



## REGOLAMENTO INTERNO DELL'ASSOCIAZIONE SPORTIVA

### 1 - Generalità

La pratica dell'arrampicata sportiva presso le strutture della palestra è consentita previa presa visione ed accettazione firmata del presente regolamento; per i minori è necessaria l'autorizzazione firmata dai genitori.

L'accesso alla palestra è consentito esclusivamente ai soci dell'associazione sportiva e ai tesserati alla Federazione o l'ente di promozione a cui la suddetta ASD è affiliata; tali soggetti devono essere in possesso di certificato medico sportivo non agonistico o agonistico in corso di validità e possono frequentare la palestra solo nei giorni e negli orari prestabiliti.

La palestra potrà, previo avviso posto in bacheca, essere occasionalmente chiusa o parzialmente agibile (corsi di arrampicata, manifestazioni, ecc.) senza che questo comporti una riduzione del prezzo dell'abbonamento.

All'interno della palestra è vietato svolgere qualsiasi attività incompatibile con l'arrampicata sportiva; è inoltre vietato fumare o consumare cibi e bevande all'interno delle aree arrampicabili.

Tutti i frequentatori della palestra devono collaborare alla sistemazione del materiale utilizzato (materassi, corde, attrezzi ed altro) per gli allenamenti.

Durante l'attività all'interno della palestra ogni frequentatore deve adottare un comportamento educato e rispettoso degli altri utenti.

Ogni fruitore della palestra si assume ogni responsabilità per il proprio comportamento.

Chi non è in possesso dei requisiti tecnici e/o esperienza necessaria a praticare l'arrampicata sportiva dovrà categoricamente astenersi da qualsiasi manovra di salita o sicurezza ad altri e dovrà rivolgersi al personale responsabile di servizio per ricevere idonee istruzioni.

I minorenni, sotto i 14 anni, per la frequentazione della palestra, devono obbligatoriamente essere accompagnati ed assistiti da un adulto firmatario dell'accettazione del presente regolamento. L'adulto avrà la completa responsabilità del minore, di esso dovrà controllare ogni azione affinché venga rispettato il presente regolamento e affinché non incorra in possibili incidenti. I minorenni che hanno compiuto 14 anni, possono accedere alla palestra in autonomia solo se un genitore ha firmato la liberatoria, preso visione e accettato il presente regolamento.

Tutti i soci e fruitori della palestra sono responsabili della custodia e del buon uso della stessa e dei locali che ne fanno parte, nonché del mantenimento delle condizioni di pulizia, evitando di sporcare e lasciare rifiuti di qualsiasi genere.

E' facoltà del personale responsabile di allontanare dalla palestra chiunque si comporti in modo ritenuto non conforme a quanto previsto nel presente regolamento.

### 2 - Ingressi e Abbonamenti

Le quote degli ingressi singoli, corsi e abbonamenti, nonché le quote associative e di tesseramento, vengono stabilite all'inizio di ogni anno sociale. Le tessere di ingresso in abbonamento sono personali e non cedibili. E' facoltà del personale preposto l'eseguire controlli richiedendo la tessera ed eventualmente un documento ai presenti in palestra.

### 3 - Corsi e Attività

I corsi collettivi vengono attivati con un numero minimo di 4 iscritti. Il numero massimo di partecipanti può invece variare in base alla tipologia di corso e al pubblico cui si rivolge (bambini, ragazzi, adulti).

L'iscrizione al corso può considerarsi valida solo in seguito al pagamento dell'intera quota del corso. Tale quota non è rimborsabile in caso di rinuncia alla partecipazione prima dell'inizio del corso.

Non è possibile recuperare le lezioni perse, salvo casi eccezionali, ma a discrezione degli istruttori.

Il ritiro dai corsi, per qualsiasi motivo avvenga, non dà diritto al recupero della quota versata o di una sua parte.

La partecipazione ai corsi o a qualsiasi altro genere di attività è subordinata alla presentazione del certificato medico, rilasciato ai sensi del Decreto 24 aprile 2013. Il partecipante al corso si assume l'obbligo di rinnovare in tempo utile il predetto certificato medico e, in caso contrario, si assume l'obbligo a non svolgere alcuna attività sportiva nell'ambito di questa Associazione Sportiva e della Fasi/Opes, consapevole della contestuale non validità di ogni copertura assicurativa connessa.

### 4 - Regole generali

Premesso che la pratica dell'arrampicata sportiva è uno sport potenzialmente pericoloso, è fatto obbligo a tutti i frequentatori di rispettare scrupolosamente le norme di sicurezza nel seguito riportate.

Ciascun frequentatore della palestra è responsabile della corretta manutenzione ed uso della propria attrezzatura personale.

Al fine di mantenere gli ambienti in buone condizioni igieniche, è fatto obbligo a tutti gli arrampicatori il solo utilizzo di magnesite con sistema antiscivolo liquido nelle aree boulder, mentre è consentito l'utilizzo della chalk ball nelle aree lead e training o comunque durante l'utilizzo di mezzi per l'allenamento "a secco" quali campus board, travi e travetti.

### 5 - Norme di sicurezza

Si riconosce che la pratica dell'arrampicata è un'attività potenzialmente pericolosa.

I partecipanti a tale attività devono essere coscienti di questi pericoli, ed essere responsabili delle proprie azioni.

La scrivente Associazione sportiva non si rende pertanto responsabile per imperizie, mancanze di buon senso, negligenze e/o improvvisi attimi di follia dei fruitori della palestra.

Sulle pareti di arrampicata non si deve superare il numero massimo di persone che arrampicano contemporaneamente.

I frequentatori sono altresì tenuti a rispettare il proprio turno di salita e comunque attenersi a quanto indicato dal personale addetto, al fine di evitare responsabilità a lui imputabili per danni a persone e/o cose.

### 6 - Norme di sicurezza

Si riconosce che la pratica dell'arrampicata è un'attività potenzialmente pericolosa.

I partecipanti a tale attività devono essere coscienti di questi pericoli, ed essere responsabili delle proprie azioni.

La scrivente Associazione sportiva non si rende pertanto responsabile per imperizie, mancanze di buon senso, negligenze e/o improvvisi attimi di follia dei fruitori della palestra.

Sulle pareti di arrampicata non si deve superare il numero massimo di persone che arrampicano contemporaneamente.

I frequentatori sono altresì tenuti a rispettare il proprio turno di salita e comunque attenersi a quanto indicato dal personale addetto, al fine di evitare responsabilità a lui imputabili per danni a persone e/o cose.

## **7 - Regole specifiche per l'arrampicata su pareti "Lead"**

Sulle pareti fisse si può arrampicare utilizzando obbligatoriamente attrezzature e materiali (corde, imbragature, freni, moschettoni, rinvii e dispositivi di protezione della caduta) conformi all'uso specifico, in buono stato, dotati di marcatura CE.

Suddetti materiali ed attrezzature saranno utilizzati secondo le indicazioni del costruttore.

E' tassativamente vietato rimuovere, spostare o aggiungere appigli, appoggi e prese presenti sulla struttura, è vietato inoltre rimuovere, spostare o aggiungere i rinvii.

Su ciascuna via di salita è consentito arrampicare ad una sola persona per volta che potrà iniziare la salita solo quando chi lo precede sia stato calato a terra.

L'arrampicata sulle pareti lead si può svolgere in "top rope" utilizzando le corde predisposte o le proprie personali, purchè siano state agganciate ad entrambi i moschettoni presenti in sosta.

Può essere praticata l'arrampicata da primo di cordata solo dai soggetti in possesso delle opportune capacità tecniche, usando corde dinamiche personali, legate direttamente all'imbragatura con il nodo ad otto o il bulino ed utilizzando tutti i rinvii intermedi per assicurarsi correttamente con la corda.

Sulle pareti lead di arrampicata si possono utilizzare i punti intermedi di rinvio per effettuare l'assicurazione in "moulinette" o "top rope", solo se la corda è agganciata ad almeno due di essi.

Per l'assicurazione sarà utilizzabile il "GRI-GRI", o sistemi a frenata assistita equivalenti.

E' vietato arrampicare utilizzando gli appigli posti oltre i 2 metri senza l'utilizzo della corda e assicurati da un compagno.

Prima di iniziare ad arrampicare sia da primo che da secondo la coppia di arrampicatori dovrà eseguire il "partner check":

- Controllare reciprocamente che l'imbrago sia stato indossato correttamente e non presenti segni evidenti di usura
- Controllare la corretta esecuzione del nodo dell'arrampicatore e l'aggancio al punto corretto dell'imbragatura
- Controllare la chiusura dei moschettoni a ghiera semplice o doppia/tripla sicura
- Controllare il corretto inserimento e montaggio della corda nel sistema di assicurazione, oltre che il suo corretto aggancio tramite moschettone a ghiera semplice o a doppia/tripla sicura, all'anella di servizio dell'imbrago dell'assicuratore
- Verificare il corretto funzionamento del sistema di assicurazione

Rivolgersi al personale in caso di qualsiasi dubbio o anomalia.

E' vietato arrampicare sopra le persone che stazionano nella possibile area di caduta e nella direzione di caduta di chi si trova più in alto.

Qualsiasi necessità di ripristino o intervento tecnico dovrà essere tempestivamente segnalato al personale responsabile di servizio in particolare in caso di anomalie strutturali (quali viti allentate, elementi instabili, appigli che girano).

## **7 – Regole specifiche di utilizzo Autobelay**

L'utilizzo dell'autobelay è consentito solo agli autorizzati, ovvero coloro che hanno letto e accettato integralmente il presente regolamento, attraverso il quale sono stati debitamente formati sulle procedure di uso e controllo del dispositivo.

Afferrare il moschettone dell'autobelay e appoggiare il telo a terra.

Agganciare il moschettone all'anello di servizio dell'imbrago e verificarne la corretta chiusura.

Prima di iniziare la salita è obbligatorio verificare il corretto funzionamento della fettuccia (se non viene ritratta verso l'alto, non arrampicare e segnalarlo subito al personale addetto).

In caso positivo è suggerito arrampicare un paio di metri e poi lasciarsi cadere per verificare il corretto funzionamento del dispositivo e verificare di essersi realmente agganciati.

Arrampicare solamente la linea dell'autobelay onde evitare pendoli laterali. Durante la discesa non bisogna spingersi con forza lontano dalla parete.

Se durante la salita ci si accorge che l'autobelay smette di recuperare la fettuccia, interrompere la salita e agganciarsi al primo rinvio disponibile presente in parete, in attesa di supporto dal personale addetto

## **8 - Regole specifiche per l'arrampicata su pareti "Boulder"**

Prima di iniziare l'arrampicata sul boulder è indispensabile controllare la corretta posizione del materasso di protezione in modo da attirare qualsiasi tipo di caduta dal pannello.

E' vietato sostare sui materassi sottostanti il boulder.

E' vietato utilizzare il boulder indossando l'imbragatura o altri elementi che possano accidentalmente danneggiare il materasso di protezione (chiavi, moschettoni, ecc)

## **9 – Regole specifiche di utilizzo della parete "System Wall"**

Usare sempre almeno due materassi anticaduta di quelli spostabili, disponendoli in maniera ordinata e tale per cui garantiscano la sicurezza; verificare sempre prima di cominciare che non vi siano oggetti contundenti nelle vicinanze, che potrebbero risultare pericolosi in caso di caduta; è consentito arrampicare solo con le scarpette, non a piedi nudi o in calzini; è sempre consigliato svolgere gli esercizi con l'aiuto di un partner a terra che sia pronto a "parare" la caduta in caso risulti pericolosa; è consigliato infine svolgere esercizi secondo il proprio livello di abilità, aumentandone la difficoltà in maniera graduale, onde evitare rovinose e inaspettate cadute o infortuni.

## **10 – Regole specifiche di utilizzo della parete mobile "VanzWall"**

L'utilizzo della suddetta parete è consentito solo ed esclusivamente in presenza di un istruttore o di un membro del personale di sorveglianza che ha il compito esclusivo di maneggiare il quadro comandi.

Qualora queste due figure non siano disponibili perchè impegnate in altre attività, è fatto divieto l'utilizzo in maniera autonoma.

È obbligatorio l'utilizzo e l'idonea sistemazione di materassi mobili per attirare un'eventuale caduta. In caso di malfunzionamenti, ciascun utente ha il dovere di segnalarlo al personale di sorveglianza.