

Protocolo del gimnasio de la Secretaría Distrital de Ambiente



SECRETARÍA DE
AMBIENTE



Protocolo del gimnasio de la Secretaría Distrital de Ambiente

La Dirección de Gestión Corporativa, a través del equipo de Seguridad y Salud en el Trabajo, en su propósito de brindar un espacio de bienestar y esparcimiento que potencie el desarrollo físico, emocional y cognitivo, y mitigue el sedentarismo entre los funcionarios y contratistas de la entidad, pone a disposición de los colaboradores las instalaciones del gimnasio.

Para su correcto funcionamiento, se han dispuesto los siguientes lineamientos:

- 1.Generalidades**
- 2.Horarios**
- 3.Acompañamiento y asesoría deportiva**
- 4.Deberes de los usuarios del gimnasio**
- 5.Prohibiciones**

1.Generalidades

- Los usuarios deben seguir las recomendaciones de su médico tratante y/o entrenador físico personal.
- El gimnasio tiene una capacidad para el entrenamiento en simultáneo de máximo 8 personas.
- Quien desee hacer uso de las instalaciones del gimnasio debe agendar su turno de manera digital, con 24 horas de anticipación, en el Formato de registro de ingreso y permanencia en el gimnasio de Google Drive.
- Los baños del sótano cuentan con duchas, las cuales estarán habilitadas para el aseo personal de los usuarios. Se recomienda llevar implementos como jabón, shampoo, toalla de cuerpo y sandalias.

2.Horario

De lunes a viernes:

6:00 a. m. a 6:45 p. m., en jornada continua



3. Acompañamiento y asesoría deportiva

Los funcionarios y contratistas de la entidad podrán recibir acompañamiento y asesoría deportiva por parte de un profesional en Ciencias del Deporte, en los siguientes horarios:

Lunes, miércoles y viernes de 7:30 a. m. a 10:00 a. m.
Martes y jueves de 4:00 p. m. a 6:30 p. m.

4. Deberes de los usuarios

- Portar ropa y calzado adecuado para la práctica de actividades físicas
- Hacer uso de las instalaciones y los equipos en el horario establecido
- Dejar los accesorios en su lugar después de su uso
- Diligenciar la planilla de asistencia antes de ingresar al gimnasio
- Tener en cuenta las indicaciones de cada máquina para su correcto uso

5. Prohibiciones

- Ingresar animales de compañía
- Comercializar cualquier clase o tipo de producto y/o servicios
- Agredir de forma física o verbal a otros colaboradores
- Fumar y/o ingresar bajo los efectos de bebidas embriagantes o de sustancias psicoactivas
- Consumir alimentos dentro de las instalaciones
- Dirigir el entrenamiento de otro colaborador

