

REGOLAMENTO ABBONAMENTI AQUANIENE

ISCRIZIONE ANNUALE

Per poter frequentare le attività sportive di Aquaniene è necessario essere in regola con l'iscrizione annuale. Il pagamento della quota di iscrizione comprende il tesseramento, l'assicurazione RC ed il materiale sportivo Aquaniene (secondo scelta della tipologia abbonamento, da ritirare presso il negozio di articoli sportivi convenzionato); la quota di iscrizione avrà la durata di 12 mesi a partire dal pagamento della stessa e potrà essere ridotta per i rinnovi degli anni successivi, purché consecutivi rispetto alla prima iscrizione. Per tutte le tipologie di abbonamento e/o corsi, all'atto dell'iscrizione, è obbligatorio consegnare il **certificato medico** necessario alla pratica sportiva non agonistica ed attenersi a quanto prescritto dalle vigenti leggi in merito alle certificazioni sanitarie dello sport. In caso di mancata osservanza la direzione e chi agisce in nome e per conto di essa è esonerata da qualsiasi responsabilità diretta e/o indiretta che ne potesse derivare. Si fa presente che sono disponibili tre defibrillatori cardiaci all'interno dell'impianto: uno nel locale infermeria, un secondo sul piano vasca piscina grande coperta lato porta d'emergenza prossimale segreteria – reception ed un terzo nella palestra cardio-isotonica al lato del desk degli assistenti di sala.

ABBONAMENTI

E' possibile scegliere fra **TRE TIPOLOGIE di ABBONAMENTI** diverse per servizi sportivi fruibili e per importi di pagamento:

- abbonamento **ELITE**
- abbonamento **FITNESS**
- abbonamento **AQUA**

ABBONAMENTO ELITE

Comprende l'attività svolta nella **sala cardio-isotonica**, completamente attrezzata Technogym, con frequenza libera di giorni e orari in funzione dell'abbonamento scelto. In tale sala sono a disposizione dell'utenza degli istruttori qualificati per le istruzioni sull'uso delle attrezzature e per il suggerimento del programma tecnico da svolgere in funzione delle proprie esigenze. Pertanto, il nuovo abbonato dovrà necessariamente interpellare l'istruttore per tutte le informazioni del caso. L'abbonamento comprende inoltre tutti i **corsi fitness** che si svolgono nelle sale di Aquaniene (studi fitness + sala polifunzionale ed eventuali altri spazi) secondo programma ed orari prestabiliti dalla Direzione Tecnica. Tali orari saranno fruibili, congiuntamente alle disposizioni comportamentali per l'uso delle sale, in forma cartacea nella nostra reception, saranno inoltre affissi nelle nostre bacheche e disponibili sul nostro sito www.aquaniene.it . **Nota bene:** con il pagamento dell'abbonamento l'utente ha la possibilità di frequentare tutti i corsi fitness indicati nel programma orario. Si specifica che non è possibile abbonarsi per un solo o pochi corsi a scelta dell'utente, ma lo stesso potrà liberamente scegliere quali corsi frequentare in base alle disponibilità dell'intero programma orario delle lezioni organizzate dalla Direzione Tecnica. Pertanto, per la partecipazione a tali corsi, non ci sarà bisogno di prenotazione, eccezion fatta per il corso di group cycling (spinning) e di heat program (tapis roulant) dove ci si potrà prenotare a partire dalla mattina del giorno precedente la lezione. Comprende inoltre tutto il **nuoto** nelle piscine, assistito dall'assistente bagnanti, secondo corsie e orari prestabiliti dalla Direzione Tecnica. Tali orari e disponibilità, congiuntamente alle norme generali ed igienico-sanitarie delle piscine che dovranno essere scrupolosamente rispettate, saranno fruibili in forma cartacea nella nostra reception, saranno inoltre affissi nelle nostre bacheche e disponibili sul nostro sito www.aquaniene.it . Comprende inoltre tutti i **corsi di acquagym e fitness acquatico** che si svolgono nelle piscine, secondo programma ed orari prestabiliti dalla Direzione Tecnica. Tali orari saranno fruibili in forma cartacea nella nostra reception, saranno inoltre affissi nelle nostre bacheche e disponibili sul nostro sito www.aquaniene.it . Si fa presente che gli orari indicati delle lezioni dei vari corsi sono comprensivi dei tempi necessari alla eventuale organizzazione e/o rimozione delle attrezzature d'uso per le lezioni stesse programmate. Si specifica che non è possibile abbonarsi per un solo o pochi corsi a scelta dell'utente, ma lo stesso potrà liberamente scegliere quali corsi frequentare in base alle disponibilità del programma orario delle lezioni organizzate dalla Direzione Tecnica. Pertanto per la partecipazione a tali corsi, non ci sarà bisogno di prenotazione eccezion fatta per il corso di acqua-bike dove ci si potrà prenotare a partire dalla mattina del giorno precedente la lezione. Comprende inoltre la possibilità di utilizzo della **sauna** e del **bagno turco** presenti nell'area relax degli spogliatoi adulti secondo le modalità affisse nell'area stessa.

ABBONAMENTO FITNESS

Comprende l'attività svolta nella **sala cardio-isotonica**, completamente attrezzata Technogym, con frequenza libera di giorni e orari in funzione dell'abbonamento scelto. In tale sala sono a disposizione dell'utenza degli istruttori qualificati per le istruzioni sull'uso delle attrezzature e per il suggerimento del programma tecnico da svolgere in funzione delle proprie esigenze. Pertanto,

il nuovo abbonato dovrà necessariamente interpellare l'istruttore per tutte le informazioni del caso. L'abbonamento comprende inoltre tutti i **corsi fitness** che si svolgono nelle sale di Aquaniene (studi fitness + sala polifunzionale ed eventuali altri spazi) secondo programma ed orari prestabiliti dalla Direzione Tecnica. Tali orari saranno fruibili, congiuntamente alle disposizioni comportamentali per l'uso delle sale, in forma cartacea nella nostra reception, saranno inoltre affissi nelle nostre bacheche e disponibili sul nostro sito www.aquaniene.it. **Nota bene:** con il pagamento dell'abbonamento l'utente ha la possibilità di frequentare tutti i corsi fitness indicati nel programma orario. Si fa presente che gli orari indicati delle lezioni dei vari corsi sono comprensivi dei tempi necessari alla eventuale organizzazione e/o rimozione delle attrezzature d'uso per le lezioni stesse programmate. Si specifica che non è possibile abbonarsi per un solo o pochi corsi a scelta dell'utente, ma lo stesso potrà liberamente scegliere quali corsi frequentare in base alle disponibilità dell'intero programma orario delle lezioni organizzate dalla Direzione Tecnica. Pertanto, per la partecipazione a tali corsi, non ci sarà bisogno di prenotazione, eccezion fatta per il corso di group cycling (spinning) e di heat program (tapis roulant) dove ci si potrà prenotare a partire dalla mattina del giorno precedente la lezione. Comprende inoltre la possibilità di utilizzo della **sauna** e del **bagno turco** presenti nell'area relax degli spogliatoi adulti secondo le modalità affisse nell'area stessa.

ABBONAMENTO AQUA

Comprende tutto il **nuoto** nelle piscine, assistito dall'assistente bagnanti, secondo corsie e orari prestabiliti dalla Direzione Tecnica. Tali orari e disponibilità, congiuntamente alle norme generali ed igienico-sanitarie delle piscine che dovranno essere scrupolosamente rispettate, saranno fruibili in forma cartacea nella nostra reception, saranno inoltre affissi nelle nostre bacheche e disponibili sul nostro sito www.aquaniene.it. Comprende inoltre tutti i **corsi di acquagym e fitness acquatico** che si svolgono nelle piscine, secondo programma ed orari prestabiliti dalla Direzione Tecnica. Tali orari saranno fruibili in forma cartacea nella nostra reception, saranno inoltre affissi nelle nostre bacheche e disponibili sul nostro sito www.aquaniene.it. Si fa presente che gli orari indicati delle lezioni dei vari corsi sono comprensivi dei tempi necessari alla eventuale organizzazione e/o rimozione delle attrezzature d'uso per le lezioni stesse programmate. Si specifica che non è possibile abbonarsi per un solo o pochi corsi a scelta dell'utente, ma lo stesso potrà liberamente scegliere quali corsi frequentare in base alle disponibilità del programma orario delle lezioni organizzate dalla Direzione Tecnica. Pertanto per la partecipazione a tali corsi, non ci sarà bisogno di prenotazione eccezion fatta per il corso di acqua-bike dove ci si potrà prenotare a partire dalla mattina del giorno precedente la lezione. Comprende inoltre la possibilità di utilizzo della **sauna** e del **bagno turco** presenti nell'area relax degli spogliatoi adulti secondo le modalità affisse nell'area stessa.

FASCE ORARIE ABBONAMENTI

I sopra elencati abbonamenti potranno essere utilizzati in funzione di una delle seguenti **FASCE ORARIE** prescelte:

FULL TIME - orari apertura impianto e chiusura palestre: dal lunedì al venerdì 7.00 – 22.00, sabato 7.00 – 18.30, domenica e festivi 8.30 – 14.00. - Orari apertura impianto e chiusura piscine: dal lunedì al venerdì 7.00 – 22.00, sabato 7.00 – 14.30, domenica e festivi 8.30 – 14.00. - (ingresso agli spogliatoi consentito fino a 30 minuti prima dell'orario di chiusura).

MORNING - orari apertura impianto e chiusura palestre: dal lunedì al venerdì 7.00 – 14.30, sabato 7.00 – 14.30, domenica e festivi 8.30 – 14.00. - Orari apertura impianto e chiusura piscine: dal lunedì al venerdì 7.00 – 14.30, sabato 7.00 – 14.30, domenica e festivi 8.30 – 14.00. - Limite orari ingresso spogliatoi: dal lunedì al sabato l'ingresso sarà consentito fino alle ore 14.00 con possibilità di fare attività fino alle ore 14.30 mentre la domenica ingresso fino alle ore 13.30 con attività fino alle ore 14.00.

DURATA ABBONAMENTI: in funzione della quota sociale versata, variabile dal periodo e dalla tipologia dell'abbonamento, lo stesso potrà avere la durata di:

Abbonamento FULL TIME o MORNING annuale (13 mesi)

Abbonamento FULL TIME o MORNING semestrale (6 mesi)

Abbonamento FULL TIME o MORNING trimestrale (3 mesi)

Abbonamento mensile* FULL TIME o MORNING (1 mese)

(*l'abbonamento mensile è previsto esclusivamente nel periodo estivo dal 1° maggio al 31 agosto).

INGRESSI GIORNALIERI (SINGOLI O CARNET)

E' possibile acquistare alla reception gli ingressi giornalieri o carnet di essi. Tali ingressi sono equiparati per utilizzo e regolamentazione all'abbonamento ELITE FULL TIME. Nel periodo estivo (orientativamente dai primi di giugno fino verso la fine di settembre) è possibile effettuare degli ingressi giornalieri singoli o a carnet esclusivamente per la piscina olimpica scoperta, dove non compresi con il pagamento dell'ingresso stesso, sarà possibile noleggiare ombrelloni, sdraio e/o lettini.

NORME GENERALI

1. L'iscrizione per gli abbonamenti di Aquaniene è riservata ai maggiorenni purché in regola con la certificazione sanitaria per l'attività sportiva. E' prevista, previo consenso dei genitori o di chi ne fa le veci, l'iscrizione agli abbonamenti Aquaniene anche ai ragazzi/e a partire dai 16 anni, nel rispetto delle regole e modalità qui enunciate. E' inoltre previsto un abbonamento fitness

YOUNG per i ragazzi che vanno dai 14 ai 18 anni, previo consenso dei genitori, con la sola possibilità di accesso nella sala cardio-isotonica dal lunedì al sabato, dalle ore 14.30 alle ore 18.

2. Le quote sociali per la durata dell'abbonamento scelto, dovranno essere pagate alla reception prima dell'inizio dell'attività sportiva in un'unica soluzione, in funzione della relativa tipologia di abbonamento prescelta. Si specifica che l'abbonamento, anche se con il pagamento non ancora scaduto, non potrà essere attivo se in presenza di quota di iscrizione annuale scaduta.

3. E' possibile modificare la tipologia dell'abbonamento durante il corso dello stesso, attraverso un conguaglio o un cambio della data di scadenza calcolato dalla segreteria di Aquaniene.

4. Si ricorda che le piscine di Aquaniene potranno essere messe a disposizione della Federazione Italiana Nuoto per lo svolgimento di allenamenti e/o eventi agonistici solitamente nelle giornate di sabato pomeriggio e/o domenica o festivi. Pertanto, in tali occasioni le piscine non potranno essere disponibili.

5. Nei mesi estivi le disponibilità orarie delle piscine potranno subire delle variazioni dovute all'apertura della vasca olimpica scoperta (orientativamente dai primi di giugno fino verso la fine di settembre – vedi programma nuoto estivo).

6. I programmi delle attività ed orari comprese negli abbonamenti, subiranno delle variazioni durante il periodo estivo (orientativamente dalla seconda metà di luglio fino ai primi di settembre).

7. Gli abbonamenti non potranno essere utilizzati nelle giornate di chiusura totale dell'impianto e precisamente: il giorno di NATALE, il giorno di CAPODANNO ed il giorno di PASQUA. La Direzione si riserva la facoltà di osservare altri giorni di chiusura impianto in occasioni delle festività o di chiusura totale/parziale in caso di eventi a carattere straordinario.

8. La Direzione Tecnica, in funzione delle disponibilità nel tempo degli insegnanti, degli spazi sportivi a disposizione, di nuove proposte tecniche e di quant'altro si ritenesse necessario per la gestione e la strategia organizzativa delle attività, si riserva la facoltà di rimodulare e/o variare gli orari e i programmi di tutte le attività sportive in essere al termine dell'anno sportivo e/o in caso di necessità anche nel corso dello stesso.

9. Potranno essere effettuate delle promozioni su corsi e/o abbonamenti secondo discrezionalità della Direzione Tecnica in determinati periodi dell'anno. Potranno inoltre essere effettuate delle sconti, previa convenzione con Enti, aziende, etc. (attive con un minimo di 10 abbonati), o per i familiari diretti dei soci del Circolo Canottieri Aniene di Lungotevere dell'Acqua Acetosa 119 – Roma. Per il terzo iscritto ad Aquaniene appartenente allo stesso nucleo familiare, è prevista una sconti sulla tariffa dell'abbonamento, esclusa quota di iscrizione annuale (tale sconti decade nel momento in cui ad uno dei tre scade l'abbonamento). A discrezione della Direzione Tecnica potranno essere concesse delle prove gratuite in determinati periodi dell'anno.

10. Tutti i frequentanti di Aquaniene che siano abbonati, o iscritti ai corsi, o sotto qualsiasi forma di ingresso giornaliero, dovranno essere registrati dalla reception esibendo un documento di identità valido e fornendo indicazioni sulla residenza (anche domicilio italiano in caso di residenza estera), numero telefonico e di cellulare e indirizzo di posta elettronica nel rispetto della privacy. Inoltre, tutti gli utenti per l'uso degli spazi di Aquaniene (quali aree sportive, spogliatoi e quant'altro) dovranno attenersi scrupolosamente alle disposizioni e/o modalità impartite dalla Direzione. Si specifica che i trasgressori potranno essere allontanati (vedi articolo 16).

11. Tutti gli abbonati di Aquaniene potranno iscriversi e frequentare i corsi adulti, non compresi negli abbonamenti (per es. corso scuola nuoto, etc.), pagando un supplemento mensile.

12. La tessera badge, consegnata all'atto della prima iscrizione/abbonamento, è strettamente personale e dovrà essere utilizzata esclusivamente dal titolare dell'abbonamento in tutti i varchi con tornello presenti nell'impianto. In caso di dimenticanza del badge di accesso l'utente dovrà esibire per l'entrata all'impianto il suo documento di riconoscimento. L'utente inoltre dovrà, anche durante la propria attività sportiva, essere sempre munito della tessera badge ed esibirla in caso di richiesta al personale tecnico e non per eventuali controlli. In caso di smarrimento potrà essere richiesto a pagamento un duplicato della stessa. Inoltre l'utilizzo improprio del badge da parte di altre persone e/o familiari del titolare, l'abbonamento sarà interrotto ed annullato. In tal caso verrà quantificato e rimborsato il residuo dell'abbonamento non utilizzato.

13. Rimborso abbonamento: non esiste la possibilità del rimborso di un abbonamento non utilizzato. Soltanto nel caso per motivi di impossibilità certa alla pratica sportiva (salute o professionale), l'abbonamento non utilizzato potrà essere ceduto (vedi cessione abbonamento).

14. Cessione abbonamento: in caso di impossibilità certa alla pratica sportiva per motivi di salute documentati o per motivi di trasferimento di sede professionale (sempre documentata), il residuo del proprio abbonamento (esclusa quota di iscrizione) potrà essere ceduto ad un familiare diretto già iscritto ad Aquaniene. Nel caso in cui il familiare non fosse iscritto ad Aquaniene, per poter utilizzare il residuo inutilizzato dal cedente, dovrà necessariamente pagare la quota di iscrizione.

15. Sospensioni e recuperi abbonamento - sarà possibile sospendere e quindi "congelare" il proprio abbonamento, per periodi non inferiori ai due mesi, esclusivamente per motivi di salute, previa presentazione di certificazione medica, o per impedimenti dovuti a trasferimenti documentati di sede professionale fuori della città di Roma. La sospensione potrà avere inizio dalla data di presentazione alla reception della certificazione che ne attesti le suddette motivazioni e potrà essere prorogata, fino ad un massimo di 3 volte nell'arco di dodici mesi, presentando altre certificazioni supplementari con data consecutiva alla precedente. La riattivazione dell'abbonamento sarà poi automatica alla scadenza delle certificazioni presentate. Potranno essere prese in considerazione anche sospensioni inferiori ai due mesi (sempre per gli stessi motivi e con le stesse modalità) ma in tal caso il

recupero sarà del 50% rispetto all'assenza giustificata. Non saranno recuperate sospensioni e/o assenze inferiori al mese anche se per i motivi di cui sopra (malattia e/o motivi professionali). Le certificazioni dovranno essere consegnate tempestivamente alla segreteria e si specifica che non saranno prese in considerazione certificazioni con data decorrente di 10 giorni antecedente di quella di presentazione alla reception di Aquaniene.

16. I trasgressori del presente regolamento e delle relative disposizioni e norme, potranno essere allontanati dall'impianto, anche con effetto immediato, con il conseguente annullamento dell'abbonamento. In tal caso verrà quantificato e rimborsato il residuo dell'abbonamento non utilizzato. Si specifica che la Direzione e/o gli incaricati preposti alla tutela ed alla salvaguardia degli utenti di Aquaniene e della struttura, si riservano il diritto di rifiutare l'ingresso all'impianto sportivo a coloro i quali turbino il buon ordine e/o la gestione delle attività e dei servizi. La Direzione inoltre, potrà chiedere il risarcimento dei danni, di qualsiasi natura ed entità, a persone e/o cose, provocati dall'imprudenza degli utenti e/o da chi non rispetti e/o osservi il regolamento e le presenti disposizioni. Il Circolo Canottieri Aniene A.S.D. declina pertanto ogni responsabilità per incidenti o danni a persone e/o cose provocate dall'imprudenza degli utenti trasgressori del regolamento e delle relative disposizioni allegate.

17. L'utente con il pagamento dell'iscrizione e/o dell'abbonamento scelto, dichiara di accettare il presente regolamento e le disposizioni allegate, relative le palestre e le piscine, fruibile in forma cartacea nella nostra reception, affisso sulle nostre bacheche e disponibile sul nostro sito www.aquaniene.it . Si specifica che tali disposizioni sono valide a tutti gli effetti anche per i soci del Circolo Canottieri Aniene.

18. La Direzione di Aquaniene – Circolo Canottieri Aniene A.S.D. si riserva la facoltà di apportare modifiche, anche temporanee al presente regolamento e relative disposizioni allegate, nonché di modificare, ridurre o sopprimere, corsi, strutture e servizi dell'impianto sportivo, senza preavviso, con facoltà per l'utente di recedere, nel caso quanto sopra comporti significativa riduzione o soppressione delle attività e/o dei servizi offerti, con esclusione di qualsiasi pretesa, anche per eventuali danni, fatta eccezione per il rimborso del residuo dell'abbonamento mancante fino al termine dell'iscrizione. Si specifica che se eventuali modifiche, riduzioni o soppressioni delle attività, fossero indipendenti dalla volontà del Circolo Canottieri Aniene A.S.D. e/o dai suoi delegati e/o da cause di forza maggiore, non sarà consentito accedere a qualsiasi rimborso degli abbonamenti.

19. Si specifica che l'iscritto, acquisita l'informativa sul trattamento dei dati personali e sensibili in ottemperanza e nel rispetto di quanto sancito dal Testo Unico Privacy D.Lgs 196 del 30 giugno 2003 e dell'art. 13 GDPR 679/16 "Regolamento Europeo sulla protezione dei dati personali", fruibile anche dal nostro sito www.aquaniene.it , con l'iscrizione esprime il suo consenso al trattamento dei propri dati, nei limiti e per le finalità della suddetta informativa e per la durata dell'abbonamento.

Circolo Canottieri Aniene A.S.D. - Aquaniene

REGOLAMENTO: DISPOSIZIONI COMPORTAMENTALI PER L'USO DELLE PALESTRE

1. L'accesso alle sale è consentito con il vostro badge personale consegnato all'atto del pagamento del vostro abbonamento utilizzando, dagli spogliatoi, le normali vie di accesso per le sale riservate alle lezioni.
2. Vanno utilizzati gli spogliatoi per cambiarsi gli indumenti, utilizzando gli armadietti per riporre le borse e quant'altro in quanto non è possibile portarli nelle palestre. Ricordandosi di lasciare gli oggetti di valore nelle cassette di sicurezza messe a disposizione gratuitamente alla reception.
3. Si richiede il rispetto degli orari di inizio e fine lezione. L'istruttore potrà non accettare l'accesso dell'utente dopo un determinato orario per la salvaguardia della sua salute e per il rispetto del prossimo.
4. Attenersi scrupolosamente alle direttive tecniche e disciplinari impartite dall'istruttore durante la lezione e/o dagli assistenti di sala, al fine anche di garantire l'incolumità altrui. Inoltre, durante le attività non disturbare gli altri utenti e/o la gestione delle attività stesse.
5. E' consigliato indossare un abbigliamento adeguato alla pratica sportiva ed è obbligatorio indossare calzature pulite ad uso esclusivo delle palestre e utilizzare un asciugamano durante l'attività per ovvi motivi igienici.
6. Gli attrezzi utilizzati, al termine delle attività e delle lezioni, devono essere riposti in modo ordinato ed al loro posto, dopo averne fatto uso.
7. Non è consentito portare bambini durante le lezioni e/o le attività sportive.
8. Non è consentito l'uso del cellulare durante le lezioni e/o l'uso degli attrezzi in palestra. Il telefono, se strettamente necessario, potrà essere utilizzato durante le pause in maniera discreta moderando il tono della voce e comunque utilizzando la suoneria in modalità "silenzioso".
9. E' severamente vietato l'uso delle porte di emergenza per uscire dall'impianto se non per motivi di sicurezza previsti dalla legge.
10. Nella sala cardio-isotonica sono a disposizione dell'utenza degli istruttori qualificati per le istruzioni dell'uso delle attrezzature e per il suggerimento del programma tecnico da svolgere in funzione delle proprie esigenze. E' severamente vietato l'uso delle attrezzature senza una preventiva istruzione sull'uso da parte degli istruttori.
11. Gli istruttori delle palestre sono autorizzati a far osservare le seguenti regole per consentire un corretto svolgimento delle attività sportive e nell'eventualità allontanarne i trasgressori.
12. La Direzione declina ogni responsabilità per incidenti o danni a persone e/o cose provocate dall'imprudenza degli utenti e/o da chi non rispetti e/o osservi le presenti disposizioni, allontanando dall'impianto i trasgressori con il conseguente annullamento dell'abbonamento.

REGOLAMENTO PISCINE: NORME GENERALI ED IGIENICO-SANITARIE

1. E' obbligatorio attenersi a quanto prescritto dalle vigenti leggi in merito di certificazione medica per la pratica sportiva. In caso di mancata osservanza la direzione e chi agisce in nome e per conto di essa è esonerata da qualsiasi responsabilità diretta e/o indiretta ne potesse derivare.
2. Non nuotare mai a stomaco pieno, aspettare almeno due ore prima dell'ultimo pasto.
3. Non entrare in acqua se si è sudati.
4. Abituare il proprio corpo all'acqua entrando gradualmente in piscina.
5. Non affaticarsi fisicamente prima di entrare in acqua ed uscire dall'acqua in caso di crampi.
6. Evitare di bere bibite fredde immediatamente prima e dopo il bagno.
7. E' vietato fare immersioni e/o esercitazioni in apnea se non sotto il controllo diretto degli istruttori. E' inoltre vietato introdurre in vasca bombole ed erogatori subacquei.
8. E' assolutamente vietato contaminare l'acqua con mucosità nasali, espettorati o simili.
9. E' proibita la pratica sportiva in piscina a chi è affetto da malattie incompatibili con il nuoto (epilessia, svenimenti o patologie simili).
10. I bagnanti devono essere esenti da malattie contagiose della pelle, lesioni/ferite aperte, verruche, etc.. e non possono entrare in acqua con cerotti o fasciature di ogni tipo.
11. E' vietato, prima del bagno, spalmare sulla pelle unguenti, creme ed altri preparati analoghi. E' altresì vietato usare in vasca saponi, sostanze medicamentose e di qualsiasi altro genere che possano alterare biologicamente l'acqua.
12. Non è consentito l'ingresso a chi si trovi in stato di ebbrezza.
13. Per entrare ed uscire dalla piscina usare le apposite scalette.
14. Non tuffarsi dal blocco di partenza nella piscina profonda (è possibile farlo solo sotto stretto controllo dell'istruttore), ed evitare di tuffarsi da quella meno profonda (anche dal bordo vasca).
15. E' vietato correre sul piano vasca, spingersi, saltare in acqua dal bordo o dai blocchi, tuffi con rincorsa o all'indietro e giochi pericolosi in genere.
16. Nella piscina all'aperto valutare sempre la situazione meteo ed uscire subito dall'acqua in caso di cattivo tempo.
17. Non nuotare mai da solo/a ed in particolar modo fuori dagli orari consentiti, assicurarsi che ci sia sempre l'assistente bagnanti. Gli orari di apertura e chiusura delle piscine devono essere scrupolosamente osservati.
18. Fare la doccia prima di entrare in acqua, accedere sul piano vasca passando dalla vaschetta lavapiedi ed indossare la cuffia durante il nuoto.
19. E' vietato durante il nuoto libero ed i corsi, nuotare con pinne e/o palette palmari oltre che con bracciali, orologi, anelli, collane, etc. se non su autorizzazione dell'assistente bagnanti e/o istruttore.
20. L'entrata al nuoto libero è consentita a chi è in grado di nuotare autonomamente due stili ed è in possesso dei requisiti necessari per nuotare senza interruzione almeno una vasca intera alla volta.
21. E' consentito l'ingresso alle piscine e/o al nuoto libero anche per i minori di anni 14, purchè accompagnati e sotto la responsabilità di un genitore o da chi ne fa le veci (responsabili a tutti gli effetti del loro comportamento ed incolumità), sempreché siano in grado di nuotare almeno due stili in completa autonomia.

SEGUE REGOLAMENTO PISCINE: NORME GENERALI ED IGIENICO-SANITARIE

22. E' vietato occupare le corsie assegnate ad altri, sebbene risultino temporaneamente libere. Si raccomanda di nuotare seguendo il normale senso di marcia delle corsie tenendo la destra nel rispetto delle andature, evitando molestie agli altri nuotatori. L'assistente bagnanti ha l'autorità di spostare i bagnanti fra le corsie secondo le necessità che riterrà opportune.
23. E' vietato spogliarsi e vestirsi fuori dagli spogliatoi (ad eccezione dell'abbigliamento sportivo previsto), trattenersi in costume da bagno nei corridoi o in altre aree dell'impianto ad eccezione degli spogliatoi. Ovviamente rispettare la suddivisione degli spogliatoi per sesso ad eccezione fatta per i bambini inferiori ai 7 anni negli spogliatoi a loro dedicati.
24. I frequentatori della piscina devono utilizzare un accappatoio e/o asciugamano di spugna ed usare un costume da bagno ben pulito e decoroso (è ovviamente vietato sostare e circolare senza il costume da bagno). Indossare ciabatte con fondo di gomma antiscivolo negli spogliatoi e nel tragitto dagli stessi fino all'ingresso in piscina e viceversa. Pertanto si raccomanda vivamente di non camminare scalzi in tutto l'impianto sportivo. Gli eventuali accompagnatori, per motivi igienici, potranno indossare le soprascarpe a disposizione per l'ingresso negli spogliatoi. È consigliato comunque agli stessi di portarsi le ciabatte personali con fondo di gomma antiscivolo in particolar modo per l'utilizzo nella zona antistante le docce.
25. Dopo l'uso della doccia, nella stessa area, i frequentatori sono pregati vivamente nell'immediatezza di indossare l'accappatoio tamponando il proprio corpo ed i capelli evitando sgocciolamenti sul pavimento degli spogliatoi. Oltre modo è anche vietato strizzare il costume bagnato e la cuffia sul pavimento.
26. Non è consentito impartire lezioni di nuoto se non dal personale tecnico/istruttori autorizzati dalla Direzione.
27. Il titolo di ingresso va esibito a richiesta del personale. L'accesso al piano vasca è consentito ai bagnanti, agli assistenti bagnanti, agli istruttori, allenatori ed al solo personale dell'impianto.
28. In piscina coperta è assolutamente vietato fumare, in piscina scoperta è possibile farlo spostandosi in aree isolate che non arrechino disturbo al prossimo evitando di gettare a terra cenere e cicche di sigarette.
29. E' vietato introdurre cani o altri animali negli spogliatoi e nelle aree destinate alle attività sportive (piscina, piano vasca, palestre, etc.).
30. E' vietato introdurre macchine fotografiche o cinematografiche senza la preventiva autorizzazione della direzione dell'impianto.
31. E' vietato portare in piscina o sul piano vasca oggetti di vetro quali barattoli, bicchieri, bottiglie etc. che possano essere pericolosi.
32. Nella vasca non è ammesso l'utilizzo degli occhiali da vista o da sole, a tutela della propria incolumità e di quella altrui. Le lenti degli occhialini da nuoto devono essere di materiale di tipo infrangibile.
33. La Direzione non risponde per lo smarrimento o l'eventuale sottrazione di oggetti e/o indumenti di qualsiasi valore lasciati incustoditi.
34. E' vietato apporre scritte su porte, armadietti, muri, etc; gettare carte e rifiuti sui calpestii in piscina e/o palestre; consumare cibi in piscina e negli spogliatoi.
35. In piscina si deve mantenere un contegno corretto e conforme al presente regolamento. E' vietato usare linguaggi volgari e tenere comportamenti che possano arrecare disturbi o danni di qualsiasi tipo a persone o cose. I trasgressori potranno essere allontanati con il conseguente annullamento dell'abbonamento. La Direzione potrà chiedere risarcimento dei danni di qualsiasi natura ed entità, provocati a persone e/o cose.
36. E' assolutamente obbligatorio il rispetto della privacy secondo le norme e leggi vigenti.
37. La Direzione declina ogni responsabilità per incidenti o danni a persone e/o cose provocate dall'imprudenza dei bagnanti e/o da chi non rispetti e/o osservi il presente regolamento.