COUNTRY CLUB EJECUTIVOS	**REGLAMENTO DEL GIMNASIO**	DEP-GYM-reg-1 Octubre 2026 2ª Actualización

El presente reglamento establece las normas que permitan el disfrute en comunidad de las actividades deportivas del Gimnasio, bajo principios de transparencia, orden, oportunidad, igualdad y equidad.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

1. Fomentar la socialización, el descanso, la diversión, la formación deportiva, la creatividad, y el desarrollo armónico de los públicos atendidos.

2. Ofrecer alternativas de servicios de acuerdo con los gustos y necesidades de los usuarios del área del Gimnasio.

3. Reglamentar la utilización de los espacios deportivos de acuerdo con la necesidad de los usuarios y la capacidad operativa del Gimnasio.

4. Regular la distribución de los servicios de profesores atendiendo a la demanda y ocupación del Gimnasio.

5. Fomentar y regular el uso de la infraestructura, recursos físicos y de personal asociados a la actividad de Gimnasio.

El reglamento ha sido elaborado por el Comité del Gimnasio y aprobado por la Junta Directiva, teniendo en cuenta las políticas generales del Club.

GLOSARIO:

TITULAR DEL TURNO: Persona a la cual se le asigna el turno a través del sistema.

SEPARACIÓN O SOLICITUD DE TURNOS: Es la acción que ejecuta un socio de forma personal ante el Auxiliar de Deportes para solicitar un turno.

TURNO ASIGNADO: Es la acción que ejecuta el Auxiliar de Deportes, a través de la cual le confirma al socio que su separación de turnos ha sido aprobada.

TURNO DISPONIBLE: Es el turno que no ha sido asignado.

TURNO LIBRE: Es el turno disponible, que a la hora del inicio no fue utilizado.

CAPITULOS

I. HORARIOS DE SERVICIO
II. INSCRIPCIÓN, RETIROS, TRANSFERENCIAS
III. SERVICIOS
IV. TURNOS Y CLASES
V. ADMINISTRACIÓN DE ESPACIOS DEPORTIVOS
VI. FESTIVALES, TORNEOS O ACTIVIDADES ESPECIALES
VII. REGLAMENTO DE USO
VIII. OTRAS DISPOSICIONES

CAPÍTULO I
HORARIOS DE SERVICIO

El servicio en el Gimnasio se presta en los siguientes horarios:

- Lunes a Jueves: 6:00 a.m. a 9:30 p.m.
- Viernes: 6:00 a.m. a 2:00 p.m. y de 4:00 p.m. a 8:00 p.m.
- Sábados: 7:00 a.m. a 2.00 p.m.
- Domingos y festivos: 7:00 a.m. a 1.00 p.m.

En temporadas especiales, los horarios de servicio podrán ser modificados por la Administración.

CAPÍTULO II
INSCRIPCIÒN, RETIRO Y TRANSFERENCIAS

ARTICULO 1. INSCRIPCIÓN

El Gimnasio presta el servicio a socios titulares y a los beneficiarios mayores de doce (12) años.

Todo socio que desee inscribirse al Gimnasio o a un programa de entrenamiento, debe hacerlo de manera personal, diligenciando el formato de inscripción para tal fin.

La inscripción de los menores de 18 años debe ser autorizada por sus padres firmando el formato de inscripción.

Parágrafo 1. El socio puede elegir la modalidad de inscripción que más se ajuste a sus necesidades, de acuerdo con los programas existentes, relacionados a continuación:

- Mensualidad con cargo automático.
- Mensualidad pagada por el pos (Tarjeta debito, crédito o efectiva), deberá realizarse durante los primeros 5 días del mes, sino será cargada a la cuenta, en caso contrario, se suspenderá el servicio.
- Cursos Personalizados.
- Tiquetera de 10 sesiones (Sin caducidad y transferible).
- Ficho día, calentamiento, estiramiento personalizado, hidroaeróbicos, personalizados e invitado.

Los valores de cada uno de estos conceptos están aprobados previamente por la Junta Directiva.

Parágrafo 2. Otros mecanismos de inscripción para utilizar el Gimnasio son:

- Bonos privilegios Country
- Bono cumpleaños
- Cortesía

Parágrafo 3. Con la firma del formato de inscripción, el socio/beneficiario autoriza a la Administración para que cargue a su cuenta de forma anticipada, los valores recurrentes correspondientes a la mensualidad del Gimnasio y/o el valor de las clases personalizadas. Los demás programas se facturan a través del POS.

Parágrafo 4. Para acceder al programa de entrenamiento personalizado, es indispensable estar inscrito en el Gimnasio a través de la modalidad de mensualidad y pagar como adicional el valor del entrenamiento personalizado.

Parágrafo 5. La inscripción al Gimnasio por mensualidad es personal e intransferible.

Parágrafo 6. Cuando se ingresa por primera vez al Gimnasio, el usuario debe cumplir con una evaluación de su estado físico y de salud, para establecer su programa específico de ejercicios y hacer el debido seguimiento.

Si el socio se retira por más de tres (3) meses, debe ser evaluado nuevamente.

ARTICULO 2. RETIROS

El retiro de los servicios del Gimnasio o del programa de entrenamiento personalizado se realiza de forma personal, diligenciando el formato que se tiene para tal fin.

En caso de no poder presentarse, también es válido el envío del formato diligenciado vía fax o por correo electrónico a gimnasio@countryclub.com.co.

Parágrafo 1. El socio que desee retirarse del Gimnasio, debe informarlo durante el mes anterior, de no ser así el sistema factura el mes siguiente.

Los retiros del programa del entrenamiento personalizado se deben informar con 15 días de anticipación.

ARTÍCULO 3. TRANSFERENCIAS

Los servicios de entrenamiento personalizado, tiquetera, ficho o privilegios Country son transferibles a socios de su grupo familiar o socios amigos.

Parágrafo 1. Para el caso de entrenamiento personalizado, quien reciba el beneficio solo puede hacer uso del Gimnasio en los horarios establecidos y con la presencia del entrenador asignado.

CAPÍTULO III
SERVICIOS

ARTICULO 4. CLASES Y SERVICIOS

El Gimnasio cuenta con una oferta amplia y variada de servicios y clases programadas, los cuales están incluidos en la mensualidad, se detallan a continuación:

- Clases de *Spinning*
- Clases de Aeróbicos y Rumba
- Clases de Hidroaeróbicos
- Clases de Yoga y Pilates
- Áreas de Musculación (Pesas)
- Áreas para *Fitness* (TRX)
- Entrenamiento Funcional.
- Equipos Cardiovasculares (Bandas, Elípticas y Escalador)

Estas actividades son dirigidas y supervisadas por los profesores o por los monitores del Gimnasio a través de las tablas de entrenamiento y seguimiento.

Parágrafo 1. Estos servicios pueden ser solicitados de forma individual y personalizados, para lo cual se establece un costo adicional a la mensualidad. Los valores se encuentran establecidos en las tablas de tarifas.

Parágrafo 2. Razones por las que no se permiten profesores o entrenadores particulares:

Prevención de riesgos laborales y de seguridad social. La prestación de servicios de enseñanza deportiva o entrenamiento personal dentro de las instalaciones podría involucrar al Club en controversias jurídicas y reclamaciones de carácter laboral.

Control de calidad, seguridad y experiencia del socio: Asegurar cumplimiento de protocolos de seguridad, reglamentos deportivos, política de protección de menores, manual de convivencia, procedimiento de atención de emergencias y estándares de servicio al socio.

Protección del modelo contractual y de los ingresos de los profesores vinculados al Club: Mantener la sostenibilidad del modelo de servicios deportivos, proteger los ingresos de los profesores, evitar competencias desleales y promover el reparto equitativo de oportunidades laborales entre el personal autorizado.

CAPÍTULO IV
TURNOS Y CLASES

ARTÍCULO 5. GENERALIDADES DE LOS TURNOS

Los turnos y clases cumplen con un cronograma previamente definido y publicado en la cartelera de la dependencia y el sitio web.

Parágrafo 1. Una vez ha iniciado la clase o el turno, el socio o invitado sólo puede hacer uso por el tiempo que reste de la actividad.

Parágrafo 2. Una vez terminado el turno, es obligación y desde luego acto de cortesía, desalojar las áreas o equipos, así como dejarlos limpios y en orden.

Parágrafo 3. El administrador de Deportes y el Supervisor del gimnasio determinan y modifican los horarios de servicios de acuerdo a la demanda, fechas y temporadas especiales.

ARTÍCULO 6. ASIGNACIÓN DE TURNOS

Los turnos se separan de manera personal a través de los Auxiliares de Deportes o del sistema Amigo.

Parágrafo 1. El socio debe registrarse con su número de acción, la hora de iniciación y terminación del turno asignado.

Parágrafo 2. El Auxiliar de Deportes no puede asignar simultáneamente 2 ó más turnos a un mismo socio.

Parágrafo 3. No está permitido solicitar un turno a nombre de otra acción.

Parágrafo 6. Ningún empleado del Club puede separar turnos a nombre de un socio.

ARTICULO 7. SANCIONES EN ASIGNACION DE TURNOS.

Si pasados cinco (5) minutos de la hora fijada para el comienzo de un turno asignado, su titular no se presenta, perderá el derecho al mismo y éste se asigna al primer socio en lista de espera. La dependencia del Gimnasio es la encargada de asignar el turno en estos casos.

ARTICULO 8. LISTA DE ESPERA.

La solicitud para la inclusión en la lista de espera se realiza personalmente en la dependencia.

En caso de que un socio esté haciendo uso de un turno, puede solicitar ser incluido en la lista de espera únicamente cuando termine dicho turno.

Parágrafo 1. La lista de espera se realiza para cada turno. Se puede incluir a un socio o beneficiario máximo en tres (3) horarios de la lista de espera.

Parágrafo 2. Para la asignación de un turno por medio de la lista de espera se consideran en su debido orden las siguientes prioridades:

- Se da prioridad al socio que no haya realizado la misma actividad previamente.

- Se tiene presente el orden de inscripción en la lista de espera.

CAPÍTULO V
ADMINISTRACIÓN DE ESPACIOS DEPORTIVOS

ARTÍCULO 9. ADMINISTRACIÓN DE ESCENARIOS
El administrador de Deportes y el Supervisor del Gimnasio, son los únicos encargados de determinar y regular las actividades y servicios del Gimnasio.

Parágrafo 1. El uso de los equipos y el entrenamiento en los espacios descritos a continuación está limitado a los socios inscritos al Gimnasio:

- Área Gimnasio
- Área Deck Gimnasio
- Áreas Musculación (Pesas) piso -4 y -5
- Áreas Fitness (TRX) piso -5

Parágrafo 2. Por razones de seguridad, cuando los equipos o áreas se encuentren en mantenimiento no se permite la presencia de ninguna persona ajena a esta función.

El mantenimiento solo se puede realizar con el personal entrenado y designado para ello, no se permite la intervención de otras personas en estas funciones.

Parágrafo 3. Por seguridad de los usuarios, no está permitido ingresar envases de vidrio, fumar, ingerir bebidas alcohólicas o consumir alimentos sólidos dentro del Gimnasio.

No se permite el ingreso al Gimnasio de socios o invitados que presenten señales de embriaguez.

Parágrafo 4. El Supervisor del Gimnasio y/o el Auxiliar de Deportes son los encargados de registrar la asistencia a clases, asignar los turnos, gestionar los ingresos y retiros, así como realizar actividades administrativas propias de este espacio.

Parágrafo 5. Los usuarios del Gimnasio deben seguir las instrucciones y recomendaciones de los profesores en cuanto a: vestuario, horarios, procesos de calentamiento, hidratación, así como para la intensidad, duración y dosificación del ejercicio.

ARTÍCULO 10. CONTROL DE CLASES

Las clases se pueden mantener, rotar o abolir de la programación de acuerdo con el número de asistentes y atendiendo a las necesidades de la mayoría de los usuarios.
Para que una clase se mantenga en el horario y programación, debe registrar una asistencia superior o igual a 4 personas. En el caso de no cumplirse la condición por periodos superiores a 30 días, el Administrador de deportes y el Supervisor del Gimnasio pueden realizar las modificaciones o ajustes requeridos.

ARTÍCULO 11. USO DE LOS RECURSOS

En beneficio del buen uso de los espacios deportivos, la comodidad y el disfrute; los socios e invitados son responsables del cuidado y el buen uso de los recursos que el Club brinda, entre ellos: equipos Gimnasio, implementos deportivos, vestuarios, guardarropas, toallas, estación de café y espacios físicos.

ARTÍCULO 12. UNIFORMES

Las características de vestuario en el Gimnasio se rigen por las siguientes normas:

- Únicamente se permite el ingreso a los socios y beneficiarios que se presenten con el vestuario e implementos adecuados para la práctica deportiva, permitiendo una adecuada sudoración para la regulación del calor.
- Los zapatos tenis deben tener suelas blandas o que absorban el impacto y estar completamente limpios antes de ingresar a cualquier área del Gimnasio. Es indispensable el uso de medias para evitar laceraciones.
- Se permite la utilización de otros accesorios como muñequeras, balacas pañoletas, rodilleras, coderas, etc.

CAPÍTULO VI
FESTIVALES, TORNEOS O ACTIVIDADES ESPECIALES

ARTÍCULO 13. PREMIACIÓN

El Club estimula a los campeones, subcampeones o la participación en los diferentes eventos organizados por la entidad, por medio de la entrega de trofeos, implementos deportivos, bonos de consumo, menciones o premios (Medallas, diplomas, copas, bandejas, flores, etc.)

Parágrafo 1. En lo posible, los trofeos se marcan con el nombre del Club, el del evento, la categoría, el año en que se realizó y la posición obtenida.

Parágrafo 2. Si el premio es patrocinado por otra entidad, se debe escribir el nombre de la empresa.

CAPÍTULO VII
REGALAMENTO DE USO

ARTÍCULO 14. EQUIPOS CARDIOVASCULARES (Bandas, Elípticas y Escalador)

Parágrafo 1. Para el uso de estos equipos se requiere separar el turno de acuerdo con las condiciones anteriormente enunciadas.

Parágrafo 2. Por su salud, siempre consulte a los Profesores sobre el adecuado uso y la intensidad de trabajo cardiovascular acorde a su edad y condición atlética.

Parágrafo 3. Por su seguridad, en caso de desconocer el funcionamiento de estos equipos, solicite asistencia para su uso.

Parágrafo 4. El turno en los equipos cardiovasculares tiene una duración de 45 minutos, los cuales son controlados por los Auxiliares de Deportes o los Profesores.

Parágrafo 5. En el Gimnasio no está permitido separar equipos cardiovasculares con ningún tipo de implementos como toallas o termos. Tampoco es posible separar el turno para otra persona.

Parágrafo 6. Cada socio debe portar siempre su respectiva toalla y su termo con líquido para hidratar

Parágrafo 7. Es obligación, y desde luego acto de cortesía, abandonar el equipo una vez finalizado el turno y dejarlo limpio para el uso de otra persona.

ARTICULO 15. CLASES DE SPINNING

Parágrafo 1. El cronograma de clases se encuentra a disposición de los socios en la cartelera del Gimnasio.

Parágrafo 2. Para esta clase se requiere separar el turno de acuerdo con las condiciones anteriormente enunciadas.

Parágrafo 3. Por su salud, siempre consulte a los Profesores sobre el adecuado uso y la intensidad de trabajo cardiovascular, edad y condición atlética.

Parágrafo 4. La labor de distribución de las bicicletas la hace el Auxiliar de Deportes del Gimnasio de acuerdo al horario de llegada, no existen puestos fijos.

Parágrafo 5. Las clases inician a la hora programada y tendrán una duración de cincuenta (50) minutos.

Parágrafo 6. Las personas que lleguen tarde a clase, deben ponerse a órdenes de un profesor del área para su respectivo calentamiento y ubicarse en los espacios posteriores del salón.

Parágrafo 7. No está permitido separar equipos de spinning con implementos como toallas o termos. Tampoco es posible separar el turno para otra persona.

Parágrafo 8. Los profesores asignados a las diferentes modalidades de clases pueden rotar de horario y especialidad.

Parágrafo 9. Cada socio debe portar siempre su respectiva toalla y su termo con líquido para hidratar

Parágrafo 10. Es obligación, y desde luego acto de cortesía, abandonar el equipo una vez finalizado el turno y dejarlo limpio para el uso de otra persona.

ARTICULO 16. CLASES DE EQUIPOS AERÓBICOS/HIDROAEROBICOS

Parágrafo 1. El cronograma de clases se encuentra a disposición de los socios en la cartelera del Gimnasio.

Parágrafo 2. No se requiere turno para participar en las clases.

Parágrafo 3. Por su salud, siempre consulte a los Profesores sobre la intensidad de trabajo cardiovascular, edad y condición atlética.

Parágrafo 4. Las clases inician a la hora programada y tendrán una duración de cincuenta (50) minutos.

Parágrafo 5. Las personas que lleguen tarde a clase, deben ponerse a órdenes de un profesor del área para su respectivo calentamiento y ubicarse en los espacios posteriores del salón.

Parágrafo 6. No está permitido separar espacios en el salón con ningún tipo de implementos como toallas o termos. Tampoco es posible separar el turno para otra persona.

Parágrafo 7. Los profesores asignados a las diferentes modalidades de clases pueden rotar de horario y especialidad.

Parágrafo 8. Cada socio debe portar siempre su respectiva toalla y su termo con líquido para hidratarse.

Parágrafo 9. Es obligación y desde luego acto de cortesía, abandonar el salón una vez finalizada la clase.

ARTÍCULO 17. AREA DE MUSCULACIÓN, TRX Y ENTRENAMIENTO FUNCIONAL

Parágrafo 1. No se requiere turno para la participación en las clases.

Parágrafo 2. Por su salud, debe ponerse a órdenes de un profesor del área para su respectivo calentamiento. Siempre consulte a los Profesores sobre la intensidad de trabajo acorde a su edad, peso y condición física.

Parágrafo 3. Las actividades que se realizan en el área de aparatos tienen una duración indefinida y dependen de las recomendaciones impartidas por los profesores, fichas generales o fichas específicas, así como a las capacidades y necesidades del practicante.

Parágrafo 4. En el área de pesas y demás equipos del Gimnasio, no está permitido separar las estaciones de musculación con ningún tipo de implementos como toallas o termos.

Parágrafo 5. Cada socio debe portar siempre su respectiva toalla y su termo con líquido para hidratar.

Parágrafo 6. Es obligación y desde luego acto de cortesía, abandonar el equipo una vez finalizado el turno y dejarlo limpio para el uso de otra persona.

ARTICULO 18. ENTRENAMIENTO PERSONALIZADO

Parágrafo 1. Se entiende como entrenamiento personalizado, la instrucción impartida por el profesor de forma individual o colectiva, durante un periodo de tiempo determinado, de acuerdo a la intensidad de la actividad.

Parágrafo 2. El entrenamiento personalizado consta de diferentes planes de acuerdo con la disponibilidad del alumno y el profesor. Los horarios de entrenamiento se pactan entre el Supervisor del Gimnasio (a), el profesor(a) asignado y el alumno(a).

Parágrafo 3. El personal encargado del Gimnasio mantiene en la dependencia la disponibilidad de profesores para atender solicitudes de los socios interesados. Solo los profesores del Club están autorizados para dictar clases o realizar asesorías.

Parágrafo 4. Todo programa de entrenamiento personalizado incluye asesoría, evaluación y control por parte del profesor asignado, con el propósito de validar el cumplimiento de los objetivos.

Parágrafo 5. Si el profesor asignado al programa de entrenamiento personalizado tiene un inconveniente para presentarse a la hora pactada, el Gimnasio le suministrará otro asesor de acuerdo con la disponibilidad, o reemplazará la clase cuando el profesor regrese.

Parágrafo 6. Sólo se reemplazan las clases personalizadas individuales, que sean canceladas con un mínimo de 6 horas de anticipación y que estén soportadas con una incapacidad médica. Las clases son reemplazadas en un tiempo máximo de 15 días.

Parágrafo 7. En los cursos personalizados con más de dos alumnos, la inasistencia de alguno de ellos a las sesiones no será motivo para reemplazar la clase.

Parágrafo 8. Los cursos personalizados pueden ser transferidos a miembros de su grupo familiar o a un amigo socio siempre y cuando esté inscrito en el Gimnasio. Si la persona no está inscrita, sólo puede hacer uso del Gimnasio durante el tiempo que dura el personalizado y en presencia de profesor. Las clases se dictan en el mismo horario pactado para el servicio.

Parágrafo 9. Los cursos personalizados tienen vencimiento de un año, pueden ser suspendidos hasta una vez durante la vigencia, sin embargo, no se asegura la disponibilidad del mismo horario y profesor.

Parágrafo 10. Cada socio debe portar siempre su respectiva toalla y su termo con líquido para hidratar.

Parágrafo 11. Es obligación, y desde luego acto de cortesía, abandonar el equipo una vez finalizado el turno y dejarlo limpio para el uso de otra persona.

Parágrafo 12: Los alumnos que pagan por el POS (Tarjeta debito, crédito o efectiva) deberán hacerlo el primer día de inicio de sus clases, sino este valor será cargado a la cuenta; para los alumnos que no se les puede cargar, se suspenderán las clases hasta que se haga el respectivo pago. Personalizado

CAPITULO VIII.
OTRAS DISPOSICIONES

ARTÍCULO 20. APUESTAS

Bajo ninguna circunstancia está permitida la realización de apuestas entre los socios, invitados o empleados, ya sea en actividades recreativas o de competencias (torneos) que se realicen en el Club.

ARTÍCULO 21. MODIFICACIÓN DE REGLAMENTO

El Comité del Gimnasio es el único facultado para proponer a la Junta Directiva la modificación parcial o total de este reglamento.

ARTÍCULO 22. TARIFAS

La Junta Directiva del Club establece las tarifas para las diferentes modalidades de prestación de los servicios del Gimnasio.

ARTÍCULO 23. RESPONSABILIDAD

Los usuarios del Gimnasio hacen uso de este espacio bajo su responsabilidad y exoneran al Club de cualquier reclamación por accidentes sufridos durante la práctica, así como por los traumas y quebrantos de salud que pudieren presentarse.

ARTÍCULO 24. PUBLICIDAD

La Administración es la encargada de vender espacios publicitarios para la exhibición de marcas de productos o servicios en el Gimnasio.

Parágrafo 1. No está permitida la venta de espacios publicitarios en las zonas deportivas para marcas o productos relacionados con el cigarrillo, alcohol, o productos y servicios que vayan en contra de las buenas costumbres, filosofía y valores del Club.

Parágrafo 2. Si es necesario utilizar durante un tiempo determinado (Torneo o evento especial patrocinado) un espacio que ya está ocupado por otra marca, ésta será retirada y el tiempo será restituido de acuerdo a lo pactado con el Proveedor.

ARTÍCULO 25. ACEPTACIÓN

Al hacer uso o hacer parte del Gimnasio en la Corporación Country Club Ejecutivos, los socios y visitantes aceptan el presente reglamento.