

# POLÍTICAS DE USO Y CONVIVENCIA PARA USUARIOS DEL DOMO DE ACTIVIDAD FÍSICA

## 1. INTRODUCCIÓN

Las políticas de uso y convivencia del Domo de Actividad Física (Domo de A.F.) contenidas en el presente documento se fundamentan en el “Reglamento del Centro de Educación Física y Salud Integral” que entró en vigor en septiembre de 2016.

Estas políticas establecen los lineamientos para el uso del Domo de A.F, en términos de la regulación de las instalaciones, materiales, servicios y actividades, así como las conductas esperadas del usuario y de los prestadores de servicio.

## 2. CONSIDERACIONES GENERALES

El Domo de Actividad Física, se encuentra adscrito al Centro de Educación Física y Salud Integral (CEFSI) del ITESO, desde el cual se busca de manera permanente la promoción de estilos de vida activos y saludables en la comunidad universitaria. Los programas, actividades y servicios que se ofrecen desde el Domo de A.F, están dirigidos de manera prioritaria a las personas que forman parte de la comunidad universitaria de acuerdo con lo establecido en el Estatuto Orgánico.

Dicha oferta será establecida por el CEFSI de manera semestral o anual y será comunicada a la comunidad universitaria por vías institucionales.

## 3. DE LOS USUARIOS DEL DOMO DE ACTIVIDAD FÍSICA

- Se consideran **usuarios** del Domo de A.F., a los miembros de la comunidad universitaria conforme lo establece el Estatuto Orgánico.
- Se consideran **usuarios externos** del Domo de A.F., a las personas que no forman parte de la comunidad universitaria y que hacen uso de los programas y servicios otorgados en el Domo de A.F.
- Los usuarios y usuarios externos están obligados a observar las disposiciones contenidas en el presente documento.
- Los usuarios deberán acreditar su pertenencia a la comunidad universitaria ITESO presentando su credencial vigente.

- Los usuarios externos deberán mostrar su autorización correspondiente y en el caso de los egresados, su credencial del ITESO vigente.
- Todos los usuarios deberán ingresar de conformidad con los procedimientos y sistemas de acceso que para tal efecto instaure la Dirección del CEFSI.
- Los usuarios tendrán derecho a hacer uso de instalaciones y asistir libremente a las actividades, servicios y programas dentro del Domo de A.F., cuando el cupo límite así lo permita y siempre y cuando no se trate de actividades, servicios o programas que contemplen un costo y/o estén dirigidas a poblaciones específicas.
- Al hacer uso de las instalaciones, actividades o servicios otorgados en el Domo de A.F el usuario deberá reportar al instructor y/o personal en turno sobre cualquier padecimiento o condición de salud que se pudiera ver afectada por el desarrollo de las actividades que se realicen en la instalación.
- El acceso a menores será permitido únicamente para aquellas actividades y en los casos que así lo determine el CEFSI.
- Los usuarios podrán hacer llegar sus observaciones o sugerencias a través del buzón destinado para ello.

## 4. SOBRE CONDUCTAS Y MODOS DE PROCEDER DEL USUARIO

Tanto los usuarios como los usuarios externos, son corresponsables del buen estado, uso y conservación de las instalaciones, por ello deberán observar las siguientes disposiciones:

- Mantener una actitud de respeto a los demás usuarios y personal del CEFSI; de conformidad con lo anterior, deberá evitar comportamientos indebidos y/o aquellas que en un momento dado pudieran poner en riesgo la seguridad de usuarios y personal y/o alterar el orden y funcionamiento de las instalaciones del Domo de A.F.
- Seguir las recomendaciones e indicaciones del personal del Domo de A.F. y en ningún momento podrán llevar a cabo las funciones de instructor.
- Respetar los códigos de vestimenta establecidos en el presente documento, quedando prohibido entrenar sin camiseta o sin ropa o calzado deportivo.
- Realizar acciones que atiendan la higiene del lugar, utilizando toallas, limpiando los aparatos y colocando la basura en los lugares indicados.
- Evitar gritos o gestos que alteren el orden y el respeto del Domo de A.F.
- Cuidar la integridad física de los demás, evitando situaciones de riesgo o al asistir cuando padezca alguna enfermedad contagiosa.
- Los usuarios que quieran escuchar música, solo lo podrán hacer a través de reproductores de uso personal con audífonos que no alteren el ambiente.
- Está estrictamente prohibido fumar o ingerir bebidas alcohólicas, estupefacientes, psicotrópicos o anabólicos, o cualquier otra sustancia prohibida por la legislación vigente aplicable dentro de cualquier área del Domo de A.F, así como ingresar a las mismas en estado de ebriedad, con aliento alcohólico o bajo la influencia de estupefacientes o psicotrópicos.
- Queda prohibido portar e introducir al Domo de A.F cualquier clase de armas, materiales o sustancias explosivas y/o peligrosas y cualesquiera otros objetos que pudieran perjudicar o dañar a los usuarios, personal o bienes del Domo de A.F.
- Ninguna persona podrá realizar promociones o compraventa de bienes o servicios, así como ningún tipo de publicidad o comercialización, ni repartir propaganda dentro del Domo de A.F, excepto en los casos que por escrito autorice la Dirección del CEFSI.

# 5. REQUISITOS DE INGRESO AL DOMO DE ACTIVIDAD FÍSICA

- Todo usuario que desee hacer uso de las instalaciones del Domo de A.F. deberá ser dado de alta en el sistema de acceso.
- Los usuarios y usuarios externos deberán seguir el siguiente procedimiento para ser dados de alta:
  - a. Presentar su credencial del ITESO vigente.
  - b. Firmar la hoja responsiva donde el usuario bajo protesta de decir la verdad, manifiesta:

Que se encuentra en condiciones físicas saludables y aptas para el inicio de un programa de ejercicio y/o participar en cualquiera de las actividades que se ofrecen en el Domo de A.F.

Que no tiene padecimiento o condición física o psicológica, alguna que le impida llevar a cabo cualquier actividad dentro del Domo de A.F, por lo que asume la total responsabilidad por cualquier eventualidad que pudiera ocurrir dentro de las instalaciones por el uso del equipo, práctica de cualquier actividad y participación en cualquiera de sus áreas o instalaciones deportivas del CEFSI.
  - c. Responder el cuestionario de salud PAR-Q, el cual valora la aptitud física actual del usuario para realizar actividad física. La vigencia de dicho cuestionario es de 12 meses, por lo que el usuario deberá actualizar los datos una vez terminado dicho plazo. En caso de que se detecte alguna condición de salud que pudiera verse agravada por la realización de actividad física, de acuerdo a los resultados del PAR-Q la Coordinación del Domo de A.F., podrá solicitar una autorización médica antes de permitirle utilizar las instalaciones, programas o actividades del Domo de A.F.
  - d. Firmar la constancia de conocimiento y aceptación de las Políticas de uso y convivencia para usuarios del Domo de A.F.
  - e. Exhibir o firmar otro documento adicional que en su caso determine el CEFSI.

Los usuarios externos deberán presentar además de los documentos enunciados en los incisos a, b, c, d y e, la constancia que acredite que cuenta con la autorización vigente por parte del CEFSI, la Dirección de Integración Comunitaria (DIC) y demás instancias Universitarias que correspondan.

- El procedimiento de alta y documentación (a excepción del PAR-Q), se realizará por una única ocasión.
- El procedimiento antes descrito deberá ser completado en su totalidad para tener derecho al uso de la instalación, de lo contrario se podrá restringir el acceso a la misma.
- La forma de completar y firmar la documentación contemplada en este apartado será a través de formularios en línea y/o por las formas y vías que en su momento determine el CEFSI.

# 6. SOBRE EL USO DE LAS INSTALACIONES

- Los horarios de servicio del Domo de A.F serán los siguientes: lunes a jueves de 7:00 a 22:00 hrs y viernes de 7:00 a 20:00 hrs. Los horarios en época vacacional serán anunciados con anticipación para consulta de los usuarios. Estos horarios podrán ser modificados por la Dirección del CEFSI.
- Las instalaciones del Domo de A. F. permanecerán cerradas los días sábados y domingos, días festivos y aquellos que determine la Dirección del CEFSI.
- Ningún usuario podrá ingresar a las instalaciones del Domo de A.F., antes de la hora de apertura, ni podrá permanecer en las instalaciones después del cierre del mismo.

- No se permitirá el acceso a ningún usuario 15 minutos antes de la hora de cierre de la instalación.
- Todo usuario deberá utilizar toalla personal (de 40X70 cm) al hacer uso de cualquiera de las áreas, equipos e instalaciones del Domo de A.F.
- Por motivos de seguridad de los propios asistentes, es indispensable utilizar el calzado y ropa deportiva adecuados a la actividad a realizar.
- Las áreas destinadas a mantenimiento, bodegas y módulo de información, están reservadas únicamente para los empleados y personal de servicio, por lo que ninguna persona ajena está autorizada para ingresar a dichas áreas.
- En cualquier momento, la Dirección del CEFSI y el Encargado del Domo de Actividad Física, se reservan el derecho a cerrar ciertas áreas y a suspender algunos o todos los servicios ya sea por cuestiones de mantenimiento preventivo o correctivo, remodelación, torneos o exhibiciones, entre otras.
- Cualquier daño que se ocasione a las instalaciones, equipos o enseres, o a cualquier bien propiedad del Domo de A.F. y/o de cualquier tercero, será cubierto por la persona responsable del daño.
- El tiempo de uso de materiales, equipos y áreas podría estar limitado. Los usuarios deberán respetar los tiempos establecidos para cada uno de ellos.
- El material y equipo es para ser utilizado de manera exclusiva en las instalaciones del Domo de A.F. No se podrá sacar ni utilizar fuera del mismo sin autorización del Encargado.
- Los equipos podrían, en cierto momento, estar fuera de servicio. Cuando esto suceda, los usuarios y usuarios externos utilizarán los equipos alternativos que el entrenador en turno asigne.
- El uso y programación de pantallas y equipos de música es de uso exclusivo del personal autorizado.
- Con el fin de mantener una instalación limpia, ordenada y en buen estado, que facilite la utilización para todos los asistentes, es responsabilidad de los usuarios y usuarios externos:

El manejo cuidadoso de los equipos y materiales.

Utilizar correctamente los equipos, de la forma y para los fines para los que fueron diseñados. En caso de duda sobre su uso, podrá consultarse a los instructores en turno.

Limpiar los equipos y accesorios al finalizar su utilización, así como regresarlos a su lugar. De acuerdo con lo anterior, todos los materiales deberán permanecer en sus áreas asignadas, y de ninguna manera podrán ser utilizados fuera de ellas a menos de que se cuente con la autorización de un instructor o personal autorizado.

Apoyar a la mejor conservación de los equipos y materiales a través del reporte oportuno de cualquier desperfecto que sea detectado. Este reporte podrá presentarse directamente con los instructores en turno y/o con el personal del módulo de información.

## 7. ÁREA DE FORTALECIMIENTO Y ENTRENAMIENTO CARDIOVASCULAR

- Todo usuario, en atención al respeto a los demás usuarios, deberá limpiar y secar los aparatos y equipos que haya utilizado.
- Queda prohibido dar un uso indebido al equipo o las instalaciones del Domo de A.F., de tal forma que provoquen el deterioro o destrucción de las mismas, y/o que se ponga en riesgo la seguridad de los usuarios del área.
- En el caso del área de peso libre y con el fin de mantener el orden y limpieza de la instalación, todo usuario deberá regresar a las áreas asignadas el equipo que utilice (mancuernas, discos, barras, accesorios etc.).
- Queda prohibido introducir maletas, mochilas o bolsas al área de peso libre o integrado y/o cardiovascular.

- Cuando haya personas en espera, se restringe el uso del equipo cardiovascular a 30 (treinta) minutos por aparato.
- La Coordinación de Actividad Física y Salud y el Encargado del Domo de Actividad Física se reservan el derecho de cambiar instructores del área cardiovascular y musculación y el horario de los mismos sin previo aviso.

## 8. ÁREA DE CLASES FÍSICAS

- Las actividades de los salones terminan 5 (cinco) minutos antes de iniciar la siguiente clase para garantizar condiciones de orden de salas y materiales.
- Después de 10 (diez) minutos de iniciada la clase y por motivos de seguridad, el instructor se reserva el derecho de aceptar el ingreso del usuario a la actividad que se esté llevando a cabo.
- El Domo de A.F., se reserva el derecho para determinar los cupos de cada actividad.
- Únicamente se pueden introducir líquidos en botellas de plástico con tapa.
- Es responsabilidad de cada usuario recoger los equipos y/o cualquier accesorio que haya utilizado durante la clase y colocarlos en los lugares asignados al término de ésta.
- El Domo de A.F., se reserva el derecho de cambiar, sin previo aviso, al instructor, programa, horarios y/o salones.
- Únicamente se puede hacer uso de los salones y su equipamiento bajo la presencia de personal previamente autorizado por el CEFSI.
- Los horarios y programas de clases serán publicados por el CEFSI a través de sus medios de comunicación y difusión.
- En caso de que un usuario presente algún padecimiento o lesión que pudiera poner en riesgo su integridad física, o que por cualquier motivo tenga que salir de manera anticipada del salón, deberá informar al instructor.

## 9. ÁREA DE REGADERAS Y VESTIDORES

- El uso de sandalias es obligatorio en el área de vestidores y regaderas.
- No se permite el apartado de casilleros y regaderas.
- Todos los usuarios deberán hacer uso consciente y adecuado del agua.
- Todos los usuarios deberán reportar cualquier desperfecto que sea detectado en el área de regaderas y vestidores.
- Todo usuario será responsable del adecuado resguardo de sus objetos personales.

## 10. DEL USO DE CASILLEROS DENTRO DEL DOMO DE ACTIVIDAD FÍSICA

- Los usuarios del Domo de A.F., podrán solicitar casilleros de préstamo (actualmente no están disponibles) o renta, conforme a las políticas establecidas por el CEFSI. Los usuarios externos únicamente podrán solicitar casilleros de préstamo (actualmente no están disponibles).
- Los casilleros de préstamo podrán ser solicitados en el Almacén de préstamo del Domo Deportivo de manera gratuita por un periodo de hasta tres horas. Todo usuario deberá respetar los horarios del cierre de Almacén para la devolución del casillero.

- Los casilleros de renta son aquellos que, conforme a los costos y periodos establecidos por el CEFSI, pueden ser utilizados de manera permanente por los usuarios de acuerdo con el calendario escolar. Los costos, periodos y términos de la renta del casillero serán determinados por un contrato establecido entre el CEFSI y el usuario contratante.
- En caso de que el casillero en préstamo no sea desocupado el mismo día, o el casillero en renta, no sea desocupado en el tiempo y forma pactados en el contrato respectivo, personal del Almacén de préstamo, en coordinación con personal de la Oficina de Seguridad, quedan autorizados para tomar posesión del mismo, abrir el casillero y retirar los objetos que ahí se encuentren, levantando un acta circunstanciada misma que contendrá un inventario de los objetos retirados, avalada por personal de la Oficina de Seguridad. Los objetos quedarán en resguardo en el Almacén del Domo Deportivo.
- La persona que haya firmado el acuerdo de uso podrá recoger los bienes enlistados en el acta antes señalada, presentando una identificación oficial, firmando de recibido en el Almacén de préstamo durante el horario de operación del mismo, hasta dos semanas después de haber iniciado el ciclo escolar. Después de transcurrido este plazo los objetos serán enviados a donación.
- En caso de que el contratante no pueda presentarse a reclamar sus bienes, podrá hacerlo a través de un tercero quien deberá mostrar una carta poder simple y copia de la identificación del poderdante.
- Si el casillero es usado para un objeto distinto al de guardar y custodiar indumentaria y accesorios deportivos, la autoridad procederá conforme a lo previsto para los comportamientos indebidos.
- El CEFSI no se hace responsable de robos o daños en los objetos depositados en los casilleros ya sea de renta o de préstamo.
- Todo aquel casillero que sea utilizado sin haber realizado el trámite de préstamo o renta correspondiente podrá ser desalojado.

## 11. SOBRE LOS OBJETOS DE USO PERSONAL Y/O PROPIEDAD DEL USUARIO

- Los objetos que se ingresen a las instalaciones del Domo de A.F. son absoluta responsabilidad del usuario o usuario externo. Estos deberán ser depositados en los casilleros que para tal efecto se encuentran a su disposición de acuerdo a los procedimientos establecidos en el capítulo anterior de este documento.
- El Domo de A.F., no se hace responsable de la pérdida total, parcial, daño o robo de objetos, dinero, joyas, equipos celulares, equipos de cómputo, equipos de sonido, documentos personales o cualquier bien propiedad de los usuarios y/o usuarios externos.
- En caso de robo o extravío de cualquier objeto personal propiedad del usuario o usuario externo, se deberá presentar el reporte correspondiente en la Oficina de Seguridad; esta instancia dará el seguimiento correspondiente al reporte de referencia.
- Los objetos personales olvidados dentro de las instalaciones del Domo de A.F., se resguardarán durante el día en el módulo de información y, en caso de no ser reclamados, serán entregados a la Oficina de Seguridad, quienes lo llevarán al área de objetos perdidos.

## 12. SOBRE SANCIONES POR COMPORTAMIENTOS INDEBIDOS

La falta de observancia de lo dispuesto en el presente documento, será sujeto de sanciones las cuales serán aplicadas según el caso, conforme al Reglamento del Centro de Educación Física y Salud Integral.

Cuando se trate de un incumplimiento por parte de usuarios externos, éste será sancionado de acuerdo a la gravedad de la falta de la siguiente manera:

- a) Amonestación oral.
- b) Amonestación escrita.
- c) Suspensión temporal al derecho de uso del Domo de A.F.
- d) Suspensión definitiva al derecho de uso del Domo de A.F.

Tendrán facultades para aplicar las sanciones contempladas en los incisos a, b y c, el Encargado del Domo de A.F. y el Coordinador del área de Actividad Física y Salud. La suspensión definitiva al derecho de uso del Domo de A.F. contenida en el inciso d, será facultad exclusiva de la Dirección del Centro de Educación Física y Salud Integral.