# TÉRMINOS COMO MIEMBRO USUARIO DEL CLUB

A efectos de las siguientes condiciones de adhesión como miembro del Club, en adelante LAIESKEN, la entidad responsable y gestora tanto de los locales para la práctica y fomento de los deportes de fuerza (Powerlifting, Bodybuilding y Halterofilia) así como de la difusión en las redes sociales y comercialización del merchandising del propio Club, es CLUB FORÇA LAIESKEN, con domicilio social en Pasaje Particular Josefina Vidal Folch, Nave 24 en Sant Adrià de Besós (Barcelona) y CIF G67454447 inscrita en el Registro de Clubs de la Generalitat de Cataluña.

El único correo electrónico oficial de LAIESKEN es: clubfuerzalaiesken@gmail.com

CUENTA BANCARIA LAIESKEN: ES46 2100 3750 3113 0024 1133

**En el documento siguiente se enumeran las normas del club deportivo LAIESKEN, el cual debe ser conocido por todo socio, aceptado por el mismo, y aplicado en el día a día como miembro LAIESKEN. El futuro miembro recibirá una copia de este documento con el que se pide conformidad a través de una firma digital que el club también proporcionará.**

# NORMAS GENERALES DE CONVIVENCIA Y ESTILO

## EL CLUB LAIESKEN

### Horarios, apertura y cierre

#### Horarios

- El club estará a disponibilidad del socio las veinticuatro horas del día. El horario ORDINARIO será de 7am a 11pm. Para hacer uso del gimnasio en horario EXTRAORDINARIO, de 11pm a 7am, el socio deberá comunicarlo con un día de antelación al personal de sala. Es muy importante notificarnos para poder mantener los estándares de seguridad.
- Pueden existir eventos que alteren estos horarios. Cualquier cambio coyuntural será debidamente notificado por los canales de comunicación con antelación.
- El horario de staff es de 9 am a 1 pm (turno de mañanas) y de 4:30 pm a 8 pm (turnos de tardes), de lunes a viernes. En estas horas y días siempre habrá personal del gimnasio en sala.

### Entradas y salidas

- El uso de las instalaciones se realizará mediante la aplicación DANALOCK. Cada miembro será autorizado por el staff de manera automática en el momento de activar su membresía. (Apéndice: Guia Danalock)

- La persiana sólo se podrá abrir completamente en los horarios ordinarios del club, y siempre confirmando con el staff que el sistema de ventilación no está encendido

- Los socios siempre deberán asegurarse de que queda alguien dentro cuando se marchan. En caso de dejar la sala vacía, deben bajar completamente la persiana en caso de que estuviese abierta, y cerrar la puerta pequeña desde la aplicación. Las luces también deben quedar apagadas en caso de ser el último en dejar la sala.

## Instalaciones

### Disciplina de orden y concierto

- Habrá siempre un cubo de basura en la entrada, y otro en el vestuario. CUALQUIER RESTO, BOTELLA, LATA, O DESPERDICIO EN GENERAL debe ir a los cubos de basura antes de que el socio deje las instalaciones. Se deberá notificar al staff si los cubos están llenos para que se vacíen, siempre antes de que rebosen. Si el staff no está en la sala en ese momento, se le podrá notificar telemáticamente.

- Cuando un socio se desentiende de mantener el orden y la limpieza, perjudica directamente al resto de socios y a la convivencia dentro del club, por lo que se entenderá que se siente desvinculado de esta normativa y del funcionamiento orgánico del club. Estas situaciones serán revisadas y debidamente solventadas con los particulares en caso de que surjan.

- Dentro del club, hay un espacio dedicado a cada elemento del material: discos, seguros, barras, mancuernas, gomas, magnesio, etcétera. Es responsabilidad de cada socio devolverlo todo a su sitio y hacer un esfuerzo activo por mantener este orden, no sólo por deferencia con el club, sino sobre todo con el resto de compañeros.

### Equipación y almacenaje

- Toda la equipación personal que no se esté usando debe estar bien guardada en la mochila, que debe estar en la taquilla. La sala de entrenamiento no puede convertirse en un lugar de almacenaje, perjudicando al orden y seguridad en general, y la actividad del resto de compañeros en particular.

- Todo material perteneciente a los socios que se deje guardado en el club tiene que estar dentro de una taquilla. No pueden almacenarse objetos fuera de las taquillas en ningún caso. La zona de taquillas debe permanecer limpia y ordenada.

- El uso mensual de la taquilla tiene un coste de 5€/mes. La pérdida o rotura del candado conlleva una disminución penalización de 6€ para la reposición del mismo. El número

de taquillas de que el club dispone es de 78, que serán de uso privativo para socios de pleno derecho del club en orden de solicitud.

- La responsabilidad de mantener la taquilla y vestuarios ordenados y en buen estado de higiene, recae en el socio y se reclamará por parte el incumplimiento de esta.

**Assets y personal de mantenimiento**

- El sistema de ventilación estará regulado por el staff acorde a las circunstancias del clima, eventos, etcétera.

- El staff siempre estará al cuidado de que haya magnesio en los magnesieros. De no ser así por cualquier circunstancia, los socios podrán avisar directamente a cualquier miembro del equipo, presencial o telemáticamente.

- El club dispone de personal encargado de la limpieza periódica y en profundidad de todas las áreas del club, así como de la reposición de los enseres básicos -papel higiénico, bolsas de basura, jabón de manos, etcétera. Esto no exime al socio de mantener baños y vestuario limpios después de cada uso. Para tal efecto tendrá a su disposición elementos de limpieza en la taquilla grande del vestuario, que tendrá un código de apertura que cada socio conocerá en el momento del alta -fregona, lejía, escoba, recogedor, etcétera.

- Los espacios privados de uso exclusivo por parte del staff son el despacho y la zona de almacenamiento situada en el vestuario. Estos espacios NO son de libre tránsito, ni se pueden usar como zonas de almacenaje privado. Su uso queda restringido a disposición de los trabajadores del club.

**Hábitos dentro de la sala**

- No se permite fumar ni vapear en el interior de la instalación.

- No se permite comer en el interior de la instalación.

- Dentro de la instalación está totalmente prohibido el uso de sustancias estupefacientes y/o anabolizantes.

- No está permitido entrenar SIN camiseta, independientemente del género.

- No se permite usar magnesio líquido.

- Es obligatorio el uso de la toalla para utilizar las estaciones de entrenamiento y evitar impregnar de sudor los equipos.

- El talco deberá aplicarse FUERA de la nave, en la puerta o aledaños. Si por el uso normal del mismo la zona del levantamiento queda demasiado sucia, es responsabilidad del socio limpiarlo al acabar. Está especialmente PROHIBIDO el uso del talco dentro del baño y en el vestuario.

- Solamente podemos usar los altavoces de la sala propiedad del club y la lista de música del club que administrará las peticiones durante los entrenamientos. Si la música queda a cargo de los socios, debe controlarse sobre todo que el volumen no se escuche desde la calle, y esto es especialmente importante cuando la puerta está abierta.

- El deterioro del material derivado de un uso irresponsable del mismo conlleva una reunión con el socio, en la cual se establecerá la forma de reparación económica por parte del socio del material dañado.

- Es responsabilidad de cada socio mantener unos estándares de higiene y orden personal de los espacios y personal compatible con la convivencia en el club. El club se reserva el derecho a penalizar y educar actitudes contrarias.

**Entrenamiento y uso de las instalaciones**

- Todos los servicios que se realicen dentro de la instalación de entrenamiento personal serán efectuados por personal de LAIESKEN, no se podrá realizar ningún servicio dentro de las instalaciones por personal ajeno sin el conocimiento de la dirección del Club.

- La Dirección no acepta responsabilidad alguna, en el caso de uso indebido de las instalaciones, por parte de cualquier abonado o invitado a menos que sea debido a negligencia de LAIESKEN o de su personal.

- Todo el material del Club se dejará ordenado al término de su uso. Las barras se dejarán sin discos o bien en los equipos o en los espacios habilitados para ellas y se guardarán eliminando los restos de magnesio mediante los cepillos especialmente destinados a tal operación.

- Los cierres son obligatorios para todos los levantamientos, por seguridad de los socios y para preservar el material.

- Los discos se guardarán manteniendo el orden por los kilajes evitando mezclar calibrados con el resto de discos de la instalación.

**Valores y representación**

- El personal de LAIESKEN velará por el cumplimiento de las normas generales del Club por todos los socios e invitados y agradecerá la colaboración de todos sus miembros para crear un clima de respeto entre sus miembros y para con el Club.

- Todo comportamiento agresivo, ofensivo o con faltas graves de respeto en el Club será causa de advertencia por parte de los responsables. Se valorará la expulsión del club sin devolución del dinero de la parte proporcional.

- Del mismo modo, se pide con las redes sociales, que las publicaciones que involucren al club ya sea en referencias como etiquetas o mostrando su imagen o uso, se atengan a la prudencia, la neutralidad, el decoro, los valores deportivos y la mejora personal .

Agradecemos la difusión en redes sociales por parte de los miembros, tanto en sus sesiones de entrenamiento, como en sus agradecimientos o etiquetajes. Esto es algo que ayuda a mantener la cohesión y promoción del club. Por la potencial viralidad de las publicaciones en redes sociales, se piden los mismos estándares en las publicaciones en cualquier red social, pudiendo tener consecuencias homólogas al punto anterior. El club se reserva el derecho de manifestar sus sugerencias a los socios en caso de sentir que su representación no es adecuada.

- De los puntos anteriores se desprende la inclinación del club por la prudencia, el decoro, los valores deportivos, y la mejora personal. Por lo tanto, el club pide una representación acorde en los eventos competitivos y redes sociales.

- Siempre que se represente al club en eventos deportivos, especialmente con equipación del club, se le supone al participante una conducta pública en los estándares que fija el punto anterior. En ningún caso puede atribuirse al club ningún tinte, opinión o tendencia concreta a través de las acciones o opiniones del representante. El club se reserva el derecho de admisión y la rescisión de contrato en estos casos a través de una reunión o comunicación con el socio.

- LAIESKEN se reserva el derecho de establecer, dictar o cambiar las normas de la instalación y locales del Club, siempre en mejora del buen funcionamiento del mismo.

## DINÁMICAS DE LA SALA Y USO DE ESTACIONES

### Estaciones

Con “estación de entrenamiento” nos referimos a: cualquier espacio delimitado en el que se realizan unos ejercicios en concreto -combo rack, estación de poleas, jaula, monolift, máquina de hip thrust, etc. Promovemos un ambiente de compañerismo, responsabilidad compartida y sentido común a la hora de hacer uso de las estaciones.

Todas las estaciones están diseñadas para que sus diferentes ajustes -de altura, de posición, etc.- se realicen cómoda y fácilmente, permitiendo que varias personas las puedan usar de manera simultánea sin perjuicio. El club no es un lugar de consumo privativo, sino de desarrollo personal y comunitario. Comprender y respetar las actividades del resto de compañeros no es opcional, sino que forma parte del núcleo de este club deportivo. Más allá del ánimo particular de cada persona en un momento concreto, o de sus gustos y preferencias, los atletas deben promover activamente la comodidad y la convivencia entre todos. El club es un espacio de desarrollo deportivo, y las dinámicas sociales, por otra parte completamente normales en cualquier espacio común, no pueden de ninguna manera perjudicar a la actividad deportiva de ninguno de los atletas. Detallamos a continuación algunas pautas generales de uso de las estaciones:

- Cada estación puede albergar hasta un máximo de 4 personas, siendo entre 2 y 3 lo óptimo.

- En caso de que haya más de una estación para realizar un mismo ejercicio -combo rack, monolift, tarima- los atletas se agruparán, para facilitar el cambio de discos y alturas, por tipo de ejercicio, peso en barra y/o nivel de desempeño.

- Los atletas de mayor nivel y experiencia son un valor para el club, y tienen por ello la responsabilidad de coordinar las estaciones en ausencia del coach si existe necesidad y educar a los menos experimentados para que su experiencia con el material y el entorno sea lo más eficiente posible.

- El staff se reserva el derecho a reorganizar las estaciones y los espacios durante los entrenamientos, siempre con el objetivo de optimizar su uso.

**Servicios y Entrenamientos personales**

- Los entrenamientos personales en sala siempre se realizan desde el staff técnico -no habrá entrenamientos personales que no hayan sido previamente aprobados por el club. Estos entrenamientos forman parte de las funciones básicas del club, y el staff buscará siempre la manera de coordinarlos con el resto de actividades para que no haya perjuicio de ninguna de las partes.

- El derecho de uso de las instalaciones para actividades profesionales queda restringido al staff del club. Los coaches del club son solamente el personal reconocido. Uno de los valores prioritarios del club es la didáctica de conocimientos y sistemas de entrenamiento, en coherencia con eso los servicios del coaching del equipo técnico del club para los socios conllevan uno de los principales activos económicos del club, el equipo técnico del club tratará de hacerse cargo de todos los coaching posibles comprometidos a ampliar el staff los conocimiento y los recursos para ello, entendemos que durante este proceso de mejora haya socios que tengan servicios externos online contratados. Si bien rogamos que se tenga en cuenta la importancia de confiar en los servicios del equipo técnico del club, nos reservamos futuras actualizaciones en las que procuraremos tratar estos casos específicos con el socio.

- Los servicios que ofrece el equipo técnico están sujetos a futuras actualizaciones debidamente documentadas y notificadas a los socios. Las cuotas y servicios ofrecidos por el equipo técnico a día 01 de octubre de 2024 están referidas en el apéndice tarifas.

# MIEMBROS LAIESKEN

## INSCRIPCIONES Y CUOTAS

Los presentes términos regulan la adhesión para inscribirse como miembro de LAIESKEN, de manera presencial en cualquiera de los locales del Club.

- LAIESKEN se compromete a prestar sus servicios de formación y asesoramiento en materia de entrenamiento de fuerza en atención a la vinculación del Nuevo miembro con

las empresas del Polígono Industrial “El Sot” de Sant Adrià de Besós y le facilitará cuantos reciclajes sean necesarios para desarrollar puestos de trabajo “pesado” en las mejores condiciones físicas para evitar el absentismo laboral.

- El importe inicial (matrícula y primera cuota) deberá abonarse mediante transferencia bancaria en el momento de la inscripción o en un plazo máximo de 5 días desde la confirmación de solicitud de adhesión.

- La inscripción será personal e intransferible, y su importe no será reembolsable.

- La inscripción y el pago de la cuota de membresía o coaching implica la dEclaración por parte del abonado de estar en buenas condiciones físicas y no tener conocimiento médico por el que no pueda dedicarse a ejercicios físicos activos o pasivos, realizados, y además declara que dicho ejercicio no será perjudicial para su salud, seguridad, confort o estado físico. El abonado exonera a LAIESKEN de cualquier responsabilidad sobre daños, lesiones e incluso fallecimiento, que se produzca en las instalaciones del Club, así como en las actividades organizadas en el exterior de las mismas, como resultado del uso inadecuado de los equipos y materiales puestos a disposición del abonado por parte de LAIESKEN. LAIESKEN no se hace responsable de lesiones, daños personales o cualquier otra consecuencia derivada de la participación en actividades dentro de sus instalaciones. Los socios aceptan que el uso de las instalaciones y que la participación en actividades físicas conlleva ciertos riesgos, y eximen a LAIESKEN de cualquier responsabilidad legal relacionada con tales incidentes. Se insta a los socios a informar al personal de cualquier condición médica previa que pueda afectar su participación en las actividades del gimnasio.

- Sólo podrán inscribirse en el Club los mayores de 18 años y, en el caso de menores, hasta la mayoría de edad legal deberán cumplir las siguientes condiciones:

    - La solicitud de inscripción y firma del contrato de adhesión corresponderá al padre, madre o tutor legal adjuntando fotocopia de su documento de identificación nacional.

    - Con la firma del documento, la persona firmante se responsabiliza del menor y manifiesta que se encuentra en buenas condiciones físicas y que no tiene conocimiento médico por el que no pueda dedicarse a ejercicios físicos activos o pasivos. En este sentido, se exonera expresamente a LAIESKEN de cualquier circunstancia.

## PAGOS

Adquiere la condición de miembro adherido toda persona que haya realizado su inscripción y esté al corriente de pago de las correspondientes cuotas de socio.

- Las cuotas se cobrarán de forma automática mediante la aplicación web del club en conformidad con los datos suministrados por el socio, los cobros se solicitarán a la cuenta del usuario entre el 27 del mes saliente y el 5 del mes entrante. Su renovación

será automática hasta que el miembro o socio avise de su baja mediante email a la dirección clubfuerzalaiesken@gmail.com antes del día 15 del mes anterior.

- Las cuotas abonadas no son reembolsables ni compensables en los periodos no utilizados.
- El impago de cualquier cuota supone la pérdida de todos los derechos adquiridos en la inscripción hasta su regularización.
- Todos los servicios y productos adicionales serán contratables a través de la aplicación web, mediante ingreso por cajero automático o tarjeta, en el momento de su compra.
- Las cuotas podrán serán revisadas y/o actualizadas en cualquier momento. No obstante se comunicará cualquier modificación a los socios con la suficiente antelación, siendo responsabilidad del mismo mantener actualizada su información personal en nuestras bases de datos para poder recibir cualquier comunicación al respecto.
- El pago de las cuotas de CLUB + COACHING es mensual durante toda la vigencia del contrato COACHING incluyendo los períodos vacacionales del socio quien estará obligado al pago de dicha cuota mensual. Reembolsar al cancelar la cuota de coaching una vez abonada e iniciado el proceso, no será posible, no así, con la membresía mensual tal como explicamos en puntos anteriores. Si en algún momento el socio decidiera prescindir de algún servicio de coaching iniciado deberá comunicarlo por los canales oficiales (email o whatsapp interno) al Club, para que su plaza pueda ser cubierta por un nuevo miembro.

### TERMINACIÓN VOLUNTARIA Y BAJAS

- El abonado deberá avisar mediante e-mail (clubfuerzalaiesken@gmail.com) del término de su contrato de adhesión al Club, antes del día 15 del mes anterior a la finalización del periodo de contratación. En caso de no avisar con dicha antelación, el contrato se renovará automáticamente, por el procedimiento habitual, en base a la cuota entonces vigente y el socio deberá abonar el nuevo mes entrante, vaya a hacer uso de las instalaciones o no. EN CASO DE IMPAGO DE LA ÚLTIMA CUOTA quedará deudor hacia el Club quien podrá exigir el recobro de la misma.
- Con la baja definitiva quedará cancelado el contrato. La readmisión de un miembro que haya causado baja estará sujeta a las condiciones generales vigentes en cada momento.

## PROTECCIÓN DE DATOS PERSONALES

En cumplimiento con la normativa de protección de datos, te informamos que los datos personales proporcionados serán tratados por el Club Laiesken, con nombre comercial LAIESKEN, y C.I.F. G67454447 con domicilio en Pasaje Particular Josefina Vidal Folch, Nave 24 en Sant Adrià de Besòs (Barcelona).

Finalidad del Tratamiento: los datos recopilados a través de este sitio web, laiesken.com, serán utilizados con el único propósito de gestionar las relaciones comerciales y ofrecer información relevante sobre nuestros servicios. Los datos de carácter personal facilitados pasarán a formar parte de un fichero del que es titular la empresa que suscribe el presente contrato, con la finalidad de gestionar las relaciones derivadas del mismo y, a tal fin, poder prestar al cliente todo tipo de servicios, así como promocionar actividades y servicios relacionados. A través de esta cláusula igualmente se entiende otorgado el consentimiento para la recogida y tratamiento de sus datos de salud cuando así sea necesario.

Base Legal: la base legal para el tratamiento de sus datos es la ejecución de un contrato o medidas precontractuales, así como el consentimiento expreso otorgado al proporcionar sus datos a través de formularios en este sitio.

Derechos del Usuario: los usuarios tienen derecho a acceder, rectificar, limitar y suprimir sus datos. Para ejercer estos derechos o para cualquier consulta relacionada con la privacidad de sus datos, pueden ponerse en contacto con LAIESKEN a través de clubfuerzalaiesken@gmail.com

Responsable del Tratamiento: Club Laiesken Barcelona, con nombre comercial LAIESKEN, actúa como responsable del tratamiento de los datos personales.

Al proporcionar sus datos, confirman haber leído y entendido esta política de privacidad, otorgando su consentimiento para el tratamiento de sus datos personales de acuerdo con los fines y términos aquí establecidos.