



RECOMENDACIONES DE USO GYM AL AIRE LIBRE

En el **CENTRO COMERCIAL SAN NICOLÁS P.H.** promovemos los hábitos de vida saludables, por eso creamos este espacio para que puedas ejercitarte y llenar tu vida de energía y buena actitud.

En virtud de lo anterior, hemos dispuesto una zona común de la copropiedad para la ubicación de cinco (5) equipos especializados para la realización de ejercicio físico.

Antes de hacer uso de esta zona lee las siguientes recomendaciones:

1. El gym al aire libre es para personas mayores de edad con una altura mínima de 1.40 cm, y peso menor a 100 kg.
2. El uso de los equipos es únicamente para la realización de ejercicios físicos, está prohibido dar a los mismos un uso diferente al que les es natural.
3. El uso de los equipos, aparatos e instalaciones será bajo la responsabilidad exclusiva de lo(a)s usuario(a)s, quienes determinarán autónomamente el tipo de ejercicios a realizar. El CENTRO COMERCIAL SAN NICOLÁS P.H. no suministrará indicaciones, rutinas, ni sugerencias para la realización de los ejercicios, tampoco pondrá a servicio a los usuarios personal capacitado o profesional para el particular.
4. Los equipos, aparatos e instalaciones serán compartidos por quienes deseen utilizarlos, por lo que lo(a)s usuario(a)s presentes en determinado momento deberán establecer turnos equitativos. Aforo en simultáneo de 8 personas.
5. El horario para hacer uso de la zona es de lunes a domingo de 8:00 a.m. a 8:00 p.m.
6. Utiliza prendas de vestir aptas para realizar actividad física como tenis y ropa cómoda.
7. No utilices este espacio si padecen lesiones o condiciones de salud preexistentes que puedan contribuir al riesgo de sufrir un accidente, se recomienda consultar con un profesional previa utilización de los equipos.
8. El uso de este espacio es bajo tu propio riesgo, la administración no se hace responsable por lesiones o cualquier tipo de daño corporal o material que sufras con ocasión al uso de las facilidades.
9. Realiza un calentamiento previo a la actividad física, como ejercicios de estiramiento.
10. Suspende inmediatamente el ejercicio si experimentas mareos o dolores inusuales.
11. No está permitido ingresar bajo los efectos del alcohol y/o de drogas, así como estar en posesión de los mismos.
12. No está permitido el ingreso de mascotas.
13. Se prohíbe el ingreso y consumo de alimentos al interior de esta zona.
14. Cuida tus pertenencias, la administración no se hará responsable por la pérdida, hurto o robo de bienes.

15. Advierta a la administración cualquier eventualidad que altere las condiciones de seguridad o funcionamiento de la zona.
16. No proceda a modificar los equipos, a reemplazar piezas o a reubicar los mismos.
17. La administración puede negar el ingreso de personas a esta zona siempre que bajo su criterio se esté vulnerando alguna disposición de las aquí consignadas, o en general cualquier norma vigente.