

REGOLAMENTO DELLA PALESTRA FITNESS

I.I.S. ASPRONI-FERMI - IGLESIAS

Il presente regolamento regola l'uso della Palestra Fitness della sede dell'Istituto "Asproni-Fermi" di via Falcone 7 di Iglesias. Il seguente regolamento interessa gli studenti e studentesse dell'Istituto "Asproni-Fermi", i docenti di scienze motorie, gli insegnanti che utilizzano la palestra, il personale non docente.

1. ORARIO DI ACCESSO ALLE PALESTRE

Orario scolastico: Per le lezioni di Scienze motorie e del Gruppo Sportivo dell'Istituto "Asproni-Fermi" valgono gli orari definiti ad inizio di ogni anno scolastico in base all'orario generale delle classi e delle attività programmate del Gruppo Sportivo. Orario non scolastico: Martedì e Giovedì dalle 14:30 alle 16:30.

2. ACCESSO ALLA SALA FITNESS

L'accesso alla sala fitness è riservato a studenti e studentesse dell'Istituto, ai/docenti ed al personale ivi in servizio. L'ingresso nelle palestre è consentito agli studenti e studentesse esclusivamente con la presenza degli/le insegnanti di Scienze Motorie. Al termine delle lezioni o dei turni assegnati il/la docente responsabile provvederà a chiudere a chiave le porte della palestra. L'accesso alla sala fitness è ammesso secondo gli orari definiti ad inizio di ogni anno scolastico dal Dirigente scolastico/a e reso pubblico all'utenza. Per l'accesso alla sala fitness da parte del personale è necessario ottenere autorizzazione scritta da parte del Dirigente scolastico e prenotarsi nell'apposito registro telematico.

3. UTILIZZO SALA FITNESS

Il personale docente e non docente che utilizzi la sala fitness lo fa a proprio rischio e pericolo e si assume la responsabilità per eventuali danni a cose o persone.

E' obbligatorio: indossare idonea calzatura da ginnastica; tenere i capelli legati durante l'attività; l'uso dell'asciugamano da stendere sulle macchine, sulle panche, sui tappetini e comunque dove ci si appoggia durante l'allenamento; attenersi alle disposizioni degli insegnanti, evitando utilizzi impropri delle attrezzature a disposizione; rimettere sempre al proprio posto e nell'esatto spazio corrispondente manubri, bilancieri e gli altri attrezzi dopo averli utilizzati.

Gli utilizzatori sono tenuti a segnalare immediatamente ai/docenti responsabili o al Dirigente scolastico eventuali malfunzionamenti o danneggiamenti delle attrezzature ivi presenti.

4. PREVENZIONI INFORTUNI Le attrezzature sportive devono essere utilizzate con moderata intensità, secondo le modalità d'uso autorizzate, nel rispetto delle opportune misure di sicurezza atte a prevenire gli infortuni.
5. NORME DI COMPORTAMENTO - è vietato qualsiasi comportamento che possa causare danni ai beni immobili, alle loro pertinenze, alle pareti, all'impianto d'illuminazione, alle strutture sportive fisse, e agli arredi contenuti, - sono vietati tutti quei comportamenti scorretti e indecorosi che possono creare disagio ed offendere l'altrui sensibilità. Per i trasgressori verranno presi provvedimenti anche disciplinari, previa informazione alla Dirigenza Scolastica.
6. RESPONSABILITA' INDIVIDUALI VERSO COSE E PERSONE - Gli utenti della palestra rispondono personalmente per i danni causati a cose e persone in seguito a negligenza o imprudenza nei comportamenti; - è vietato l'uso di attrezzature e materiali sportivi che possano recare danni alle persone, agli arredi, agli infissi, alle pareti ed ai pavimenti delle palestre; - i/docenti di scienze motorie sono tenuti a controllare lo stato degli impianti e delle attrezzature sportive prima di iniziare

l'attività e a segnalare, al più presto, eventuali danni alla Dirigenza Scolastica.

7. **NORME IGIENICHE** a. Nella palestra ed in tutti gli ambienti annessi è severamente vietato fumare; b. l'accesso alla sala fitness è consentito solo con l'utilizzo di scarpe da ginnastica rigorosamente pulite; d. negli spogliatoi è assolutamente vietato diffondere sostanze aerosol tramite bombolette spray e nebulizzatori per deodoranti, profumi, lacche, medicinali o altro; e. è vietato l'uso di contenitori di vetro; f. è vietato consumare alimenti e bevande; g. è vietato introdurre in palestra telefoni cellulari e apparecchi per riprese audio e video, salvo diversa motivata disposizione del/la docente responsabile o in ragione di specifiche autorizzazioni alla ripresa di attività didattiche e sportive; h. nelle palestre, per motivi di sicurezza, è vietata l'introduzione di oggetti personali.

8. **CERTIFICAZIONI MEDICHE** Esclusivamente in orario scolastico l'accesso alla sala fitness degli studenti e delle studentesse non necessita della presentazione del certificato medico in quanto attività sportiva a carattere interno all'Istituto (decreto 8 agosto 2014 "Linee guida di indirizzo in materia di certificati medici per l'attività sportiva non agonistica"). Per quanto riguarda invece l'attività degli studenti e delle studentesse svolta fuori dall'orario scolastico è obbligatoria la presentazione del certificato medico d'idoneità alla pratica sportiva non agonistica, che ha validità annuale con decorrenza dalla data di rilascio.

L'accesso alla sala fitness dei/delle docenti dell'Istituto "Asproni-Fermi" e del personale ivi in servizio è ammesso previa presentazione del certificato medico d'idoneità alla pratica sportiva non agonistica, che ha validità annuale con decorrenza dalla data di rilascio.