

REGLAS GENERALES



- Debe tener 12 años de edad o más para usar el equipo de acondicionamiento físico, la pista y las canchas en el centro de bienestar.
- Por favor, asegure todos los artículos personales en casilleros o cubículos. CCM Wellness Center no es responsable de los artículos perdidos, robados o dañados.
- Se requiere un atuendo de acondicionamiento físico adecuado y zapatos deportivos limpios en todo momento cuando se usa el centro de bienestar. Se debe usar una camisa que cubra todo el torso en todo momento.
- No se permiten alimentos o bebidas (que no sean agua y bebidas deportivas).
- Durante las horas pico, limite su tiempo en máquinas cardiovasculares a 30 minutos.
- Limpie y devuelva todo el equipo a su lugar adecuado después de su uso.
- Por favor, no ajuste el volumen o los canales en los monitores de TV.
- CCM Wellness Center ofrece entrenamiento personal para nuestros miembros. El uso de entrenadores personales que no sean de CCM Health está prohibido dentro de nuestras instalaciones.
- Sea respetuoso con los demás y el personal. Abstenerse de lenguaje inapropiado.
- Permita que otros usen equipo de fuerza durante sus períodos de descanso.
- Utilice audífonos cuando escuche dispositivos móviles o tabletas. No se permiten oradores personales.
- Siga todas las instrucciones sobre el uso adecuado del equipo tal como se publicaron. Use el equipo solo para el propósito previsto por el fabricante. El uso inadecuado del equipo de ejercicio puede resultar en lesiones.
- Por favor, informe cualquier lesión al personal de inmediato.
- Reporte cualquier equipo dañado al personal de inmediato. No intente reparar o ajustar ningún equipo que haya funcionado mal.

Reglas de edad

- 16 años de edad y mayores: acceso llavero 24/7.
- 14-15 años de edad: pueden visitar durante el horario de personal por su cuenta con el consentimiento de los padres. Debe estar acompañado por un padre durante las horas sin personal.
- 12-13 años de edad: debe estar acompañado por un padre en todo momento.

Los miembros e invitados menores de 12 años no están permitidos en las áreas de fitness. Esto incluye la pista para caminar y las canchas deportivas.