

## **KLUBAREN INSTALAZIOAK ERABILTZEKO ETA SARTZEKO ARAU BERRIAK**

1.- Akordioa, Klub Atlético San Sebastián Zuzendaritza Batzordeko Batzorde Betearazlearena, Kontxako eta Aieteko instalazioak erabiltzeko eta sartzeko arau berriak onartzen dituena.

2.- Araudia berrikusi egin daiteke “normaltasun berriaren” bilakaeraren arabera.

*KLUB ATLÉTICO SAN SEBASTIÁNEKO ZUZENDARITZA BATZORDEA*



## KONTXAKO INSTALAZIOA RABILTZEKO OINARRIZKO ARAUAK

1. Instalazioa erabili ahal izateko, A EREMUA edo B EREMUA erreserbatu ahal izango duzu, modu honetan:
  - Webgunetik: [www.atleticosansebastian.com](http://www.atleticosansebastian.com)
  - Erretuko dizuegun aplikazioaren bitartez
  - Telefonoa: 943 47 37 22 Astelehenetik Igandera
2. Instalakuntzaren ordutegia 07:00 etatik 23:00 etara da astelehenetik ostiralera. 08:00 etatik 20:00 etara larunbat, igande eta jai egunetan.  
\*urteko garaia araberan, ordutegiak aldaketak izango ditu aste bukaera eta jai egunetan.
3. Erreserba 4 eguneko aldez aurreko epean egin ahal izango da. Hau da, nik ekainaren 17rako erreserbatu nahi badut, ekainaren 11tik aurrera erreserbatu ahal izango dut.

KONTXA INSTALAKUNTZAREN EREMUAK			
<b>A EREMUA</b>	<b>GIMNASIO NAGUSIA,</b> <i>0 SOLAIRUA</i>	ALDEZ AURREKO ERRESERBAREKIN	GEHIENEO EDUKIERA: 32 PERTSONA
<b>B EREMUA</b>	<b>-1 ARETOA:</b> BIZIKLETAK ETA ARRAUNAK <i>-1 SOLAIRUA</i>	ALDEZ AURREKO ERRESERBAREKIN	GEHIENEO EDUKIERA: 16 PERTSONA
<b>C EREMUA</b>	<b>PISU LIBREKO ARETOA</b> <i>-1 SOLAIRUA</i>	ALDEZ AURREKO ERRESERBAREKIN Ezingo da 30 minututik gorakoa izan.	GEHIENEO EDUKIERA: 3 PERTSONA

4. A eta B eremuen erreserba gehienez 2 ordu eguneko izango da.
5. Ariketa kardiobaskularreko makinetako bat erabiltzeko txanda gordetzen duen norbait dagoenean, ezingo da 30 minutu baino gehiago igaro.
6. Gurasoen aldez aurreko baimenik gabe, ezin izango dira gimnasia sartu 16 urtetik beherakoak, salbu eta bazkide den heldu batekin batera badoa.
7. Derrigorrezkoa da instalakuntzan maskara erabiltzea beti.
8. Nahitaz errespetatu behar da gainerako pertsonetik 1,5 metroko distantzia.



9. Atezainak bazkide edo eskumuturreko txartelarekin identifikatu beharko du instalaziora sartu aurretik.
10. Eskatzen diren zerbitzuak Klubaren txartelarekin edo eskumuturreko diru-zorroarekin ordainduko dira, ahal den neurrian eskudirutan ordaintzea saihesteko.
11. Baliozko objektuak eta jarduera egiteko beharrezkoa ez den guztia takiletan uztea eskatzen da.
12. Nahitaezkoa da 2 toaila erabiltzea:
  - Handi bat: erabiltzen diren makinaren gainean jartzeko.
  - Txiki bat: jarduera egin bitartean sortzen dugun izerdia lehortzeko.
13. Gimnasia kirol-jantzi egokiekin sartu beharko da, bai arropa, bai oinetakoak.
  - Debebatuta dago gimnasioan txankletetan sartzea eta baita soina agerian.
14. Nahitaezkoa da erabilitako makina paperez eta desinfektatzailez garbitzea.
  - Klubak bazkidearen esku utziko du horretarako beharrezkoa dena.
15. Makinak, pisuak, etab. behar bezala erabiltzea eskatzen da, baita erabilitako materiala jaso eta garbitzea ere, guztia aurkitu nahi genukeen bezala utziz.
16. Klubak neurriak hartuko ditu, hala nola ateak eta leihoak irekitzea, aretoak ahalik eta aireztatu mantentzeko, behararen arabera.
17. Aldagelen, komunen eta dutxen erabilera onartua dago %100 edukieran.
18. Debebatuta dago kirol-instalazioetan erretzea, baita taberna inguruan ere. Ezin da janaririk sartu, ezta kristalezko ontzirik sartu ere.
19. Gainerako bazkideei eta instalazioko langileei zor zaien errespetua gordeko da. Jokabide jakin bati buruzko kezarik balego, zuzenean jakinarazi beharko zaie Klubeko langileei.
20. Gaixotasun kardiobaskularrak, hipertentsio arteriala, biriketako gaixotasun kronikoak, diabetesa, minbizia edo immunodepresioa duten eta haurdun dauden pertsonen gomendatzen zaie oraingoz instalaziora ez joatea.



## BERA BERAKO INSTALAZIOA ERABILTZEKO OINARRIZKO ARAUAK

1. Gimnasioa erabili ahal izateko, ez da aldez aurreko erreserbarik beharko. Baimendutako edukiera errespetatuko da.
2. Padel eta teniseko pistak erabiltzeko, telefono-erreserba egin beharko da 9:00etatik 22:00etara, 943-21-53-54.
3. Instalakuntzaren ordutegia 09:00 etatik 23:00 etara da astelehenetik ostiralera. 08:30 etatik 20:00 etara larunbatetan eta 08:30 etatik 15:00 etara igandeetan.
4. Ariketa kardiobaskularreko makinetako bat erabiltzeko txanda gordetzen duen norbait dagoenean, ezingo da 30 minutu baino gehiago igaro.
5. Gurasoen aldez aurreko baimenik gabe, ezin izango dira gimnasia sartu 16 urtetik beherakoak, salbu eta bazkide heldu batekin doazenean.
6. Bazkideen sartu eta irteneko erregistroa eramango da.
7. Derrigorrezkoa da instalakuntzan maskara erabiltzea beti.
8. Nahitaez errespetatu behar da gainerako pertsonetikiko 1,5 m-ko distantzia.
9. Atezainak bazkide edo eskumuturreko txartelarekin identifikatzea eskatuko du instalaziora sartu aurretik.
10. Baliozko objektuak eta jarduera egiteko beharrezkoa ez den guztia takiletan uztea eskatzen da.
11. Nahitaezkoa da 2 toaila erabiltzea:
  - Handi bat: erabiltzen diren makinaren gainean jartzeko.
  - Txiki bat: jarduera egin bitartean sortzen dugun izerdia lehortzeko.
12. Gimnasia kirol-jantzi egokiekin sartu beharko da, bai arropa, bai oinetakoak.
  - Debekatuta dago gimnasioan txankletetan sartzea eta baita soina agerian.
13. Nahitaezkoa da erabilitako makina paperez eta desinfektatzailez garbitzea.
  - Klubak bazkidearen esku utziko du horretarako beharrezkoa dena.
14. Makinak, pisuak, etab. behar bezala erabiltzea eskatzen da, baita erabilitako materiala jaso eta garbitzea ere, guztia aurkitu nahi genukeen bezala utziz.
15. Elkarteak neurriak hartuko ditu, hala nola ateak eta leihoak irekitzea, aretoak ahalik eta aireztatuen mantentzeko, beharrezkoen eta okupazio-mailaren arabera.



16. Aldagelen, komunen eta dutxen erabilera onartua dago %100 edukieran.
17. Debekatuta dago kirol-instalazioetan erretzea, baita taberna inguruan ere. Ezin da janaririk sartu, ezta kristalezko ontzirik sartu ere.
18. Gainerako bazkideei eta instalazioko langileei zor zaien errespetua gordeko da. Jokabide jakin bati buruzko kexarik balego, zuzenean jakinarazi beharko zaie harreran klubeko langileei.
19. Gaixotasun kardiobaskularrak, hipertentsio arteriala, biriketako gaixotasun kronikoak, diabetesa, minbizia edo immunodepresioa duten eta haurdun dauden pertsoneri gomendatzen zaie oraingoz instalaziora ez joatea.



## TAKILETARA ETA ALDAGELETARA ERRESERBARIK GABE SARTZEKO OINARRIZKO ARAUAK

1. Hondartzara Klubetik sartu eta takilak erabili ahal izateko, ez da beharrezkoa izango alde zuzenetik erreserba egitea. Sarrera ate nagusitik egingo da, mugikortasun urriko bazkideak izan ezik, horiek arkupetik sartu ahal izango baitute.
2. Derrigorrezkoa da instalakuntzan maskara erabiltzea beti.
3. Nahitaez errespetatu behar da gainerako pertsonetik 1,5 metroko distantzia.
4. Atezainak bazkide edo eskumuturreko txartelarekin identifikatu beharko du instalaziora sartu aurretik.
5. Eskatzen diren zerbitzuak Klubaren txartelarekin edo eskumuturreko diru-zorroarekin ordainduko dira, ahal den neurrian eskudirutan ordaintzea saihesteko.
6. Aldagelen, komunen eta dutxen erabilera onartua dago %100 edukieran.
7. Debekatuta dago kirol-instalazioetan erretzea, taberna inguruan ere. Ezin da janaririk sartu, ezta kristalezko ontzirik sartu ere.
8. Gainerako bazkideei eta instalazioko langileei zor zaien errespetua gordeko da. Jokabide jakin bati buruzko kezarik balego, zuzenean jakinarazi beharko zaie harreran klubeko langileei.
9. Gaixotasun kardiobaskularrak, hipertentsio arteriala, biriketako gaixotasun kronikoak, diabetesa, minbizia edo immunodepresioa duten eta haurdun dauden pertsonen gomendatzen zaie oraingoz instalaziora ez joatea.



## SAUNA ERABILTZEKO ARAUAK

1. Hitzordua **aldez aurretik erreserbatu behar da**, aplikazioaren bidez edo telefonoz. Hala ere, erreserbarik gabe joan ahal izango da bertara, baldin eta okupatu gabeko ordu-tarterik badago.
2. **Gehienez ere 60 minutuz** egon eta erabili ahal izango da.
3. **18 urtetik gorako erabiltzaileek** soilik izango dute sauna eta presanarako sarbidea.
4. **Gehieneko edukiera:** 4 lagun saunan eta 2 presan.
5. Ezin da saunan edo presan sartu aurretik beste kirol-jarduera batean erabili den arroparekin.
6. **Nahitaez dutxa hartu behar da** saioaren aurretik.
7. Presanaren dutxan **ezin da xanpua, gela, kremak eta abar erabili.**
8. **Berogailuaren gainean ezin da** eskuoialik, bestelako jantzirik edo **objekturik utzi**, nahiz eta sauna itzalita egon.
9. Ezin da urik bota berogailuaren gainera zuzenean kubotik. **Burruntzalia erabili behar da beti.**
10. **Nahitaezkoa da toalla erabiltzea** zerbitzu horretara sartzeko.
11. Txankletak erabiltzea gomendatzen da. Ezin da banketxe eta ohatiletara txankletekin igo.
12. Ezin da saunan edo presan bizarra moztu.
13. **Debekatuta dago sauna eta presan aparatuek erabiltzea.** Liburuak, aldizkariak, egunkariak edo antzekoak irakurtzea ere ez dago baimenduta.

*KLUB ATLÉTICO SAN SEBASTIÁNEKO ZUZENDARITZA BATZORDEA*

