REGLAMENTO DEL GIMNASIO "CHICÁHUAC"

El Gimnasio "Chicáhuac" (significado náhuatl: fuerte, valiente, sano) de la Universidad del Valle de Puebla, depende de la Dirección de Extensión Universitaria, y tiene entre sus principales objetivos: Impulsar la práctica del ejercicio, instruir en su práctica a quien nunca lo ha hecho, lograr que cada vez sea mayor el número de gente que lo practique y coadyuvar a preservar la salud y bienestar de la Comunidad Universitaria y población general que utilice el servicio.

Para el cumplimiento de estos objetivos, el Gimnasio "Chicáhuac" ha desarrollado la presente normativa que servirá para garantizar los derechos de los usuarios en las instalaciones y para fijar las obligaciones de éstos con el personal, con los demás usuarios y con el propio equipamiento deportivo.

Al inscribirse al "Gimnasio Chicáhuac", el usuario manifiesta que es su libre voluntad obligarse a acatar en su totalidad los siguientes lineamientos:

CAPÍTULO I
DEL PROCESO DE INSCRIPCIÓN, REINSCRIPCIÓN Y BAJA.

Artículo 1. Para poder hacer uso de las instalaciones del Gimnasio "Chicáhuac", el usuario debe ser mayor de 16 años, ser miembro de la Comunidad Universitaria, familiar directo de este último (Padre, madre, hermanos, hijos(as), abuelos paternos y maternos), invitado con pase de visita o externos que cumplan los requisitos de inscripción, visibles en el artículo 2 del presente Reglamento.

Los usuarios menores de edad (menores a 18 años cumplidos) deberán presentar copia del INE de su padre, madre o tutor, así como firmar presencialmente la autorización para el acceso y uso de las instalaciones en el Contrato de prestación de servicios de instalaciones de gimnasio y ficha médica.

Artículo 2. La solicitud de inscripción por parte de los usuarios deberá realizarse en las instalaciones del Gimnasio "Chicáhuac", de acuerdo a lo siguiente:

a) Dar su consentimiento sobre el uso de datos personales y sensibles.
b) Requisitar la ficha médica proporcionada por los responsables del Gimnasio "Chicáhuac";
c) Pagar la cuota correspondiente al servicio contratado o realizar el pago en línea.

Artículo 3. La reinscripción de usuarios se renueva manera semestral debiendo estar al corriente en todos sus pagos y se realizara en caja o realizando su pago en línea, y deberá presentar recibo de pago en el Gimnasio "Chicáhuac", donde se confirmará que ya se tenga el historial médico actualizado del

usuario en Servicio Médico, de lo contrario deberá realizarlo para poder tener acceso al Gimnasio "Chicáhuac".
presentar recibo de pago impreso en el Gimnasio "Chicáhuac".

Artículo 4. Los usuarios externos deberán realizar su proceso de inscripción y reinscripción de manera regular, como también pagar el costo de inscripción vigente.

Artículo 5. Si desea realizar la baja del servicio el usuario, no deberá tener ningún adeudo de mensualidades y deberá realízalo mediante una solicitud que entregará a la administración del Gimnasio antes de su fecha de corte, de lo contrario el cobro de la mensualidad seguirá corriendo hasta los siguientes dos meses de cuota por concepto de penalización.

En caso de que el usuario no realice su pago antes de su fecha de corte, se prohibirá su entrada a las instalaciones del Gimnasio "Chicáhuac".

CAPÍTULO II
DEL HORARIO

Artículo 6. El horario de servicio en el Gimnasio "Chicáhuac", es de lunes a viernes de siete (7:00) de la mañana a diez (10:00) de la noche y los sábados de siete (7:00) de la mañana a cinco (5:00) de la tarde: El Gimnasio "Chicáhuac" se reserva el derecho de cerrar las instalaciones, áreas específicas o restringir los horarios en días festivos y en los días en que el mantenimiento de las instalaciones lo requiera, para lo cual el responsable del Gimnasio deberá dar aviso con anticipación a los usuarios a través del medio que considere pertinente. En el caso de que el Gimnasio "Chicáhuac" deba suspender sus horarios y servicios por causa de fuerza mayor o caso fortuito, no se reembolsará cuota o pago alguno al usuario.

Fracción I. El Gimnasio "Chicáhuac" proporciona sus servicios a diversos usuarios miembros de la comunidad Universitaria y al público en general), por lo que se reserva el derecho de contar y designar con entrenador(es) o responsable(s) que imparta(n) las clases y proporcione(n) el entrenamiento al usuario, pudiendo éste elegir entre aquél o aquellos disponibles en el gimnasio, con la única limitante del espacio en las áreas y el tiempo del entrenador(es) o responsable(s), por lo tanto el usuario no tendrá derecho a indemnización alguna o reclamación para el caso de que este personal no estén disponibles o sean sustituidos.

Las sugerencias y comentarios para mejorar los servicios se deben realizar por escrito, en apego al procedimiento de quejas, sugerencias y felicitaciones de la Universidad.

CAPÍTULO III
DE LOS USUARIOS

Artículo 7. Todo usuario del Gimnasio, debe presentar su recibo de pago de cada mensualidad antes de su fecha de corte, o pase de invitado en la recepción del gimnasio "Chicáhuac" para tener acceso.

Fracción I. Para los alumnos de excelencia académica (alumnos que tengan promedio de 9.5 del semestre anterior cursado) deben presentar la boleta de calificaciones otorgada por Control Escolar o la impresión de pantalla de las calificaciones de su plataforma con el sello de la Coordinación Académica correspondiente; con la finalidad de que su acceso sea gratuito mientras cumpla con una asistencia mínima de una hora por día, cuatro veces por semana y apoye en los eventos del semestre relacionados con el Gimnasio. De no cubrir los requisitos de asistencia mensuales se penalizará con una multa equivalente a un mes de gimnasio con precio vigente. La baja se podrá realizar siempre y cuando haya cumplido con sus asistencias mínimas y apoyo brindado.

Artículo 8. Los miembros de la Comunidad UVP, así como sus familiares directos que deseen utilizar las instalaciones del Gimnasio, tendrán un costo preferencial y deberán realizar su proceso de inscripción y reinscripción de manera regular; de acuerdo a lo estipulado en el artículo 2 del presente Reglamento.

Los usuarios deben tener en cuenta las recomendaciones y medidas de seguridad proporcionadas por los Responsables del Gimnasio "Chicáhuac".

El usuario deberá Comunicar a los Responsables del Gimnasio "Chicáhuac" antes de iniciar su ejercicio, si se tiene algún problema patológico, para que le den las recomendaciones correspondientes.

El usuario deberá Reportar a los Responsables del Gimnasio "Chicáhuac" accidentes o síntomas de malestar, para recibir ayuda interna o externa.

CAPITULO IV
DE LAS OBLIGACIONES DEL USUARIO

Artículo 9. Para el libre acceso al gimnasio se solicita al usuario que cumpla con las siguientes obligaciones:

a) Registrar a la entrada del mismo su huella digital o bien, por lo medios que señale el personal del Gimnasio "Chicáhuac"; la negativa a proporcionar estos datos de registro será causa justificada suficiente para negar el acceso.
b) Presentarse con ropa y calzado deportivo en condiciones óptimas de higiene. No se permite el uso de ropa y/o zapatos de calle para la práctica del ejercicio, cinturones, pantalones vaqueros, prendas de vestir con remaches, cadenas de billetera, sandalias y zapatos abiertos están prohibidas.

c) Por seguridad, los usuarios con cabello largo deberán traerlo en todo momento recogido, queda estrictamente prohibido traer el cabello largo suelto.
d) Realizar un adecuado calentamiento, enfriamiento y estiramiento, para evitar lesiones y dolor después del ejercicio.
e) La hidratación se debe realizar antes, durante y después del entrenamiento, puede ingerir agua o bebidas especiales hidratantes.
f) El uso de toallas de cara y aparatos es obligatorio en todas las áreas del gimnasio, de lo contrario no se podrá hacer uso de las instalaciones.
g) En prácticas de conjunto como talleres o "Temari", los alumnos deberán ingresar únicamente en los horarios estipulados en recepción, el grupo siempre deberá de ser acompañado por el instructor responsable.
h) Después del uso de cualquier aparato o equipo, el usuario deberá dejarlo limpio y seco obligatoriamente.
i) En el caso del área de peso libre, el usuario deberá regresar a las áreas asignadas el equipo que utilice (mancuernas, discos, barras, etc.) obligatoriamente, de lo contrario se realizará una llamada de atención.
j) En horas de asistencia elevada de usuarios y según determinen los Responsables del Gimnasio, se restringe el uso del equipo cardiovascular a 30 minutos por usuario y aparato. Así mismo, el equipo de pesas deberá usarse alternadamente entre los usuarios.
k) El usuario puede hacer uso de los casilleros, siendo su responsabilidad colocar candado o no.

Fracción I. El usuario podrá asistir con un INVITADO al Gimnasio "Chicáhuac" siempre y cuando éste haya pagado su cuota diaria vigente y esté acompañado por aquél.

Fracción II. El usuario se compromete y obliga a usar y hacer que sus invitados usen las instalaciones, equipo y demás bienes propiedad del Gimnasio "Chicáhuac" de acuerdo a su naturaleza, siguiendo en todo momento las indicaciones del uso que consten en los mismos o que le sean señaladas por el personal del gimnasio.

Fracción III. Para hacer uso de las instalaciones del gimnasio, los invitados del usuario deberán de gozar de un buen estado de salud.

CAPITULO V
DE LAS OBLIGACIONES DEL RESPONSABLE DEL GIMNASIO

Artículo 10. Las obligaciones del responsable del gimnasio serán las siguientes:

a) Intervenir durante las clases en las cuales se utilicen las instalaciones de manera inadecuada o en donde exista el riesgo de causar una lesión o deterioro del material y aparatos.
b) Comunicar a la Dirección de Extensión Universitaria cualquier novedad como accidentes, fallas o desperfectos del material, en sus horarios o uso inadecuado de las instalaciones.

c) Tener bajo su resguardo los aparatos de gimnasio, colchonetas, equipo de audio, materiales de uso deportivo y otros y autorizar el uso de los mismos según sea el caso.
d) No realizar préstamos de material deportivo de ningún tipo.

Artículo 11. La Universidad del Valle de Puebla no es responsable en caso de accidentes causados por el inadecuado comportamiento por parte de los usuarios o del mal uso de las instalaciones, equipamiento y servicios del gimnasio.

Artículo 12. La Universidad del Valle de Puebla y el Gimnasio "Chicáhuac" junto con sus colaboradores se deslindan de repercusiones físicas y psicológicas durante y después del entrenamiento. Será responsabilidad del usuario comentar si hay algún malestar en algún momento dentro de las instalaciones.

Artículo 13. El Gimnasio "Chicáhuac" se reserva el derecho de suspender de forma temporal o definitiva, mediante la cancelación del servicio a cualquier usuario o invitado que incumpla las obligaciones asumidas en el contrato o que viole lo establecido en el reglamento del gimnasio.

CAPITULO VI
DEL USO DE ÁREAS ESPECÍFICAS

Artículo 14. Al hacer uso de áreas específicas, los usuarios se apegarán a lo siguiente:

Fracción I. Del uso del área de pesas.

a) Tener el torso cubierto con ropa deportiva
b) Atender las normas de seguridad básica.
c) Pedir ayuda en el manejo de barras y pesos libres.
d) Ordenar, en todo momento, mancuernas, barras y pesas en sus soportes o lugares preestablecidos.
e) El levantamiento de pesas libres se hará en el lugar dispuesto para tal fin.
f) No se podrá retirar bajo ningún concepto, el material del área para trabajos fuera de ésta.
g) Respetar las indicaciones de los Responsables del Gimnasio ya que todas las precauciones que tomen son por el bien y la integridad física de los mismos.
h) La infraestructura del área de Pesas (paredes, espacio físico, etc.) deberá ser usada sólo para lo que fue concebida.
i) El equipo debe ser devuelto a su lugar correcto después de su uso.
j) Observar todas las señalizaciones y advertencias de los equipos.
k) Se debe realizar ejercicio de calentamiento y estiramiento antes del ejercicio y el enfriamiento y estiramiento después de hacer ejercicio.
l) No se deben ejecutar ejercicios que no saben cómo hacerlo correctamente o levantar pesos que son demasiado para el usuario.

m) Los aparatos de peso integrado deberán ser usados para el objetivo específico que tiene.
n) El uso de mancuernas, barras, bancos y materiales en general, deben ser simultáneos entre usuarios.
o) En caso de hacer prácticas que puedan dañar la integridad del usuario o descomponer el equipo, se realizará una llamada de atención para corregir la acción.
p) Está prohibido azotar o dejar caer barras, mancuernas, discos y cualquier material. En caso de ocasionar daño al mobiliario por uso indebido la reparación o reposición de lo dañado deberá ser cubierta por el usuario en su totalidad.

Fracción II. Del uso del área Cardiovascular:

a) Limpiar las máquinas antes y después de su uso y si se tiene el cabello largo, mantenerlo recogido durante el tiempo de entrenamiento.
b) El tiempo de uso máximo de las máquinas cardiovasculares es de 30 minutos por equipo, para continuar por más tiempo en el área, se deberá solicitar la autorización del Responsable del Gimnasio.
c) Utilizar prendas deportivas en algodón y/o lycra, zapatos deportivos con suela corrugada y cámara de aire.
d) Detener y apagar correctamente el aparato después de hacer uso.

Fracción III. Del uso de regaderas, vestidores y baños:

a) El uso de las regaderas es estrictamente individual.
b) El uso de las regaderas es de 15 minutos por persona.
c) Al término del uso de las regaderas deberá quedar limpia libre de residuos o cualquier material.
d) El uso del área de los baños estará perfectamente marcado con señalética indicando el área para "Hombres" y el área para "Mujeres" y serán utilizados por el género que se indica sin excepciones.

CAPITULO VII
DE LAS PROHIBICIONES

Artículo 15. Queda prohibido lo siguiente:

a) Se prohíbe cualquier acto de tipo sexual, exhibicionismo de cualquier tipo o cualquier comportamiento inapropiado que incomode a las demás personas.
b) Queda prohibido realizar cualquier tipo de fotografías o grabaciones en video o de cualquier tipo a cualquier persona.
c) Los Responsables del Gimnasio "Chicáhuac" tienen estrictamente prohibido aceptar propinas o dádivas, así como vender productos diferentes a los autorizados por la Universidad.

d) No podrán permanecer en el área de Gimnasio personas ajenas o acompañantes de los usuarios, los responsables del Gimnasio quedan facultados para sancionar a los usuarios e invitados que incurran en conductas negativas y/o antideportivas en el gimnasio, o cuando omitan las disposiciones que se indican en este Reglamento.
e) El uso de las pantallas del Gimnasio "Chicáhuac", es exclusivamente para eventos deportivos o videos musicales. Queda estrictamente prohibido proyectar otro tipo de eventos o programación en ellas.
f) Se prohíbe ingresar y consumir estupefacientes, anabólicos y bebidas alcohólicas en las instalaciones, únicamente se autoriza agua y bebidas gaseosas o isotónicas en envases plásticos.
g) Se prohíbe fumar en todas las instalaciones del gimnasio.
h) Queda prohibido introducir maletas, mochilas o bolsas, al área del gimnasio, de peso libre o integrado y/o de equipos cardiovasculares, así como los envases de vidrio o envases sin tapa, y cualquier tipo de alimentos.
i) Ninguna persona ajena al Gimnasio puede ejercer funciones de instructor.
j) Prohibido el uso, compra, venta o aplicación de cualquier tipo de sustancia que no esté autorizada dentro de las instalaciones del Gimnasio.
k) Prohibido el uso de reproductores de música sin audífonos.
l) Queda prohibida la entrada a usuarios e invitados con enfermedades que se propagan por contacto, heridas abiertas o algún tipo de sangrado.
m) Se prohíbe el uso de pre entrenos, óxido y vasodilatadores en las instalaciones.
n) Se prohíbe tomar fotografías o filmar dentro de las instalaciones o a otros usuarios sin su consentimiento por escrito. En caso de que el responsable de gimnasio perciba esta acción, se comunicará con las autoridades correspondientes.
o) Salvo en el equipo autorizado, queda prohibido correr en el área de pesas y participación en juegos bruscos.
p) Se negará el acceso a usuarios con aliento alcohólico o que se identifique que estén bajo la influencia de drogas.
q) Los usuarios deberán conducirse de manera respetuosa hacía los colaboradores de la Universidad del Valle de Puebla, responsables del gimnasio, usuarios e invitados. Por lo que se prohíben faltas de respeto, gritos, palabras altisonantes y agresiones físicas dentro de las instalaciones.

CAPITULO VII
DE LAS SANCIONES

Artículo 16.- Las sanciones serán las siguientes:

a) Las conductas de los usuarios internos en las instalaciones del Gimnasio, se regirán además por el Reglamento General de Alumnos de la Universidad.
b) Las acciones que amenacen la seguridad y el bienestar de uno mismo u otras personas no serán toleradas.

c) En caso de reincidir en comportamientos inadecuados se realizará una llamada de atención, de no acatar las instrucciones posteriores a la llamada de atención se procederá a suspensión temporal por 3 días hábiles, y en su caso implicaría el retiro inmediato de las instalaciones con apoyo de los elementos de vigilancia de la universidad En caso de reincidencia después de dicha sanción se tramitará la baja definitiva del usuario sin reembolso del pago o pagos mensuales realizados.

d) En caso de que algún usuario o invitado incurra en una violación del contrato o reglamento que sea considerado como NO GRAVE, se le hará una amonestación escrita en el cual constará dicha violación y se le pedirá que, en caso de reincidencia, se le suspenderá temporalmente; podrá ser cancelado el servicio de manera definitiva en caso de que la falta sea considerada como grave.

e) El abuso verbal o físico hacia el responsable del gimnasio o cualquier usuario, implica el retiro inmediato de las instalaciones con apoyo de los elementos de vigilancia de la universidad con la posible baja definitiva del usuario sin reembolso del pago o pagos mensuales realizados.

f) En caso de la expulsión por violar el presente reglamento, no podrá haber rembolso de la inscripción o mensualidad de cualquiera de las membresías.

g) El Gimnasio “Chicáhuac” se reserva el derecho de suspender de forma temporal o definitiva, mediante la cancelación del servicio a cualquier usuario o invitado que incumpla las obligaciones asumidas en el contrato o que viole lo establecido en el reglamento del gimnasio. Se le hará una amonestación escrita en el cual constará dicha violación y se le pedirá que, en caso de reincidencia, se le suspenderá temporalmente; y podrá ser cancelado el servicio de manera definitiva en caso de que la falta sea considerada como grave.

TRANSITORIO

Único. El presente reglamento entrará en vigor en febrero de 2026, abrogando el del mes de julio del 2023.