



Universidad del Valle de Puebla

Normatividad UVP

REGLAMENTO DEL GIMNASIO “CHICÁHUAC”

El Gimnasio “Chicáhuac” (significado náhuatl de fuerte, valiente, sano) de la Universidad del Valle de Puebla, depende de la Dirección de Extensión Universitaria, y tiene entre sus principales objetivos: Impulsar la práctica del ejercicio, instruir en su práctica a quien nunca lo ha hecho, lograr que cada vez sea mayor el número de gente que lo practique y coadyuvar a preservar la salud y bienestar de la Comunidad Universitaria y población general que utilice el servicio.

Para el cumplimiento de estos objetivos, el Gimnasio “Chicáhuac” ha desarrollado la presente normativa que servirá para garantizar los derechos de los usuarios en las instalaciones y para fijar las obligaciones de éstos con el personal, con los demás usuarios y con el propio equipamiento deportivo.

Al inscribirse al “Gimnasio Chicáhuac”, el usuario manifiesta que es su libre voluntad obligarse a acatar en su totalidad los siguientes lineamientos:

Artículo 1. Del proceso de inscripción:

Para poder hacer uso de las instalaciones del Gimnasio “Chicáhuac”, el usuario debe ser mayor de 16 años, ser miembro de la Comunidad Universitaria, familiar directo de este último (Padre, madre, hermanos, hijos(as), abuelos paternos y maternos), invitado con pase o externos que cumplan los requisitos de inscripción.

Los usuarios menores de edad (menores a 18 años cumplidos) deberán presentar copia del INE de su padre o tutor, así como firma de autorización para el acceso y uso de las instalaciones en el Contrato de PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE INSTALACIONES DE GIMNASIO y ficha médica.

Artículo 2. De los requisitos de inscripción y reinscripción de usuarios internos y externos:

La solicitud de inscripción por parte de los usuarios deberá realizarse en las instalaciones del Gimnasio “Chicáhuac”, en donde deberán:

- I. Solicitar y requisitar completamente el Contrato de PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE INSTALACIONES DE GIMNASIO;
 - a. Dar su consentimiento sobre el uso de datos personales y sensibles.
- II. Contestar manifestando que la información proporcionada es verídica para llenar la ficha médica proporcionada por los responsables del Gimnasio “Chicáhuac”;
- III. Acudir a caja a pagar la cuota asignada o realizar el pago en línea y presentar recibo de pago en el Gimnasio “Chicáhuac”;
- IV. La reinscripción de usuarios se realiza de manera semestral automáticamente, realizando su pago mensual vigente en caja o realizando su pago en línea, posteriormente se debe presentar recibo de pago en el Gimnasio “Chicáhuac”, donde se confirmará que ya se tenga el historial médico actualizado del usuario en Servicio Médico, de lo contrario deberá realizarlo para poder tener acceso al Gimnasio “Chicáhuac”;
- V. Para realizar la baja del servicio el usuario no deberá tener adeudos de mensualidades



Universidad del Valle de Puebla

Normatividad UVP

- anteriores y realizar la solicitud antes de su fecha de corte;
- VI. En caso de que el usuario no realice su pago antes de su fecha de corte, se prohibirá su entrada a las instalaciones del Gimnasio “Chicáhuac”;

Artículo 3. Del Gimnasio “Chicáhuac”:

El horario de servicio en el Gimnasio “Chicáhuac”, es de lunes a viernes de siete (7:00) de la mañana a diez (10:00) de la noche y los sábados de siete (7:00) de la mañana a cinco (5:00) de la tarde: El Gimnasio “Chicáhuac” se reserva el derecho de cerrar las instalaciones, áreas específicas o restringir los horarios en días festivos y en los días en que el mantenimiento de las instalaciones lo requiera, para lo cual deberá dar aviso con anticipación. En el caso de que el Gimnasio “Chicáhuac” deba suspender sus horarios y servicios por causa de fuerza mayor o caso fortuito, no se reembolsará cuota o pago alguno al usuario.

- I. El Gimnasio “Chicáhuac” brinda sus servicios a diversos usuarios (alumnos, deportistas, trabajadores de la Universidad, así como al público en general), por lo que se reserva el derecho de contar y designar con entrenador(es) o responsable(s) que imparta(n) las clases y proporcione(n) el entrenamiento al usuario, pudiendo éste elegir entre aquél o aquellos disponibles en el gimnasio, con la única limitante del espacio en las áreas y el tiempo del entrenador(es) o responsable(s), por lo tanto el usuario no tendrá derecho a indemnización alguna o reclamación para el caso de que este personal no estén disponibles o sean sustituidos.
- II. Los Responsables del Gimnasio “Chicáhuac” darán las indicaciones necesarias para realizar de manera óptima el entrenamiento de los usuarios, quienes deberán seguir la programación asignada;
- III. Los usuarios deben tener en cuenta las recomendaciones y medidas de seguridad dadas por los Responsables del Gimnasio “Chicáhuac”;
- IV. Comunicar a los Responsables del Gimnasio “Chicáhuac” antes de iniciar su ejercicio, si se tiene algún problema patológico, para que le den las recomendaciones correspondientes;
- V. Reportar a los Responsables del Gimnasio “Chicáhuac” accidentes o síntomas de malestar, para recibir ayuda interna o externa;
- VI. Las sugerencias y comentarios para mejorar los servicios se deben realizar por escrito, en apego al procedimiento de quejas, sugerencias y felicitaciones de la Universidad;
- VII. Los Responsables del Gimnasio “Chicáhuac” tienen estrictamente prohibido aceptar propinas o dádivas, así como vender productos diferentes a los autorizados por la Universidad; y
- VIII. El uso de las pantallas del Gimnasio “Chicáhuac”, es exclusivamente para eventos deportivos o videos musicales. Queda estrictamente prohibido proyectar otro tipo de eventos o programación en ellas.

Artículo 4. De los usuarios:

- I. Todo usuario del Gimnasio, debe presentar su recibo de pago de cada mensualidad antes de su fecha de corte, o pase de invitado en la recepción del gimnasio “Chicáhuac” para tener acceso;
- II. Para los alumnos de excelencia académica (todos aquellos alumnos que tengan promedio de 9.5 del semestre anterior cursado, se encuentren regular académica y económicamente) deben



Universidad del Valle de Puebla

Normatividad UVP

presentar la boleta de calificaciones otorgada por Control Escolar o la impresión de pantalla de las calificaciones del ASPAA con el sello de la Coordinación Académica correspondiente; su acceso será gratuito mientras cumpla con una asistencia mínima de una hora por día, cuatro veces por semana y apoyar en los eventos del semestre relacionados con el Gimnasio. De no cubrir los requisitos de asistencia mensuales se penalizará con una multa equivalente a un mes de gimnasio con precio vigente. La baja se podrá realizar siempre y cuando haya cumplido con sus asistencias mínimas y apoyo brindado;

- III. Los alumnos residentes de villas, alumnos activos de deportes, administrativos vigentes de UVP, familiares directos de comunidad UVP y docentes UVP que deseen utilizar las instalaciones del Gimnasio, tendrán un costo preferencial y deberán realizar su proceso de inscripción y reinscripción de manera regular;
- IV. Los usuarios externos deberán realizar su proceso de inscripción y reinscripción de manera regular, como también pagar el costo de inscripción vigente;
- V. El usuario manifiesta que bajo protesta de decir verdad goza de buen estado de salud, y que sus invitados que lleguen a concurrir a las instalaciones también deberán gozar de buen estado de salud; por lo que libera al Gimnasio “Chicáhuac” y a su personal de cualquier responsabilidad civil o penal y que derive de la afectación de salud de éstos, ya sea por el uso de las instalaciones y del equipo o bien, por algún padecimiento que sufra dentro de las instalaciones. Así mismo, acepta que por razones de higiene y siempre que las actividades de las instalaciones lo requieren, el Gimnasio “Chicáhuac” podrá solicitarle que para el acceso a ciertas áreas permita una revisión de su estado de salud e higiene y de sus invitados. Aunado a lo anterior, para inscribirse al Gimnasio “Chicáhuac” deberá el usuario presentar certificado médico o constancia médica expedido por el Servicio Médico Universitario, sin pasar los 3 meses después de inscrito que acredite su buen estado de salud; éste deberá renovarse al menos una vez por año;
- VI. El usuario no puede ceder o transmitir los derechos derivados de su servicio a ningún tercero.

Artículo 5. Del proceso de baja.

- I. Todos los usuarios de la Comunidad Universitaria en caso de ya no poder continuar con el uso del Gimnasio, deberán presentarse en el mismo para realizar su trámite de baja, de lo contrario el cobro de la mensualidad seguirá corriendo hasta los siguientes dos meses de cuota por concepto de penalización, teniendo que liquidar el adeudo total obligatoriamente;
- II. La baja deberá realizarse antes de que inicie el siguiente mes, teniendo como límite la fecha de corte del usuario;
- III. El usuario titular de la membresía será el que debe firmar su baja del servicio.

Artículo 6. Del uso general del Gimnasio “Chicáhuac”:

- I. Para tener acceso a las instalaciones del gimnasio el usuario deberá registrar a la entrada del mismo su huella digital o bien, por lo medios que señale el personal del Gimnasio “Chicáhuac”; la negativa a proporcionar estos datos de registro será causa justificada suficiente para negar el acceso;
- II. Los usuarios deben presentarse con ropa y calzado deportivo en condiciones óptimas de higiene. No se permite el uso de ropa y/o zapatos de calle para la práctica del ejercicio,



Universidad del Valle de Puebla

Normatividad UVP

- cinturones, pantalones vaqueros, prendas de vestir con remaches, cadenas de billetera, sandalias y zapatos abiertos están prohibidas;
- III. Por seguridad, los usuarios con cabello largo deberán traerlo en todo momento recogido, queda estrictamente prohibido traer el cabello largo suelto;
 - IV. Se debe realizar un adecuado calentamiento, enfriamiento y estiramiento, para evitar lesiones y dolor después del ejercicio;
 - V. La hidratación se debe realizar antes, durante y después del entrenamiento, puede ingerir agua o bebidas especiales hidratantes;
 - VI. El uso de toallas de cara y aparatos es obligatorio en todas las áreas del gimnasio, de lo contrario no se podrá hacer uso de las instalaciones;
 - VII. En prácticas de conjunto como talleres o “Témari”, los usuarios deberán ingresar únicamente en los horarios estipulados en el reglamento y siempre acompañados por el instructor responsable a cargo de la actividad;
 - VIII. El responsable de gimnasio podrá intervenir durante las clases en las cuales se utilicen las instalaciones de manera inadecuada o en donde exista el riesgo de causar una lesión o deterioro del material y aparatos;
 - IX. El responsable del gimnasio comunicará a la Dirección de Extensión Universitaria cualquier novedad como accidentes, fallas o desperfectos del material, en sus horarios o uso inadecuado de las instalaciones;
 - X. Los aparatos de gimnasio, colchonetas, equipo de audio, materiales de uso deportivo y otros, estarán bajo la responsabilidad del instructor y/o del Responsable del Gimnasio y su uso será autorizado por ellos;
 - XI. Después del uso de cualquier aparato o equipo, el usuario deberá dejarlo limpio y seco obligatoriamente;
 - XII. En el caso del área de peso libre, el usuario deberá regresar a las áreas asignadas el equipo que utilice (mancuernas, discos, barras, etc.) obligatoriamente, de lo contrario se realizará una llamada de atención;
 - XIII. No se realizan préstamos de material deportivo de ningún tipo;
 - XIV. En horas de asistencia elevada de usuarios y según determinen los Responsables del Gimnasio, se restringe el uso del equipo cardiovascular a 30 minutos por usuario y aparato. Así mismo, el equipo de pesas deberá usarse alternadamente entre los usuarios;
 - XV. La Universidad del Valle de Puebla no es responsable en caso de accidentes causados por el inadecuado comportamiento por parte de los usuarios o del mal uso de las instalaciones, equipamiento y servicios del gimnasio;
 - XVI. No podrán permanecer en el área de Gimnasio personas ajenas o acompañantes de los usuarios, los Responsables del Gimnasio quedan facultados para sancionar a los usuarios e invitados que incurran en conductas negativas y/o antideportivas en el gimnasio, o cuando omitan las disposiciones que se indican en este Reglamento;
 - XVII. Se prohíbe ingresar y consumir estupefacientes, anabólicos y bebidas alcohólicas en las instalaciones, únicamente se autoriza agua y bebidas gaseosas o isotónicas en envases plásticos;
 - XVIII. Se prohíbe fumar en todas las instalaciones del gimnasio;
 - XIX. Queda prohibido introducir maletas, mochilas o bolsas, al área del gimnasio, de peso libre o integrado y/o de equipos cardiovasculares;
 - XX. Por su propia seguridad se prohíben los envases de vidrio o sin tapa, así como cualquier tipo



Universidad del Valle de Puebla

Normatividad UVP

- de alimentos;
- XXI. Ninguna persona ajena al Gimnasio puede ejercer funciones de instructor;
- XXII. Prohibido el uso, compra, venta o aplicación de cualquier tipo de sustancia que no esté autorizada dentro de las instalaciones del Gimnasio;
- XXIII. Prohibido el uso de reproductores de música sin audífonos;
- XXIV. Queda prohibida la entrada a usuarios e invitados con enfermedades que se propagan por contacto, heridas abiertas o algún tipo de sangrado;
- XXV. Salvo en el equipo autorizado, queda prohibido correr en el área de pesas y participación en juegos bruscos;
- XXVI. Se prohíbe brindar el servicio de entrenamientos personales por parte de otro usuario o visitante;
- XXVII. Se prohíbe el uso de pre entrenos, óxido y vasodilatadores en las instalaciones;
- XXVIII. Se prohíbe tomar fotografías o filmar dentro de las instalaciones o a otros usuarios sin su consentimiento por escrito. En caso de que el responsable de gimnasio perciba esta acción, se comunicará con Bufete Jurídico de la Universidad;
- XXIX. Los usuarios deberán conducirse de manera respetuosa hacia los colaboradores de la Universidad del Valle de Puebla, responsables del gimnasio, usuarios e invitados. Por lo que se prohíben faltas de respeto, gritos, palabras altisonantes y agresiones físicas dentro de las instalaciones;
- XXX. No se permite ingerir alimentos dentro de las instalaciones;
- XXXI. Se denegará el acceso a usuarios con aliento alcohólico o que se identifique que estén bajo la influencia de drogas;
- XXXII. El usuario puede hacer uso de los casilleros, siendo su responsabilidad colocar candado o no;
- XXXIII. Es responsabilidad del usuario tener buena higiene dentro de las instalaciones, en caso de comentarios o quejas de otros usuarios, se realizará una llamada de atención invitando a procurar buenos hábitos de higiene;
- XXXIV. La Universidad del Valle de Puebla y el Gimnasio “Chicáhuac” junto con sus colaboradores se deslindan de repercusiones físicas y psicológicas durante y después del entrenamiento. Será responsabilidad del usuario comentar si hay algún malestar en algún momento dentro de las instalaciones;
- XXXV. El usuario podrá asistir con un INVITADO al Gimnasio “Chicáhuac” siempre y cuando éste haya pagado su cuota diaria vigente y esté acompañado por aquél;
- XXXVI. El usuario se compromete y obliga a usar y hacer que sus invitados usen las instalaciones, equipo y demás bienes propiedad del Gimnasio “Chicáhuac” de acuerdo a su naturaleza, siguiendo en todo momento las indicaciones del uso que consten en los mismos o que le sean señaladas por el personal del gimnasio;
- XXXVII. El usuario manifiesta que bajo protesta de decir verdad goza de buen estado de salud, y que sus invitados que lleguen a concurrir a las instalaciones también deberán gozar de buen estado de salud;
- XXXVIII. El usuario no puede ceder o transmitir los derechos derivados de su servicio a ningún tercero;
- XXXIX. EL Gimnasio “Chicáhuac” se reserva el derecho de suspender de forma temporal o definitiva, mediante la cancelación del servicio a cualquier usuario o invitado que incumpla las obligaciones asumidas en el contrato o que viole lo establecido en el reglamento del



Universidad del Valle de Puebla

Normatividad UVP

gimnasio. En caso de que algún usuario o invitado incurra en una violación del contrato o reglamento que sea considerado como NO GRAVE, se le hará una amonestación escrita en la cual constará dicha violación y se le pedirá que, en caso de reincidencia, se le suspenderá temporalmente; podrá ser cancelado el servicio de manera definitiva en caso de que la falta sea considerada como grave.

Artículo 7. Del uso del área de pesas:

- I. Tener el torso cubierto con ropa deportiva.
- II. Atender las normas de seguridad básica:
 - a. Pedir ayuda en el manejo de barras y pesos libres.
 - b. Ordenar, en todo momento, mancuernas, barras y pesas en sus soportes o lugares pre-establecidos.
 - c. El levantamiento de pesas libres se hará en el lugar dispuesto para tal fin.
- III. No se podrá retirar bajo ningún concepto, el material del área para trabajos fuera de ésta.
- IV. El usuario debe respetar las indicaciones de los Responsables del Gimnasio ya que todas las precauciones que tomen son por el bien y la integridad física de los mismos.
- V. La infraestructura del área de Pesas (paredes, espacio físico, etc.) deberá ser usada sólo para lo que fue concebida. Se prohíbe dejar caer con fuerza sobre el piso el equipo del área de pesas.
- VI. El equipo debe ser devuelto a su lugar correcto después de su uso.
- VII. Observar todas las señalizaciones y advertencias de los equipos.
- VIII. Se debe realizar ejercicio de calentamiento y estiramiento antes del ejercicio y el enfriamiento y estiramiento después de hacer ejercicio.
- IX. No se deben ejecutar ejercicios que no saben cómo hacerlo correctamente o levantar pesos que son demasiado para el usuario.
- X. Los aparatos de peso integrado deberán ser usados para el objetivo específico que tiene.
- XI. El uso de mancuernas, barras, bancos y materiales en general, deben ser simultáneos
- XII. En caso de hacer prácticas que puedan dañar la integridad del usuario o descomponer el equipo, se realizará una llamada de atención para corregir la acción.
- XIII. Está prohibido azotar o dejar caer barras, mancuernas, discos y cualquier material. En caso de ocasionar daño al mobiliario por uso indebido la reparación o reposición de lo dañado deberá ser cubierta por el usuario en su totalidad.

Artículo 8. Del uso del área Cardiovascular:

- I. Limpiar las máquinas antes y después de su uso y si se tiene el cabello largo, mantenerlo recogido durante el tiempo de entrenamiento.
- II. El tiempo de uso máximo de las máquinas cardiovasculares es de 30 minutos por equipo, para continuar por más tiempo en el área, se deberá solicitar la autorización del Responsable del Gimnasio.
- III. Utilizar prendas deportivas en algodón y/o lycra, zapatos deportivos con suela corrugada y cámara de aire.
- IV. Detener y apagar correctamente el aparato después de hacer uso.
- V. Se prohíbe utilizar los aparatos cardiovasculares con botellas abiertas o quebradas, como



Universidad del Valle de Puebla

Normatividad UVP

- también rociar sanitizante directamente a los aparatos dejándolos mojados de agua o sudor.
- VI. En caso de hacer prácticas que puedan dañar la integridad del usuario o descomponer el equipo, se realizará una llamada de atención para corregir la acción.
 - VII. En caso de ocasionar daño por uso indebido, la reparación o reposición de lo dañado deberá ser cubierta por el usuario en su totalidad.

Artículo 9. Sanciones:

- I. Las conductas de los usuarios internos en las instalaciones del Gimnasio, se registrarán además por el Reglamento General de Alumnos de la Universidad.
- II. Las acciones que amenazan la seguridad y el bienestar de uno mismo u otras personas no serán toleradas.
- III. En caso de reincidir en comportamientos inadecuados como: dejar el equipo fuera del lugar correspondiente, sucio o acciones que amenazan la seguridad del usuario u otros, se realizará una llamada de atención, de no acatar las instrucciones posteriores a la llamada de atención se procederá a suspensión temporal por 3 días hábiles. En caso de reincidencia después de dicha sanción se tramitará la baja definitiva del usuario sin reembolso del pago o pagos mensuales realizados.
- IV. El abuso verbal o físico hacia el responsable del gimnasio o cualquier usuario, implica el retiro inmediato de las instalaciones con apoyo de los elementos de vigilancia de la universidad con la posible baja definitiva del usuario sin reembolso del pago o pagos mensuales realizados.
- V. En caso de la expulsión por violar el presente reglamento, no podrá haber reembolso de la inscripción o mensualidad de cualquiera de las membresías.
- VI. EL Gimnasio “Chicáhuac” se reserva el derecho de suspender de forma temporal o definitiva, mediante la cancelación del servicio a cualquier usuario o invitado que incumpla las obligaciones asumidas en el contrato o que viole lo establecido en el reglamento del gimnasio. En caso de que algún “USUARIO” o invitado incurra en una violación del contrato o reglamento que sea considerado como NO GRAVE, se le hará una amonestación escrita en el cual constará dicha violación y se le pedirá que, en caso de reincidencia, se le suspenderá temporalmente; podrá ser cancelado el servicio de manera definitiva en caso de que la falta sea considerada como grave.
- VII. Independientemente de las causas y sanciones establecidas en la cláusula anterior, el Gimnasio “Chicáhuac” se reserva el derecho de rescindir o dar por terminado el contrato si el usuario o su invitado incurren en algún incumplimiento de sus obligaciones derivadas de este contrato o del reglamento.

Artículo 10. Todo lo no previsto en el presente reglamento será resuelto por el Director de Extensión Universitaria y dará aviso al Vicerrector de Extensión y Difusión.

TRANSITORIO

Artículo Único. El presente reglamento entrará en vigencia a partir de julio 2023, abrogando el de septiembre de 2020. El usuario que no esté conforme al presente reglamento, dentro del mes de julio 2023, podrá solicitar su baja y devolución de cuota(s) adelantada(s).