

REGLAMENT D'ÚS

+ ADAPTACIÓ COVID'19



ÚS DE LES INSTAL·LACIONS

- Per ser abonats de El Tossalet cal tenir 3 anys complerts.
- Els abonats de El Tossalet disposaran d'un armariet mentre utilitzen les instal·lacions. Es faran responsables del dipòsit de la clau.
- En cas de perdre-la, haurà d'abonar 10 euros.
- És obligatori el compliment de les normes higièniques i de seguretat a la zona termal.
- No es permet fer ús de les instal·lacions de la zona termal (sauna i hidromassatge) als menors de 16 anys.
- Per utilitzar les sales d'activitats físiques cal portar: tovallola, samarreta, pantalons o mullot, mitjons i sabatilles esportives. No es podrà utilitzar el mateix calçat del carrer.
- No es permet l'entrada a la sala de fitness i cardiovascular a menors de 12 anys sota cap concepte, i entre 12 i 16 anys únicament sota la supervisió del tècnic especialista de la sala. · L'horari d'accés a la sala de fitness dels joves entre 12 i 15 anys serà de dilluns a divendres de 16.30h a 19.00h i dissabtes de 08.00h a 14.00h. És obligatori disposar de l'abonament específic o pagar el suplement corresponent.
- Per evitar lesions i no interferir en el programa, no és permès entrar a les sessions d'activitats dirigides (aquàtiques i de sala) passats 10 minuts del seu inici.
- No es permet l'assistència de menors de 16 anys a les sessions d'activitats dirigides (aquàtiques i de sala) exceptuant les que estan destinades exclusivament a aquestes edats.

MENORS DE 14 ANYS

- Els alumnes menors de 14 anys hauran d'utilitzar els vestidors col·lectius i el túnel de dutxes d'accés a la piscina.
- Els alumnes menors de 6 anys podran accedir als vestidors amb un acompanyant per ajudar-los a canviar-se de roba.
- La durada dels cursos d'activitats aquàtiques serà per mesos naturals.
- Per assistir a les classes dels cursos d'activitats aquàtiques s'haurà de presentar el carnet i/o el rebut corresponent al pagament a l'entrada de la instal·lació.
- No es permès l'entrada a piscina lliure als menors de 14 anys sense acompanyant.

NORMATIVA GENERAL

- És obligatori fer ús de la dutxa abans de banyar-se, del casquet de bany a les piscines, de les sabatilles de bany a les zones de "peus molls".
- No és permès córrer per les zones de "peus molls", ni saltar a l'aigua de forma temerària o imprudent.
- No és permès d'utilitzar aquells accessoris que puguin ser perillosos per a la pràctica de la natació en piscina (aletes, manyoples, ulleres i tub de busseig, etc.) sense notificar-ho al socorrista.
- No seran permesos els comportaments que puguin molestar o ferir la sensibilitat dels altres usuaris ni aquells que posin en perill la higiene de les instal·lacions.
- Cap persona sospitosa de patir malaltia infecto-contagiosa o amb una ferida oberta (amb pèrdua de sang) no podrà accedir a les instal·lacions esportives.
- Els usuaris hauran d'omplir la fitxa de salut i el qüestionari mèdic en el moment d'inscriure's i/o aportar un certificat mèdic donant conformitat per a la pràctica d'activitat física.
- La direcció de El Tossalet no es farà responsable de la pèrdua d'objectes de valor (joies, diners i similars).
- No seran permesos sota cap concepte els entrenaments personals impartits per personal aliè a la instal·lació.
- La direcció de la instal·lació podrà expulsar aquelles persones que incompleixin les normes d'aquest règim intern, un cop advertides prèviament.
- La direcció de la instal·lació es reserva el dret d'admissió.

DRETS D'USUARIS I USUÀRIES

- Tots els usuaris i usuàries tenen dret a utilitzar El Tossalet seguint les normes d'aquest reglament d'ús i a sol·licitar una còpia del mateix.
- Tots els usuaris tenen a la seva disposició, a recepció, els fulls de reclamació oficials.
- Els fulls de suggeriments per a un millor funcionament del servei es podran dipositar a les bústies corresponents o enviar-ho mitjançant el formulari disponible a la web.
- Tots els usuaris han d'estar informats dels paràmetres i de les condicions higièniques de l'aigua de les piscines.

- Tots els usuaris han de ser coneixedors de les normes elementals d'higiene i de seguretat.
- La instal·lació disposarà d'un servei de salvament i socorrisme durant tot l'horari de funcionament de les piscines, per tenir cura de la seguretat dels usuaris.
- Totes les activitats seran impartits per tècnics esportius titulats.

HORARI I CALENDARI

- Els horaris i calendari dels serveis estaran exposats al taulell d'anuncis a l'entrada de la instal·lació.
- Aquests es determinaran per temporades.
- La utilització dels serveis finalitzarà quinze minuts abans de tancar la instal·lació.
- La Federació Catalana de Natació es reserva el dret de modificar, puntualment, els horaris, el calendari de la piscina i la graella d'activitats per motiu de l'organització de competicions esportives o altres tipus d'esdeveniments o per causes de força major.

TARIFES DEL CENTRE

- Per utilitzar les instal·lacions cal estar al corrent del pagament de les tarifes aprovades anualment per l'Ajuntament de Berga.
- Els drets d'inscripció són de pagament obligatori per poder abonar-se a la instal·lació. L'impagament d'una quota d'abonat comportarà la baixa com a abonat i farà perdre els drets d'inscripció.
- El pagament de la quota d'abonat es farà per domiciliació bancària.
- La durada dels abonaments serà per mesos naturals.
- Tots els tràmits dels abonats relacionats amb petició de baixa temporal o baixa definitiva, s'hauran de notificar abans del dia 22 del mes anterior al canvi perquè siguin efectius el mes següent. Caldrà emplenar el full corresponent.
- En cas de devolució de rebut bancari, la despesa serà de 4€ a pagar a la instal·lació.

NORMATIVA ESPECIAL COVID'19

- Obligatòria la presa de temperatura en accedir al centre. En cas de ser superior a 37,3° es denegarà l'entrada.
- A l'entrada, desinfectar-se les mans amb el gel hidroalcohòlic i els peus a la catifa viricida especial.
- L'ús de la mascareta és obligatori en tot moment excepte durant la pràctica esportiva i a la dutxa. A l'entrar, als passadissos i zones comunes i als vestidors si no ens estem dutxant, s'ha de portar posada.
- Vetllem pels hàbits higiènics en l'esport en la nostra activitat diària, però per vetllar per una mínima interacció social sense mascareta, els usuaris/es de 3 a 16 anys no podran fer ús de les dutxes fins a nova ordre. I a les persones adultes us recomanem no utilitzar les dutxes mentre duri la pandèmia.
- Cal reservar l'activitat que es vol fer amb un dia d'antelació màxim, ja sigui activitat dirigida, sala de fitness o natació. Les úniques activitats que no cal reservar són cursets de natació, activitats dirigides infantils, ioga i boxa, ja que funcionen per inscripció nominal. Et recomanem reservar amb l'aplicació del Tossalet i/o pel teu espai personal online, és pràctic, senzill i ràpid. També pots trucar per telèfon o comunicar-nos-ho verbalment d'un dia per l'altre.
- És obligatori entrar amb la polsera i sortir amb ella, pel torn. Aquesta mesura i l'anterior ens permeten saber en tot moment quantes persones hi ha al centre i la seva ubicació, per garantir els aforaments per la vostra seguretat.
- En finalitzar les sessions d'activitats dirigides i/o a la sala de fitness, et facilitarem una baieta amb líquid desinfectant per deixar el material emprat desinfectat, garantint la seguretat de tots.
- Mantenir la distància de seguretat de 2m sempre que estiguis practicant exercici i no portis la mascareta posada.
- Pots inscriure't i fer gestions del Tossalet per la nostra web i escrivint-nos a info@eltossalet.cat, a més de trucar per telèfon. D'aquesta manera evitarem cues a recepció.
- Si tens símptomes de COVID, el teu PCR surt positiu però no tens símptomes i/o has estat en contacte amb una persona afectada pel virus, sigues responsable i no vinguis al centre fins que sàpigues segur que no pots contagiar a ningú. Entre tots hem de vetllar per aturar l'expansió.

FUNCIONAMENT ACTIVITATS I CURSETS INFANTILS

ADAPTACIÓ COVID'19 (NADONS A 16 ANYS)

Enguany, per adaptar-nos a les mesures de prevenció davant la pandèmia, ens veiem obligats a aplicar determinades normes d'ús per al bon funcionament del centre i la seguretat dels vostres fills i filles i de vosaltres mateix@s. Estem compromesos amb poder seguir oferint exercici física saludable i aprenentatge d'activitats a totes les edats i amb les condicions més segures.

ACTIVITATS DIRIGIDES INFANTILS, JUNIORS I JOVES

- Les activitats dirigides infantils, juniors i joves tindran un aforament màxim de 20 alumnes per classe.
- Els pares haureu de signar una declaració responsable conforme els vostres fills/es no presenten simptomatologia i en cas de presentar-la no assistireu i ens avisareu si calgués.
- Es pot accedir al centre 5' abans de l'inici de l'activitat, no abans. Us preguem màxima puntualitat.
- Totes les persones que accedeixin al Tossalet passaran per un control de temperatura i hauran d'entrar amb mascareta.
- **És obligatori entrar i sortir amb la polsera d'identificació. En cas de no portar-la no es podrà accedir al centre. En cas de pèrdua demaneu un duplicat a recepció. El motiu és que per normativa hem de saber qui hi ha en tot moment dins el centre.**
- Els menors de 6 anys no estan obligats a l'ús de la mascareta, tot i que si la poden portar millor. La mascareta l'hem de portar posada sempre, fins arribar a l'espai de pràctica esportiva, moment en el que se la podran treure.
- Els infants fins a 5 anys poden entrar acompanyats d'un sol adult, però a partir de 6 anys han d'entrar sols. En el cas de les activitats dirigides, hauran de venir canviats de casa i si porten bossa esportiva, entrar directament amb la bossa fins a la sala on facin l'activitat.
- És molt important que hagin anat al lavabo abans de venir, sobretot els més petits, i que portin aigua, ja que no podrem sortir per anar a la font.
- Tot i que sigui contrari als valors d'higiene i esport que volem transmetre des del Tossalet, de moment no podran dutxar-se en finalitzar l'activitat.
- Quan acabi la classe, el tècnic/a responsable els acompanyarà a la porta d'entrada del Tossalet, i allà els recollireu. Us preguem màxima puntualitat, tant a l'entrada com a la sortida.
- Els grups infantils de les 17,15, a partir de 6 anys pujaran sols fins a recepció, i si encara no hi sou, s'esperaran a dins.

CURSETS NATACIÓ NADONS I FINS A 5 ANYS

- Els cursos tindran un aforament màxim de 10 alumnes per classe (mínim 6) i en grups estables..
- Els pares haureu de signar una declaració responsable conforme els vostres fills/es no presenten simptomatologia i en cas de presentar-la no assistireu i ens avisareu si calgués.
- Es pot accedir al centre 10' abans de l'inici del curs, no abans. Us preguem màxima puntualitat.
- Totes les persones que accedeixin al Tossalet passaran per un control de temperatura i hauran d'entrar amb mascareta.
- **És obligatori entrar i sortir amb la polsera d'identificació. En cas de no portar-la no es podrà accedir al centre. En cas de pèrdua demaneu un duplicat a recepció. El motiu és que per normativa hem de saber qui hi ha en tot moment dins el centre.**
- Els menors de 6 anys no estan obligats a l'ús de la mascareta, tot i que si la poden portar millor.
- Els infants fins a 5 anys poden entrar acompanyats d'un sol adult, amb mascareta en tot moment.
- Hauran de portar el banyador posat de casa per agilitzar l'estada al vestidor. El pare, mare o familiar que els porti haurà d'endur-se la bossa de l'infant per facilitar la desinfecció dels vestidors.

- Els nens i nenes hauran d'entrar a la piscina amb tovallola.
- Recordeu portar dins una maleta gran: xancletes, gorro, ulleres i tovallola. I una bossa per guardar les sabates bames dins la maleta.
- Els vestidors seran els següents: per a NADONS, els infants es podran canviar al vestidor del pare/mare. Cursets de 3 anys es canviaran al vestidor 5 i els de 4 i 5 anys al vestidor 4.
- És molt Important que hagin anat al lavabo abans de venir.
- El tècnic/a de natació els vindrà a recollir als vestidors i els tornarà a portar un cop finalitzi el curset.
- Tot i que sigui contrari als valors d'higiene i esport que volem transmetre des del Tossalet, de moment no podran dutxar-se en finalitzar l'activitat.
- **Excepte en el cas dels nadons, està prohibit canviar i portar infants al vestidor d'adults, ja sigui masculí o femení. Igualment succeeix amb la dutxa.**
- Els pares i mares o acompanyants no podreu esperar durant el curset als vostres fills/es dins el centre, ja que l'aforament de la recepció és limitat i hem d'evitar la interacció social.

PERFECCIONAMENT NATACIÓ 6 A 16 ANYS, CLUB I ARTÍSTICA

- Els cursets tindran un aforament màxim de 10 alumnes per classe (mínim 6) i en grups estables..
- Els pares haureu de signar una declaració responsable conforme els vostres fills/es no presenten simptomatologia i en cas de presentar-la no assistireu i ens avisareu si calgués.
- Es pot accedir al centre 10' abans de l'inici del curset, no abans. Us preguem màxima puntualitat.
- Totes les persones que accedeixin al Tossalet passaran per un control de temperatura i hauran d'entrar amb mascareta. La mascareta s'haurà de portar posada fins l'espai de pràctica esportiva, moment en que se la trauran.
- **És obligatori entrar i sortir amb la polsera d'identificació. En cas de no portar-la no es podrà accedir al centre. En cas de pèrdua demaneu un duplicat a recepció. El motiu és que per normativa hem de saber qui hi ha en tot moment dins el centre.**
- A partir dels 6 anys els infants han de baixar sols als vestidors, i desvestir-se allà. Hauran de portar el banyador posat de casa per agilitzar l'estada al vestidor. La bossa amb la roba hauran de portar-la dins la piscina, on hi haurà un espai habilitat per deixar-les.
- Recordeu portar dins una maleta gran: xancletes, gorro, ulleres i tovallola. I una bossa per guardar les sabates bames dins la maleta.
- Els vestidors seran els següents: per a nenes de 6 a 16 anys, vestidor 2 i per a nens de 6 a 16 anys, vestidor 1. Els grups de natació artística aniran al vestidor 3.
- És molt Important que hagin anat al lavabo abans de venir.
- El tècnic/a de natació els vindrà a recollir als vestidors i els tornarà a portar un cop finalitzi el curset.
- Tot i que sigui contrari als valors d'higiene i esport que volem transmetre des del Tossalet, de moment no podran dutxar-se en finalitzar l'activitat, tot i que sí podran passar-se aigua a les dutxes dels pediluvís, eixugar-se a la piscina i anar al vestidor a canviar-se de roba per sortir.
- Els pares i mares o acompanyants no podreu esperar durant el curset als vostres fills/es dins el centre, ja que l'aforament de la recepció és limitat i hem d'evitar la interacció social.