiciones delicadas de salud, contar con el respectivo certificado médico que lo autorice para realizar dicha actividad, sin riesgo para su vida o salud o la del resto de los alumnos, usuarios o dependientes del gimnasio.

17. Abstenerse de realizar cualquier ejercicio o actividad que no hubiere sido aprobado por su médico o profesor.

18. Utilizar los respectivos equipos e instalaciones conforme al uso adecuado y/o indicado por el profesor o las instrucciones de utilización del propio equipo.



19. Abstenerse de prestar servicios de o ejecutar acciones propias de un entrenador personal, entendiendo por tales, prescribir, dirigir, corregir y/o supervisar rutinas de entrenamiento, así como abstenerse de contratar y/o solicitar la prestación o ejecución de dichas actividades a un tercero.

20. Los alumnos deberán abstenerse de hablar a un volumen muy alto o caer en actitudes ruidosas que puedan molestar o distraer a los otros alumnos.

21. Por razones de seguridad, todos los celulares y dispositivos reproductores de música deberán mantenerse inaudibles para los otros alumnos y debidamente asegurados al cuerpo del usuario al momento de ejercitarse.

#### **ESTADO DE SALUD DEL ALUMNO/USUARIO Y LESIONES:**

1. Todo alumno/usuario que asista a fit.life, lo hace voluntariamente, bajo su exclusivo riesgo y responsabilidad, conociendo y aceptando los riesgos inherentes al desarrollo de cualquier tipo de actividad física.

Por el mero hecho de inscribirse en el gimnasio y/o utilizar las instalaciones, salvo que se indique expresamente lo contrario, el alumno/usuario declara encontrarse en buenas condiciones físicas y de salud, así como no tener conocimiento de motivo alguno, médico o de cualquier otra índole, por el cual esté impedido o restringido de realizar normalmente los ejercicios físicos que se desarrollan en fit.life, exonerando desde ya a fit.life de toda responsabilidad ante cualquier situación de riesgo físico, lesiones e incluso fallecimiento, producto de la actividad que el alumno realice en las instalaciones y que no se deba, directamente, a dolo o negligencia grave por parte de fit.life o de sus dependientes.

2. fit.life recomienda encarecidamente a todo alumno y/o usuario que pretenda utilizar los servicios y/o instalaciones del gimnasio, realizar una Evaluación Física y una Evaluación de Salud previo a su inscripción y a la utilización de las instalaciones o servicios del gimnasio. fit.life no podrá, bajo ninguna circunstancia, llevar a cabo la Evaluación de Salud, pues ésta corresponde a una evaluación médica tendiente a determinar si el alumno o usuario se encuentra o no en condiciones aptas para la realización de actividad física sin riesgo para su vida o salud o la de otros usuarios. Por lo mismo, escapando del ámbito de competencia de fit.life, será obligación y responsabilidad del alumno o usuario consultar este aspecto con el especialista médico que corresponda.

El no cumplimiento de estas recomendaciones por parte del alumno/usuario antes de empezar a utilizar las instalaciones o servicios del gimnasio, implicará que éste ha optado por prescindir de las evaluaciones, sin necesidad de dejar constancia de ello por escrito, consecuentemente liberando a fit.life de toda y cualquier responsabilidad ante cualquier situación de riesgo físico, lesiones e incluso fallecimiento, producto de la actividad que el alumno/usuario realice en fit.life y que no sea directamente imputable a dolo o negligencia grave de fit.life y/o de sus dependientes, sino de su propia negligencia.

3. Si el alumno/usuario presentare y/o tuviere conocimiento de padecer alguna afección o condición delicada de salud que pudiere afectar su vida y/o integridad o la de los demás usuarios y/o funcionarios del gimnasio, éste deberá informárselo a fit.life por cualquier medio escrito y exhibir y acompañar un certificado médico actualizado a la fecha en el que conste la autorización de su médico tratante para realizar actividad física sin riesgo para su salud y/o la de los demás usuarios. En caso de tratarse de una condición o enfermedad pre-existente, ésta deberá ser informada a fit.life por el alumno/usuario en su declaración inicial de salud. En caso de tratarse de una condición o enfermedad sobreviniente, el aviso y el certificado correspondiente deberán efectuarse en un plazo no superior a 3 días desde acaecida y/o conocida dicha condición.

El no cumplimiento de estas obligaciones por parte del alumno/usuario dentro de los plazos establecidos para ello y, por ende, la falta de información y/o comunicación a fit.life a este respecto, acarreará la liberación de responsabilidad de fit.life ante cualquier situación de riesgo físico, lesiones e incluso fallecimiento, producto de la actividad que el alumno/usuario realice en fit.life y que no sea directamente imputable a dolo o negligencia grave por parte de fit.life y/o de sus dependientes.

Desde ya, y sin ánimo de ser una lista restrictiva, se deja expresa constancia de que las personas con problemas cardíacos, obesidad, diabetes, embarazo, problemas renales, hipertensión y/o con consumo de medicamentos que de alguna manera lo restrinjan, deberán contar con autorización expresa de su médico antes de participar en alguna de las actividades de O2 fit o de utilizar las instalaciones.

4. En los casos de condiciones delicadas de salud que ameriten autorización médica para la realización de actividad física, por razones de responsabilidad, salud, higiene y seguridad, de no proveerse dicho documento, fit.life podrá reservarse el derecho de suspender la membresía del alumno/usuario y/o su derecho a utilizar las instalaciones y/o servicios del gimnasio hasta que provea dicha autorización.

5. Fit.life no será responsable por daños o lesiones que afecten al alumno/usuario producto de ejercicios no contemplados en la rutina diseñada por sus dependientes o profesores de staff, por falta de calentamiento del alumno/usuario, por manipulación indebida de las máquinas, equipos y/o instalaciones por parte del alumno/usuario, por lesiones y/o enfermedades preexistentes y, en general, por cualquier otra causa imputable a negligencia del alumno/usuario o de otros alumnos o usuarios, siempre que no supongan dolo o negligencia grave de fit.life o de sus dependientes. El alumno/usuario libera a fit.life, sus propietarios, empleados y agentes, de toda responsabilidad a este respecto, sin restricción o limitación de ninguna naturaleza. Esta liberación de responsabilidad en favor de fit.life y sus dependientes se entenderá también otorgada por los parientes y/o sucesores del alumno/usuario negligente o incumplidor.
  
6. El alumno/usuario no podrá participar en las clases y entrenamientos ni usar los servicios e instalaciones de fit.life, si está enfermo o tiene lesiones de cualquier tipo en la piel, cortes, fracturas, infecciones, malestar o cualquier dolencia que le impida desarrollar actividad física en forma normal, le imposibilite mantener la higiene personal, o cualquiera otra condición que ponga en peligro su propia integridad física o psíquica o la del personal de fit.life o la de los otros alumnos/usuarios.

En caso de que el alumno/usuario esté en algún proceso fisioterapéutico, kinesiológico o de recuperación, éste deberá ser supervisado en todo momento por un miembro del personal de fit.life.

**SE PROHÍBE AL ALUMNO/USUARIO:**

1. Vender cualquier tipo de producto o servicio o realizar cualquier actividad comercial dentro de las instalaciones e inmediaciones de fit.life;
  
2. Cometer actos eventualmente constitutivos de delito, realizar actos o emplear gestos de carácter vulgar u ofensivo, utilizar violencia física o verbal, utilizar lenguaje obsceno o calumnioso, molestar, incomodar y/o importunar a otros alumnos/usuarios, o bien, comportarse de una manera tal que el establecimiento determine que sea una molestia, falta de respeto o motivo de inseguridad para el resto de los usuarios o dependientes de fit.life o los exponga a daño o peligro;
  
3. Consumir o ingresar drogas, alcohol, armas o elementos corto punzantes al establecimiento o ingresar al establecimiento bajo la influencia de drogas o alcohol;

4. Realizar cualquier caso que atente contra la ley, las buenas costumbres, el orden público o la moral;
5. Ingresar animales;
6. Fumar dentro de las instalaciones de fit.life;
7. Comer en las dependencias del Gimnasio;
8. Utilizar envases de vidrios en las áreas deportivas;
9. Llevarse cualquier elemento del Gimnasio que no sea de su propiedad;
10. Hacer uso de reproductores de música sin audífonos;
11. Ejercer funciones de profesor, sea o no personalizado, y/o solicitar a un tercero, no autorizado expresamente por fit.life, a ejercer funciones de profesor;
12. Usar el celular en volumen alto en las áreas deportivas, ya que distrae y puede ser causa de accidentes;
13. Introducir maletas, mochilas, backpacks o bolsas a las áreas deportivas, ya que compromete la seguridad de los usuarios y de las instalaciones;
14. Correr dentro del Gimnasio, salvo en uso de las áreas especialmente destinadas para tales efectos;
15. Arrojar basura fuera de los papeleros que se facilitan;
16. Traer sus propios equipos de ejercicio;
17. Tomar fotografías no autorizadas de otros alumnos/usuarios;

**ZONA DE ENTRENAMIENTO:**

1. Todo ingreso y salida de un equipo, debe hacerse en forma lenta y suave. Movimientos bruscos, podrían lesionarlo como también causar daños en los equipos.
2. Los equipos sólo deben ser utilizados para lo que fueron diseñados y de acuerdo a las instrucciones detalladas en ellos o recibidas de su profesor. Ante cualquier duda, los

alumnos/usuarios deberán preguntar al profesor a cargo.

Los alumnos/usuarios serán responsables de cualquier daño causado a los equipos, maquinarias, instalaciones o demás usuarios, producto de su uso negligente.

3. Para elongar, utilice las zonas habilitadas para ello.
4. NO realice actividades que no le hayan sido indicadas por un profesor.
5. Ajuste los equipos sólo en las partes indicadas para ello, y siempre bajo la supervisión del profesor.
6. No use un equipo si éste no le ha sido indicado por un profesor.
7. Está prohibido cualquier tipo de manipulación de las maquinarias y equipos. Si requiere ayuda, pida asistencia a un profesor.
8. En el área de pesas, el alumno/usuario deberá regresar el equipo que utilice (mancuernas, discos, barras, etc.) a las áreas asignadas. Asimismo, no deberá dejar implementos en el piso, ni podrá botar o arrojar el equipamiento antes mencionado.
9. El alumno/usuario deberá velar por el buen estado de conservación de las instalaciones y de los servicios, denunciando y/o responsabilizándose por todo acto que vaya en deterioro de las mismas y advirtiéndolo al personal cuando observe anomalías en la instalación o en el material de la misma.
10. No podrán permanecer en el área de gimnasio, las personas que no estén haciendo uso de los aparatos localizados en dicha área.
11. Después del uso de cualquier equipo o maquinaria, el alumno/usuario deberá dejar su espacio limpio y seco.

## **VESTIDORES, BAÑOS**

1. Con el fin de evitar caídas, se recomienda secarse bien, no andar con los pies descalzos, no correr y usar sandalias siempre.



2. Con el fin de colaborar con el cuidado de los objetos de su propiedad, el alumno/usuario deberá evitar el ingreso de artículos de valor al gimnasio, así como de objetos que no sean estrictamente necesarios para el desarrollo de sus actividades deportivas y que, por ende, no digan relación directa con la naturaleza de los servicios prestados por fit.life.

**EN O2 FIT LE RECOMENDAMOS:**

1. Evaluar su estado de salud periódicamente.
2. Apegarse a y realizar el entrenamiento diseñado por un profesor de fit.life.
3. Consultar con un profesor si no se siente cómodo con su entrenamiento.
4. Al finalizar su entrenamiento, ayúdenos con la limpieza de la máquina utilizada, con la rotación de los implementos y con el orden y seguridad de las instalaciones y de los demás usuarios.
5. Hidratarse adecuadamente.

*El incumplimiento grave y/o reiterado por parte del alumno/usuario de alguno de los puntos, obligaciones y/o prohibiciones señalados en el presente Manual de Comportamiento y Reglamento de Uso y Funcionamiento de Instalaciones, facultará a fit.life para poner término al respectivo Contrato de Alumno o Membresía y prohibir el acceso del alumno/usuario al Gimnasio.*

*En casos que así lo ameriten y la naturaleza de la falta así lo permita, la Dirección del Gimnasio podrá suspender temporalmente, y sin derecho a indemnización alguna, el acceso del alumno/usuario a las instalaciones del Gimnasio hasta que se subsane el defecto o la falta que motiva la suspensión, o a reemplazar dichas sanciones por meras amonestaciones expresas y formales de advertencia cuando la gravedad, naturaleza y/o periodicidad de las faltas así lo permitan.*

**PÉRDIDA INMEDIATA DE LA CONDICIÓN DE ALUMNO/USUARIO EN FIT.LIFE:**

***El alumno/usuario que incurra en alguna de las siguientes situaciones, perderá de forma inmediata la condición de membresía de fit.life y su derecho a la utilización de los servicios e instalaciones:***



1. Hurtar, robar, apropiarse indebidamente y/o deteriorar cualquier pertenencia de otros alumnos/usuarios y/o del personal de fit.life o del equipamiento de fit.life.
2. Falsear intencionalmente datos relativos a su identidad, edad, estado de salud, etc., así como la suplantación de identidad.
3. El incumplimiento del horario de cierre de la sede.
4. Infracción de alguna de las conductas señaladas en las prohibiciones del alumno/usuario. En este último caso, dependiendo de la gravedad de la falta y/o del carácter de reiterada o no de la misma, quedará a discreción de la Dirección del gimnasio, aplicar directamente esta sanción o una mera amonestación de advertencia, así como impedir el ingreso del infractor.