



Corpo y Alma è una realtà concepita con l'intento di creare un luogo con un'atmosfera confidenziale, proponendo lezioni e corsi di pilates sulle macchine, ma anche corsi strettamente legati al benessere fisico e mentale. La finalità è migliorare il benessere del proprio corpo, seguendo una formazione costante e creare un gruppo dove si lavora con affiatamento e amicizia.

## REGOLAMENTO 2021-2022

*Al fine di assicurare a tutti la massima qualità, puntualità e precisione delle attività di Corpo y Alma, i tesserati si impegnano a rispettare le seguenti norme di regolamento:*

### LE LEZIONI A CORPO Y ALMA

I corsi sono destinati **unicamente ai Tesserati di Spazio Aries** (società che gestisce il marchio Corpo y Alma), che potranno prenderne parte solo dopo aver letto e sottoscritto il presente regolamento e aver versato la **quota di tesseramento annuale di Euro 15,00**. La quota è comprensiva di assicurazione personale sugli infortuni, valevole presso tutte le sedi della Società. Il tesseramento 2021-2022 vale fino al 31 agosto 2022 ed è stipulato in affiliazione con Opes, ente di promozione sportiva. La nostra membership card interna, gratuita per i Tesserati interni affiliati ad Opes, ha la stessa validità e offre numerose convenzioni che vengono comunicate dalla direzione tramite sito internet e newsletter. Il tesserato riceverà via mail o via whatsapp la copia del modulo di tesseramento che va a sottoscrivere, a titolo di promemoria. Si richiede pertanto che, nel conferimento dei dati personali, (regolamentato dall'apposita Privacy Policy redatta secondo i dettami dell'ultimo GDPR e consegnata insieme al presente regolamento) l'indirizzo e-mail e il numero di cellulare siano attivi e regolarmente controllati.

### Lezioni di prova e calendario dei corsi

Durante l'anno è possibile accedere a un corso a corpo libero partecipando a un massimo di 4 lezioni di prova, su prenotazione, dietro corresponsione di un contributo stabilito dalla Direzione. In caso di iscrizione la tariffa applicata all'abbonamento decorrerà dalla data della lezione di prova, il cui importo viene scalato dalla quota del corso. I corsi 2021-2022 iniziano il 13 settembre 2021 e terminano il 1 giugno 2022. A seguire ci saranno i corsi estivi dal 6 giugno 2022 alla fine di agosto. Sul sito internet e in bacheca nelle sedi sono esposti i calendari che evidenziano i giorni di chiusura per festività e ponti, in cui NON si terranno lezioni. Si segnala che durante i corsi estivi gli orari dei corsi possono subire delle variazioni. Per accedere alle lezioni a pacchetto o ai corsi sui macchinari si richiede, in caso di persone che non abbiano mai fatto lezioni sulle macchine, la sottoscrizione del pacchetto introduttivo comprensivo di valutazione.

### Tipologie di abbonamento

Le tipologie di abbonamento 2021-2022 sono così suddivise: **lezioni a pacchetto o corsi**. Le **lezioni a pacchetto** (introduttivo, individuali, duetto o piccolo gruppo) sono da prenotare **ESCLUSIVAMENTE** tramite l'applicazione Sportclubby. La lezione prenotata va disdetta al massimo 24 ore prima del suo orario, altrimenti verrà conteggiata. I **corsi**, della durata trimestrale di 12 lezioni, non richiedono prenotazione e non consentono recuperi sulle lezioni perse. La scelta della tipologia di abbonamento va effettuata all'atto dell'iscrizione; non è poi più possibile modificare l'impegno di pagamento preso passando a un abbonamento di importo e durata inferiore. E' possibile invece estendere la durata dell'abbonamento versando la quota integrativa.

## **Presentazione del certificato medico di idoneità all'attività sportiva non agonistica**

Ai tesserati è richiesto un certificato medico di idoneità all'attività sportiva non agonistica in corso di validità (da presentare entro la seconda lezione dopo l'iscrizione). Nel caso in cui non si verifichi la presentazione alla seconda lezione, la Direzione effettuerà 3 solleciti. Dopo il terzo sollecito e la mancata presentazione del certificato entro 30 giorni dalla data di iscrizione, la Direzione si riserva il diritto di negare l'accesso alle attività. Si riporta la citazione del D.M. 28-2-83 "Norme per la tutela sanitaria dell'attività sportiva non agonistica" del Ministero della Sanità a cui non sono seguite integrazioni o modifiche.

*Ministro della Sanità (...) Decreta:*

*Art. 1. Ai fini della tutela della salute devono essere sottoposti a controllo sanitario per la pratica di attività sportive non agonistiche: a) (...); b) coloro che svolgono attività organizzate dal CONI, da società sportive affiliate alle federazioni sportive nazionali o agli enti di promozione sportiva riconosciuti dal CONI e che non siano considerati atleti agonisti ai sensi del decreto ministeriale 18 febbraio 1982.*

## **Struttura delle lezioni**

Tutte le lezioni hanno la durata di 55 minuti. Si raccomanda la puntualità nell'accedere alle lezioni, per non disturbare il lavoro degli altri allievi e dell'insegnante. Gli orari di inizio e fine delle lezioni possono essere elastici nel limite di qualche minuto, si raccomanda tolleranza e comprensione verso chi sta terminando la lezione e rispetto per chi si accinge a entrare a quella successiva.

Per esigenze organizzative la direzione di Corpo y Alma si riserva il diritto di effettuare variazioni sui programmi in merito a orari, sedi, corsi e insegnanti. Gli insegnanti potranno essere sostituiti in caso di malattia, gravidanza o assenza per motivi professionali.

I **corsi** partono e si svolgono con un minimo di 4 iscritti. In caso di mancato raggiungimento del numero minimo o in caso di perdita del numero minimo durante l'anno per scadenza naturale di abbonamenti, verrà proposto ai restanti un trasferimento a un altro corso a scelta di pari durata e valore, secondo disponibilità, anche eventualmente in altra fascia oraria. In nessun caso verranno restituite le quote di partecipazione.

Il trasferimento a un altro corso o la modifica del pacchetto acquistato è possibile solo fino a 2 settimane dopo la prima lezione frequentata. Passato questo termine non sarà più possibile, a meno che non ci siano gravi e comprovati impedimenti che verranno valutati dalla Direzione, che non comprendono variazioni nelle condizioni lavorative o abitative del tesserato.

Se si verifica il caso di un solo iscritto presente a lezione e tutti gli altri iscritti della classe assenti (il corso collettivo diventerebbe quindi una lezione privata), la lezione è possibile che venga cancellata dalla direzione. Se le assenze sono preannunciate, la cancellazione verrà effettuata e comunicata per tempo prima dell'inizio della lezione. Se il tesserato è già presente in struttura, se vuole può partecipare a una lezione che si svolge in contemporanea a quella cancellata, se c'è. Da 2 presenti in poi la lezione viene garantita. E' buona norma, in caso di assenze prolungate, avvisare la segreteria.

In caso di assenza prolungata dalle lezioni (oltre un mese), l'insegnante si riserva il diritto di riassegnare il tesserato a un altro corso anche di livello didattico inferiore e di sconsigliare la ripresa della frequenza sul corso scelto in origine, per non pregiudicare la didattica dell'intero gruppo e l'apprendimento del singolo.

## **PAGAMENTI DELLE LEZIONI**

È possibile iscriversi versando degli acconti sulle tariffe totali degli abbonamenti (l'importo degli acconti è deciso a discrezione della Direzione). La suddivisione in acconti è una facilitazione per il tesserato che è comunque tenuto, indipendentemente dalla frequenza alle lezioni, a mantenere l'impegno preso in sede di iscrizione, saldando le tranches di pagamento alla loro scadenza.

**Il saldo sulla quota dei pacchetti o dei corsi deve essere corrisposto entro e non oltre il 30 settembre 2021.**

In ogni caso, le quote di iscrizione in scadenza devono essere rinnovate entro e non oltre 5 giorni successivi alla data di scadenza. In caso di controversie per morosità, si considera di competenza il Foro di Milano.

Gli acconti corrisposti per l'iscrizione a un corso possono essere, secondo precisi accordi con la direzione, spostati su altre attività, ma in nessun caso possono essere restituiti.

In caso di chiusura del centro disposta dalla legge o comunque dovuta a cause di forza maggiore (come a titolo di esempio epidemie, pandemie, alluvioni, terremoti o altre calamità naturali, guerre, disastri nucleari, emergenze sanitarie ecc) le lezioni, se possibile, proseguiranno online. Gli iscritti potranno accedere alla piattaforma di erogazione indicata da Corpo y Alma tramite supporto di loro proprietà (cellulare, tablet o computer). Le lezioni online si intendono sostitutive a tutti gli effetti delle lezioni in sala, anche in caso di abbonamento che preveda lezioni sui macchinari (il numero e la tipologia delle lezioni rimanenti al momento della chiusura verrà infatti adattato all'offerta online). Corpo y Alma si impegna ad assistere tutti gli iscritti affinché possano acquisire le competenze necessarie all'accesso al servizio.

L'esistenza di un'offerta online per il corso a cui si è iscritti o per un corso di pari livello e disciplina preclude ogni possibilità di richiedere rimborso totale o parziale del corso stesso, indipendentemente dall'effettiva fruizione delle lezioni online o dall'eventuale scelta dell'utente di non usufruire di questa possibilità e indipendentemente dagli adattamenti di esecuzione della disciplina, infatti la pedagogia e la struttura del corso stesso potranno essere modificate e adattate alla mancanza di attrezzatura prevista per tale disciplina, avvalendosi di strumenti a disposizione a casa.

**IN CASO DI GRAVE E COMPROVATA MALATTIA, SE COMUNICATA TEMPESTIVAMENTE CON LA PRESENTAZIONE DEL CERTIFICATO MEDICO, L'ABBONAMENTO PUÒ ESSERE SOSPESO a partire dalla data del certificato medico e per un periodo di tempo da concordare con la direzione oppure ceduto a terzi. In caso di cessione, il nuovo frequentante deve sottoscrivere il tesseramento versando la quota corrispondente per l'anno in corso. Il recupero può essere effettuato entro e non oltre i 12 mesi dalla data di sospensione. Se questo periodo prosegue nell'anno sportivo successivo, il tesserato deve corrispondere nuovamente la quota di tesseramento annuale.**

## **RECUPERI DELLE LEZIONI**

Le lezioni perse dal tesserato per motivi personali NON potranno essere recuperate, per ragioni sanitarie. Per le lezioni cancellate dalla direzione verrà proposto un recupero.

## **USO DELLO SPAZIO**

Prima di accedere agli spazi interni è obbligatorio cambiare le scarpe e, se necessario, indossarne un paio adatte all'attività da svolgersi, lasciando le scarpe utilizzate all'esterno nelle scarpriere all'ingresso.



Si raccomanda un comportamento rispettoso verso le strutture e gli spazi, con particolare attenzione alla pulizia nei locali.

Durante le lezioni gli allievi dovranno indossare un abbigliamento adeguato all'attività, secondo le indicazioni dell'insegnante. Sulle macchine è obbligatorio l'uso di asciugamano personale e calze.

Eventuali ospiti possono assistere alle lezioni solo in casi particolari su autorizzazione dell'insegnante e previo accordo degli altri partecipanti.

I cellulari devono essere tenuti in modalità silenziosa, per non disturbare la lezione.

E' possibile utilizzare supporti di ripresa foto/video durante le lezioni solo con l'autorizzazione dell'insegnante e dei compagni di corso e solo per utilizzo personale didattico. Qualsiasi pubblicazione online del materiale deve essere autorizzata dai soggetti ritratti ai sensi dell'Art.13 del Codice in materia di protezione dei dati personali (D. Lgs. n. 196/2003).

### **E' vietato fumare in tutti gli spazi e i locali della struttura.**

La Direzione di Corpo y Alma declina ogni responsabilità per gli oggetti lasciati incustoditi e/o smarriti durante le lezioni. Gli oggetti e indumenti ritrovati nei locali di Corpo y Alma saranno conservati per 4 settimane.

Si comunica che la struttura è sottoposta a videosorveglianza per motivi di sicurezza ai sensi dell'Art.13 del Codice in materia di protezione dei dati personali (D. Lgs. n. 196/2003).

**Al fine di rispettare la quiete dei condomini, si prega di non sostare sul marciapiede antistante oltre le ore 21.**

### **SPECIFICHE NORME ANTI COVID-19**

- E' consentito l'ingresso in struttura non prima di dieci minuti rispetto all'inizio della lezione. Non sarà possibile attendere in reception; in caso di anticipo attendere fuori.
- E' consentito l'accesso a chi presenta una temperatura corporea inferiore ai 37,5 gradi. Verrà ogni volta misurata all'entrata.
- E' consentito l'accesso solo a chi è in possesso di Green Pass valido. Verrà verificato tramite scansione del QR-Code con apposita App.
- E' consentito l'ingresso solo a chi ha compilato e firmato l'apposita autodichiarazione anti-COVID al primo accesso, con cui ci si impegna a informare la struttura in caso di contatti con casi accertati, sospetti o probabili nei 14 giorni precedenti.
- Gli spogliatoi sono accessibili a un massimo di 2 persone alla volta. Sarebbe pertanto preferibile arrivare in struttura già pronti per l'attività sportiva, dotati di una borsa in cui riporre i propri effetti personali per sveltire i tempi di permanenza negli spogliatoi. Non è consentito portare in sala la borsa con cui si arriva dall'esterno.
- Una volta in struttura, indossa la mascherina fino all'inizio dell'attività, rispetta la segnaletica, igienizzati le mani (il gel lo troverai a disposizione), mantieni la distanza di sicurezza (1 metro negli spazi comuni, 2 metri in sala) e dotati della tua borraccia personale.



- Porta un telo da stendere sul macchinario o sul tappetino per i corsi a corpo libero, oppure porta il tuo tappetino personale.
- Cosa fa Corpo y Alma per te
  - Abbiamo organizzato il palinsesto corsi in modo da prevedere una pausa tra un corso e l'altro che ci consente di sanificare gli spazi, la capienza massima di ogni corso è stata ridotta al fine di garantire il rispetto delle misure di distanziamento.
  - Provvediamo a una quotidiana pulizia approfondita. Dopo ogni passaggio di persone provvediamo a sanificare ogni ambiente, oggetto o superficie con apposita tecnologia a vapore con idonei prodotti in grado di abbattere la carica microbica di batteri e virus; provvediamo quotidianamente alla raccolta e smaltimento dei rifiuti in modo differenziato.

Il presente regolamento va accettato e sottoscritto all'atto dell'iscrizione, con accettazione e presa d'atto.

Il mancato rispetto del presente regolamento potrà comportare il diritto da parte di Spazio Aries di approvare l'allontanamento del Tesserato, senza restituzione della quota di tesseramento né della quota di iscrizione ai corsi.