

Normativa del "COMPLEJO DEPORTIVO Pancracio Socas García" -Enero 2006-

"Pancracio Socas García SPORT COMPLEX" Rules



La presente Normativa tiene por objeto determinar las condiciones bajo las que los abonados y no abonados podrán disfrutar de las instalaciones del Complejo Deportivo Pancracio Socas García. El cumplimiento de la Normativa de Uso del Complejo contribuye al correcto funcionamiento del mismo, al logro de la calidad de servicio comprometida y al mantenimiento y conservación de las instalaciones y equipamientos.



These Rules are for Members and Visitors who enjoy the facilities of the Pancracio Socas Garcia Sport Complex. The observance of these Rules contributes to good running, quality, maintenance and conservation of the installations and fittings.

1. HORARIO DE APERTURA/ *Opening hours:*



El complejo permanecerá abierto en horario comprendido entre las 7:30 horas de la mañana hasta las 22:00 horas de la noche de lunes a viernes; los sábados de 10:00 a 18:00 horas; y los domingos de 10:00 a 14:00 horas.

La instalación permanecerá cerrada los festivos locales y nacionales.

El 24 y 31 de diciembre, y el 5 de enero; horarios a definir.

El complejo podrá cerrar parcialmente o impedir el acceso a determinadas instalaciones por exigencias técnicas.



From Monday to Friday 7:30-22:00h. Saturdays 10:00-18:00h and Sundays 10:00-14:00h. Closed for all Public Holidays. 24th and 31st December and 5th of January; pending timetables. The Sport Complex, or parts, may at times be closed for maintenance or technical reasons.

2. INSCRIPCIÓN/ *Registration-Members:*



ABONADOS:

La documentación necesaria para formalizar la inscripción será la siguiente:

- D.N.I. o Pasaporte.
- Libro de Familia para los abonos familiares (se incluyen en el mismo los hijos menores de 30 años).
- Certificado de convivencia o empadronamiento para parejas de hecho, que quieran formalizar abonos familiares.
- Cartilla de pensionista en vigor, para abonados pensionistas mayores de 55 años y para los que posean menos de esta edad. Además, éstos deberán acreditar esta condición en cada renovación presentado la cartilla de paro, la cual deberá estar actualizada.

La matrícula será un único pago inicial.

La cuota de abono, cursos y servicios complementarios se hará en efectivo o se podrán realizar mediante domiciliación bancaria.

Las cuotas de los diferentes abonos mensuales, trimestrales o anuales se renovarán periódicamente, antes del último día de mes. Para cancelar la renovación deberá realizarse el trámite por escrito antes del día 20 de cada mes.

Los abonados con pagos domiciliados por banco recibirán el cargo del abono a partir del día primero de cada mes posterior a la fecha de finalización de éstos.

El pago de un curso o de un servicio por un no abonado, le dará el derecho a acudir sólo a la actividad contratada.

*** La inscripción entre el día 1 y 15 (ambos inclusive) supondrá la cuota de abono mensual.

*** La inscripción entre el día 16 y 31 (ambos inclusive) supondrá la cuota de abono de medio mes.

EL ABONADO, siempre que haya disponibilidad horaria en la instalación, tendrá derecho a PISCINA (45 minutos de nado libre y 15 minutos en la piscina lúdica), GIMNASIO o SALA DE FITNESS, Pistas de TENIS, Pistas de SQUASH y Pista POLIDEPORTIVA. Y tendrá descuentos en las actividades dirigidas.

2.1- COLECTIVOS-CLUBES: Los clubes o colectivos que deseen que sus asociados puedan utilizar de forma regular las Instalaciones como abonados, deberán cumplimentarlo en el plazo establecido por SANTIAGO DEL TEIDE GESTIÓN S.L., la solicitud respectiva.

2.1.1.- Cada Colectivo-Club deberá actualizar su relación de asociados al menos una vez al año.

- Los clubes deportivos que comienzan temporada entre verano y verano renovarán en SEPTIEMBRE.

Normativa del "COMPLEJO DEPORTIVO Pancraccio Socas García" -Enero 2006-

"Pancraccio Socas García SPORT COMPLEX" Rules

- Los colectivos sociales (cruz roja, bomberos, fuerza pública, etc) renovarán en ENERO.



MEMBERS Documentation:

Residencia, NIE or Passport of each member of the family or Family book for family registrations (which includes children younger than 30 years old)

Marriage certificate

Pensioner's card for pensioners or proof of age if older than 55 years and this proof must be taken on any visit to the Complex.

The registration will be paid once.

The payment will be in either cash or via direct debit through the bank.

The monthly, quarterly and annual payments will be made before the last day of the relevant month.

To cancel your Membership, you must put it in writing to be received before the 20th of the month.

Direct Debits will be taken from your account at the beginning of every month.

Visitors who are not Members will pay for each activity.

*** Any registration made between the 1st and the 15th of each month (both inclusive) will suppose the payment of the monthly amount.

*** Any registration made between the 16th and the 31st of each month (both inclusive) will suppose the payment of half of the monthly amount.

For Members: You may be able to use the swimming pool (45 minutes free swim and 15 minutes in the Play Pool) gymnasium or fitness, tennis and squash courts, if vacant. Members will be given discount in instructed activities.

2.1- GROUPS-CLUBS: Groups or clubs that want their members to be able to regularly use and enjoy the installations as members of the Complex will have to fill in the respective form before the deadline established by SANTIAGO DEL TEIDE GESTIÓN S.L.

2.1.1.- Each group-Club will have to update its membership at least once a year.

- Sports clubs whose season starts between summer and summer will renew in SEPTEMBER.
- Social groups (red cross, firemen, police force, etc) will renew in JANUARY.

3. ACCESO A LA INSTALACIÓN/ Access to the Sport Complex:



Cada ABONADO tendrá una tarjeta de identificación sin la cual no podrá acceder a las instalaciones del complejo. Este carnet será personal e intransferible y su pérdida conllevará una penalización de 3,00 €. El uso incorrecto de la misma por parte de un cliente, podría ocasionarle la retirada de la tarjeta y restringirle la entrada a la instalación, y en caso de comportamiento reiterativo no se le permitiría definitivamente el acceso al complejo.

Las entradas puntuales:

- El acceso a la instalación será en el horario de uso de la misma.
- Se informa a toda persona que esté dentro del complejo sin la intención de realizar actividad física que deberá abandonar la instalación, exceptuando casos concretos que estime la gerencia.
- Las visitas para conocer los diferentes espacios útiles de la instalación no están permitidas.



Members will be issued an identification card to access the Complex; this card is not transferable and if lost a replacement will cost 3 euros. Its incorrect use will result in the confiscation of the card and the Member will be suspended from the Complex.

- There will be no access to the Complex out of opening hours.
- All Visitors to the Complex must have the intention of using the facilities during their visit.

4. USO DE LAS INSTALACIONES/ Use of the Sport Complex:



CONDICIONES GENERALES

- ESTÁ PROHIBIDO FUMAR EN TODA LA INSTALACIÓN.
- ESTÁ PROHIBIDA COMER CHICLE Y/O PRODUCTOS CON DESECHO (PIPAS, PISTACHO, ETC).
- El acceso a las diferentes instalaciones, sólo estará autorizado a ABONADOS mayores de 14 años, o menores de 14 años acompañados por un adulto; y a NO ABONADOS MAYORES DE 18 AÑOS.
- Cuando se accede a las salas habrá que entregar la tarjeta o el ticket al técnico. Nos reservamos el derecho a pedirle en cualquier momento el D.N.I.
- Las RESERVAS de las pistas (Tenis, Squash, Polideportiva) se realizarán dentro de los plazos establecidos (dos semanas los ABONADOS y una semana los NO ABONADOS) no pudiendo realizar los usuarios de las mismas otra reserva hasta que hayan terminado la anterior. *** En caso de no asistir y no avisar, con antelación mínima de 48 horas hábiles, a una reserva tendrá que abonar por anticipado la siguiente que realice.
- Las reservas serán de una hora y de una pista para cada usuario.
- Se recomienda a todos los usuarios que utilicen la vestimenta y calzados adecuados, así como la toalla en todos los equipamientos, actividades y espacios.
- Alquiler de Material: se podrá alquilar material deportivo (pelotas, raquetas, balones) y en caso de rotura deberá abonarse la misma según estén los precios establecidos. Para recibir el material se dejará el Carnet de Abonado o DNI, que será devuelto a la entrega del material alquilado.
- No se permite la entrada de objetos de cristal de cualquier material cortante o punzante.
- Queda prohibida la entrada con la mochila o bolsos en el interior de las Salas.
- Dentro de la instalación, exceptuando los vestuarios y la piscina, está prohibido quitarse la camisa.
- No está permitido actividades como jugar, estorbar y molestar en cualquier aparato o espacio destinado para el entrenamiento en el interior de las Salas.
- Los técnicos podrán solicitar un certificado médico a aquellos clientes "considerados de riesgo".
- Es recomendable, hidratarse antes, durante y después del ejercicio.
- Cualquier queja, sugerencia o reclamación, pueden realizarla a través del Servicio de Atención al Cliente o en el Buzón de Sugerencias.
- No está permitido dejar los bolsos fuera de las taquillas. La instalación no se responsabiliza de los objetos de valor depositados en taquillas, perdidos u olvidados en el complejo.
- La dirección de la instalación podrá suspender de modo provisional o permanente el derecho de entrada en los casos de:
 1. No traer la tarjeta de acceso a la instalación.
 2. No estar al corriente del pago de las cuotas.
 3. Incumplimiento del presente reglamento.
 4. No respetar el carácter intransferible de la tarjeta de acceso.
 5. Faltar gravemente a las normas de convivencia y civismo.
- En cualquier caso no llevará aparejado el derecho a recuperar las cuotas abonadas hasta entonces.
- Cualquier modificación respecto a la presente normativa, será comunicada con la suficiente antelación.
- **Siga en todo momento las indicaciones del Personal del Complejo Deportivo.**



General Conditions


- *It is forbidden to smoke in the Complex.*
- *It is forbidden to eat chewing gum, seeds, nuts etc*
- *The access to the installations is for family Members older than 14 years old, or younger than 14 years old accompanied by an adult and non Members older than 18 years old.*
- *Members must be older than 18 years*
- *The Membership card and the identity document are shown to the attendant.*
- *Reservations (tennis, squash and multi-sports pitch) are to be made 2 weeks in advance for Members and one week for non-Members. *** In case of not informing the Complex and not attending a reservation at least 48 hours before, the following reservation will have to be paid in advance.*
- *Any member will be able to book for one hour and one court only.*
- *Use appropriate clothing and shoes, as well as towel on all equipments and activities.*
- *Material hire: you will be able to hire sport material (balls, rackets) and in case of breaking, you will have to pay for the broken item according to the established prices. In order to collect the material, you will be asked to leave your Membership card or identity card, returned when the hired material is delivered*

Normativa del "COMPLEJO DEPORTIVO Pancraccio Socas García" -Enero 2006-

"Pancraccio Socas García SPORT COMPLEX" Rules

- *It is forbidden to bring glass, knives and guns into the Complex.*
- *It is forbidden to bring rucksacks or bags into rooms.*
- *Inside the installation, except in the swimming-pool area or changing rooms, it is forbidden to take shirts off.*
- *It is forbidden to fool-around or play in any of the rooms.*
- *The attendant can ask for a medical certificate from any Member he considers at risk.*
- *It is advised to drink water before, during and after exercises.*
- *Any complaints, suggestions or claims can be made through the Client Attention Service or Suggestions box.*
- *It is forbidden to leave bags outside lockers.*
- *The Complex takes no responsibility for valuables left in lockers, lost or forgotten in the Complex.*
- *The Complex can suspend provisionally or permanently access to anyone who:*
 - *Doesn't bring their Membership card*
 - *Doesn't pay their monthly fee*
 - *Doesn't comply with the Rules*
 - *Doesn't observe the basic community spirit within the Complex*
- *In any case the payments made until now won't be refunded.*
- *The Sport Complex will inform in advance of any change related to the present rules.*
- ***Follow in any case the instructions of the Sport Complex Personal.***


4.1. NORMATIVA ESPECÍFICA DE USO DE LA PISCINA/ Swimming pool Rules:

-  Es obligatorio el uso de GORRO, ZAPATILLAS y BAÑADOR. Se permite a los hombres Bañador (Slip) o Bermudas de Playa siempre que debajo no utilice ropa interior. A las mujeres se les permite bañador y bikini, exceptuando tangas. Está prohibido el top-less o nudismo.
- Es obligatorio DUCHARSE ANTES de bañarse en la piscina.
- Se PROHIBE utilizar CREMAS y CHAMPÚS antes de entrar al agua.
- No podrán hacer uso de las piscinas, quienes padezcan alguna enfermedad infecto-contagiosa, heridas abiertas, etc. Si el personal de la instalación tuviera fundadas sospechas de que algún usuario/a padece una infección de este tipo, podrá exigir la presentación de una autorización médica por escrito para el acceso a la piscina.
- Los familiares o acompañantes de los usuarios/as tienen prohibida la entrada a la zona de vestuarios y playa de la piscina, salvo en el caso de niños/as menores, personas de movilidad reducida o discapacitados/as, que podrán ser acompañados por un adulto en los vestuarios, si así lo precisan. En ningún caso podrán los familiares o acompañantes entrar en la playa de la piscina, a no ser que tengan permiso para ello. El lugar de espera es en la grada superior.
- No están permitidas actividades con riesgo como jugar o correr alrededor de la piscina, tirarse de cabeza, empujar o realizar juegos peligrosos.



- *It is obligatory to use a bathing cap, swimming socks and a bathing costume.*
- *Females are forbidden to go topless. Nudism is also forbidden.*
- *It is obligatory to take a shower before bathing in the swimming pool.*
- *It is forbidden to use creams and shampoos.*
- *Members who have infections or contagious illnesses and injuries are forbidden to use the Swimming pool. They may be asked for a medical authorization to use the swimming pool.*
- *Access to the changing room and swimming pool is forbidden to the families and companions except of the younger children or disabled.*
- *Waiting is to take place on the steps.*
- *It is forbidden to play or run around the swimming pool, plunge into the water, push or practice dangerous games.*

4.1.1. NORMATIVA CALLE DE USO LIBRE/ Free use lane Rules:

-  Queda prohibido cruzar las calles, agarrarse o sentarse en las corcheras.
- Los abonados y los no abonados podrán estar como máximo con 2 niños/as en la calle libre.

Normativa del "COMPLEJO DEPORTIVO Pancraccio Socas García" -Enero 2006-

"Pancraccio Socas García SPORT COMPLEX" Rules

- Cuando se utilice la calle libre deberá hacerse por el lado derecho de la misma.
- El número máximo de usuarios por calle libre será de 6.
- Los usuarios podrán utilizar dos calles. Habrá una CALLE RÁPIDA y otra CALLE LENTA. El uso de la rápida está destinada a aquellas personas que naden de forma continua.



It is forbidden to cross the lanes, to hold onto or sit on the corks dividing the lanes.

- *A maximum of 2 Members and non-Members with children in the free lane.*
- *The free lane must be used on the right side.*
- *Member's maximum for the free lane is six people.*
- *Members can use two lanes; the fast and slow lanes. The fast lane is for the people who swim continuously.*

4.1.2. PISCINA LÚDICA/ Play Pool:



- El uso de las zonas de hidroterapia estará sujeto a las recomendaciones de los técnicos deportivos.
- Es conveniente no permanecer más de 15 minutos dentro del agua, para evitar situaciones como bajada de tensión, contracturas musculares, etc.
- Es recomendable no permanecer más de 3 a 5 minutos en cada estación. La instalación tendrá el deber de comunicar a aquellas personas que hagan un uso abusivo de cada zona de trabajo, que abandonen la misma.
- No está permitido nadar, sentarse en los muros, tirarse de cabeza y todas aquellas actividades que puedan ocasionar molestia a los usuarios.



The sports technician will recommend the use of hydrotherapy zones.

- *Don't stay more than 15 minutes in the water to avoid tension setting in and muscular contractions.*
- *Don't stay more than 3 to 5 minutes at each station.*
- *It is forbidden to swim, to sit in the walls, or to plunge into the water.*

4.2. SALA DE FITNESS o GIMNASIO/ Fitness or Gymnasium:



- Utilizar TOALLA y secar el sudor en los aparatos utilizados.
- Dejar libre el aparato durante los tiempos de descanso.
- Para el bien de todos, debemos respetar la tabla de tareas que nos marca el Técnico Deportivo, y, en caso de querer cambiar o añadir algo debemos comunicárselo.
- Para los menores 18 años que quieran entrenar por su cuenta, se les facilitará un escrito que tendrá que firmar los padres o tutores autorizando el uso libre de la zona de musculación de la Sala.
- El tiempo máximo para estar en la Sala de Fitness será de 90 minutos.
- El tiempo de uso de las máquinas del gimnasio, lo marcará el Técnico Deportivo que esté responsable de la Sala en ese momento.
- Queda prohibido abarcar el uso de varios aparatos o mancuernas al mismo tiempo.
- La ocupación máxima de la sala será de 40 personas; por tanto, cuando se llegue a esta ocupación se deberá esperar al siguiente turno.



Use towels and mop up sweat.

- *Leave equipment free during your rest time.*
- *Members must be guided by the sports technician and in case of changes, this must be authorized by the sports technician.*
- *Minors who want to train on their own will be given a form to be signed by the parents or tutors, allowing the free use of the Gymnasium.*
- *The maximum time to use the fitness room will be 90 minutes.*
- *The time when the gymnasium equipment can be used will be indicated by the sports technician.*
- *It is forbidden to use several pieces of equipment at the same time.*
- *The maximum occupation is 40 people.*

4.3. SALAS DE ACTIVIDADES (Planta Alta) / Activities (high floor):



- Utilizar TOALLA y secar el sudor en los aparatos utilizados.

Normativa del "COMPLEJO DEPORTIVO Pancracio Socas García" -Enero 2006-

"Pancracio Socas García SPORT COMPLEX" Rules

- No se permite reservar aparatos o bicicletas en el comienzo de las clases.
- En la actividad de CICLISMO INDOOR para hacer uso de la bicicleta se entregará en la Sala de Fitness o Gimnasio, un número que se dará al técnico de Ciclismo Indoor al comienzo de la clase.
- Después de la sesión es conveniente secar el sudor con las toallitas dispensadas para tal efecto y dejar el mando de resistencia sin tensión.
- La bicicleta utilizada por el técnico es de uso exclusivo para el mismo.
- El uso del aparato de música está autorizado sólo al personal de la instalación.
- Recomendamos para el correcto desarrollo de la actividad ser puntuales.
- Es importante que lleves agua para hidratarte durante la actividad.



Use towels and mop up sweat.

- *It is forbidden to reserve equipment or a bicycle at the beginning of the class.*
- *Reservations to use a bicycle or Indoor Cycling activities are necessary.*
- *When the session has finished, it is necessary to mop up sweat and leave the resistance control without tension.*
- *The sports technician's bicycle is for his exclusive use.*
- *The use of the music apparatus is only for the installations personnel.*
- *Members must be punctual for all activities.*
- *It is very important for you to drink water during the activities.*

4.4. PISTA POLIDEPORTIVA/ Multi-sports pitch:



- La reserva de la pista polideportiva se hará por teléfono o en recepción:
 - Abonados: hasta dos semanas de antelación.
 - No abonados: hasta una semana de antelación.
- La reserva será de una hora.
- Para acceder a la pista deberán presentarse todos los participantes con 5 minutos de antelación, no permitiendo la entrada a un no abonado que no haya entrado con el grupo, después de la hora de comienzo de la actividad. En caso de participación de abonados y no abonados se restaría del pago la parte proporcional de los abonados.
- Los abonados deberán entregar la tarjeta de abonado en recepción para poder acceder a la pista polideportiva.
- El alquiler de la pista implica la posibilidad de utilizar los vestuarios de la instalación.
- El número mínimo y máximo de personas para la pista es: Fútbol Sala (8/12); Baloncesto (8/12); Voleibol (4/8).
- El incumplimiento de la reserva implicará que la persona que realizó la misma, no se le permitirá una posterior reserva.
- Dentro de la pista está prohibido quitarse la camisa, tirar basura, escupir en el suelo, fumar.
- Se evitarán actitudes violentas dentro de la pista.
- El incumplimiento de las normas posteriormente expuestas podrá ser objeto de una penalización.



Reservations may be made by telephone or at the reception.

- *Members two weeks in advance.*
- *Non Members one week in advance.*
- *The reservation will be made for one hour only.*
- *The players must be in the court 5 minutes before and access is forbidden after the beginning of the session.*
- *In case non members use the pitch with members, they will have to pay their proportional part.*
- *The Members must show their Membership card at the reception to access the court.*
- *The court rental implies the use of the changing room.*
- *The minimum and maximum people for the court are: Football (8/12), Basketball (8/12), Volleyball (4/8).*
- *If the reservation is not used, the Complex reserves the right to refuse another reservation.*
- *Any cancellations of reservations must be made 24 hours before their respective times.*
- *Inside the court, it is forbidden to take off clothes, litter, spit, smoke etc..*
- *Violence is forbidden on the court.*
- *All these Rules must be complied with; otherwise the Member will be penalized.*

4.5. PISTAS DE TENIS/ Tennis court:

Normativa del "COMPLEJO DEPORTIVO Pancracio Socas García" -Enero 2006-

"Pancracio Socas García SPORT COMPLEX" Rules



- La reserva de la pista de Tenis se hará por teléfono o en recepción:
 - Abonados: hasta dos semanas de antelación.
 - No abonados: hasta una semana de antelación.
- La reserva será de una hora.
- El alquiler de la pista implica la posibilidad de utilizar los vestuarios de la instalación.
- El número máximo de personas por pista será de 4.
- El incumplimiento de la reserva implicará que la persona que realice la misma, no se le permitirá una posterior reserva.
- Queda prohibido saltar por encima de la red para pasar de un lado de la pista a otro.
- Dentro de la pista está prohibido quitarse la camisa, tirar basura, escupir en el suelo, fumar.
- Se evitarán actitudes violentas dentro de la pista.
- El incumplimiento de las normas posteriormente expuestas podrá ser objeto de una penalización.



- *Reservations may be made by telephone or at the reception.*
- *Members two weeks in advance.*
- *Non Members one week in advance*
- *The reservation will be made for one hour only.*
- *The court rental implies the use of the changing room.*
- *The maximum is 4 people on a court.*
- *If the reservation is not used, the Complex reserves the right to refuse another reservation.*
- *It is forbidden to jump the net.*
- *Inside the court, it is forbidden to take off clothes, litter, spit, smoke, etc.*
- *Violence is forbidden on the court.*
- *All these Rules must be complied with; otherwise the Member will be penalized.*

4.6. PISTAS DE SQUASH/ Squash court:



- **OBLIGATORIO:**
 - **Calzado deportivo con suela de color blanco o caramelo.**
 - **Raqueta y pelotas homologadas para el Squash.**
 - **No beber ni comer dentro de la pista.**
- La reserva de la pista de Tenis se hará por teléfono o en recepción:
 - Abonados: hasta dos semanas de antelación.
 - No abonados: hasta una semana de antelación.
- La reserva será de una hora.
- El alquiler de la pista implica la posibilidad de utilizar los vestuarios de la instalación.
- El número máximo de personas por pista será de 2.
- El incumplimiento de la reserva implicará que la persona que realice la misma, no se le permitirá una posterior reserva.
- Dentro de la pista está prohibido quitarse la camisa, tirar basura, escupir en el suelo, fumar.
- Se evitarán actitudes violentas dentro de la pista.
- El incumplimiento de las normas posteriormente expuestas podrá ser objeto de una penalización.



- **COMPULSORY:**
 - **Sport shoes with white or caramel coloured sole.**
 - **Homologue Squash racket and balls.**
 - **Don't smoke or drink inside the court.**
- *Reservations may be made by telephone or at the reception.*
- *Members two weeks in advance.*
- *Non Members one week in advance*
- *The reservation will be made for one hour only.*
- *The court rental implies the use of the changing room*
- *The maximum are 2 people on the court*
- *If the reservation is not used, the Complex reserves the right to refuse another reservation.*
- *Inside the court, it is forbidden to take off the clothes, litter, spit, smoke, etc.*
- *Violence is forbidden on the court.*

Normativa del "COMPLEJO DEPORTIVO Pancraccio Socas García" -Enero 2006-

"Pancraccio Socas García SPORT COMPLEX" Rules

- All these Rules must be complied with; otherwise the Member will be penalized.

4.7. VESTUARIOS/ Changing room:



A continuación, presentamos las siguientes normas para facilitar el buen uso de los vestuarios:

- El uso de los vestuarios está destinado tanto a los abonados, como a los no abonados.
- No se podrá acceder a las zonas húmedas (duchas) con el mismo calzado que traen del exterior, se recomienda utilizar zapatillas de baño.
- Tras el uso de las duchas se deben secar en la misma ducha o en su pasillo exterior.
- Ecurrir el bañador y el pelo en la ducha (zona húmeda) para evitar mojar la seca.
- No utilizar el lavamanos para lavar las zapatillas, bañadores, etc...
- Evitar subirse a los bancos para cambiarse.
- TAQUILLAS: Una vez se haya terminado de utilizar las taquillas, éstas quedarán libres y con las llaves colocadas en el lugar correspondiente. La instalación se reserva el derecho a abrir taquillas que permanezcan cerradas después del cierre de la instalación.
- Está PROHIBIDO llevarse fuera de la instalación la llave de la taquilla.
- La rotura de una llave implica el pago de 3,00 €, ya que esto es lo que supone su sustitución.
- Sólo los niños menores de 6 años se podrán cambiar en el vestuario de distinto sexo.
- BEBÉS: En cada vestuario hay disponibles cabinas para los bebés.
- CIRCULACIÓN:
 - PISCINA: entrar al vestuario, cambiarse, utilizar las zapatillas de baño y circular por el pasillo de duchas para llegar a la piscina.
 - CANCHAS Y SALAS EXTERIORES: entrar al vestuario, cambiarse, utilizar el calzado deportivo adecuado y salir por la misma puerta de entrada para llegar a las Canchas Exteriores de la planta baja (Gimnasio, Tenis, Squash, Pista Polideportiva); o Salas de la Planta Alta (Salas de Ciclismo Indoor, Aeróbic, Artes Marciales).



The changing room is for Members and non-Members.

- When you have to use a shower, you must change into slippers
- You must dry inside the shower or in the exterior corridor.
- You must dry your bathing costume and your hair in the shower (damp zone) to avoid wetting the dry zone.
- Don't use the washbasin to wash swimming socks or bathing costumes.
- Don't stand on seats to change.
- Lockers: when you finish with the lockers, the keys are to be placed in its corresponding place.
- It is forbidden to take the keys outside the Complex.
- Breaking a key will cost 3 euros.
- Children younger than 6 years old can change in the changing room of different sexes.
- Babies: In each changing room there are cabins for babies.

Circulation

- Swimming pool: go into the changing room, change and use swimming socks and continue to the shower corridor to reach the swimming pool area.
- Courts and exterior rooms: go into the changing room, change, use sport shoes and go out through the entry door to reach the exterior courts, the lower floor (gymnasium, tennis, squash, and multi-sports pitch) or the upper floor rooms (Indoor Cycling, aerobic, martial arts).

4.8. LUDOTECA/ Playroom:



- La ludoteca está destinada a los usuarios de la instalación.
- El uso de la ludoteca está destinado a niños/niñas entre los 2 y 14 años, inclusive. También podrán estar menores de 2 años acompañados de un adulto.
- El horario de la ludoteca será de lunes a viernes de 18 a 22 horas.
- El tiempo de estancia en la ludoteca será de 2 horas.
- Los padres o tutores de los niños/as de la que se encuentren en la ludoteca deben estar localizados para cualquier incidencia.



The playroom is for the installation Members children.

- The playroom is for children between 2 and 14 years old. Also for children younger than 2 years old

Normativa del "COMPLEJO DEPORTIVO Pancracio Socas García" -Enero 2006-

"Pancracio Socas García SPORT COMPLEX" Rules

accompanied by an adult.

- *It is open from Monday to Friday from 6pm to 10pm.*
- *The maximum time is 2 hours.*
- *Parents or tutors of the child must be on the Complex.*

4.9. FISIOTERAPIA/ *Physiotherapy*:



La reserva de cualquiera de los servicios de Fisioterapia, se abonarán por adelantado.

- La suspensión de una reserva se hará con 48 horas de antelación. En caso contrario, se perderá el derecho adquirido sin devolución económica.



The physiotherapy services must be paid in advance.

- *Any cancellations of reservations must be made 48 hours before their respective times. Any reservations made and not met must be paid for.*

5. OBLIGACIONES DEL USUARIO/ *Members obligations*:



- Respetar las normas y horarios establecidos.
- Hacer buen uso de las instalaciones.
- Llevar a cabo el pago de las cuotas antes del último día de cada mes.
- Acceder al complejo con la tarjeta de acceso.
- Tener un comportamiento cívico dentro de la instalación.



Respect the Rules and opening hours.

- *Look after the Complex.*
- *Pay the monthly Membership fee before the last day of each month.*
- *Show your Membership card.*
- *Behave inside the Complex.*

COMPLEJO DEPORTIVO Pancracio Socas García

Tfno: 922-86.80.41. Fax: 922-86.18.20.

e-mail: info@santiagodelteidedeportes.com

web: www.santiagodelteidedeportes.com

C/ Lajial, 8. 38.683 Puerto Santiago (Santiago del Teide). TENERIFE