



STUDIO / GROUP EXERCISE GUIDELINES

GENERAL

- Be courteous to other members.
- Please secure your valuables. YMCA not responsible for lost or stolen items.
- Use of group exercise equipment is reserved for class or personal training sessions only.
- Food, gum and glass bottles are not permitted. Sports drinks and water are permitted in non-glass resealable containers.
- Reservations may be required for certain areas of the facility and for certain classes.
- Members may not record group exercise classes without the prior consent of management.
- Members and participants are required to follow the YMCA Code of Conduct at all times.

YOUTH FITNESS

- Youth 12 years of age and older may attend group fitness classes on their own if following rules and etiquette.
- Kids Cardio Club (8-11 years) is available at select locations; contact the front desk for availability and details. Restrictions apply.

GROUP EXERCISE ETIQUETTE

- Please arrive to class early to allow time to set up without disrupting others.
- Please silence your phone and take phone calls in the lobby or outside only.
- Please do not use personal music devices during class.
- Wipe down and put away all equipment after use.
- Proper workout attire is required including closed toe, non-skid shoes. Shirts must be worn at all times.
- For safety, all participants must follow the instructor's guidance – no personal workouts during class.
- If you must leave early, please do so quietly and without disrupting others.
- When class ends, please exit the room promptly and continue any conversations outside so the next class can set up.



To review our member code of conduct, please scan the QR code.



REGLAS Y ETIQUETA PARA CLASES GRUPALES

GENERAL

- Sé amable y respetuoso con otros miembros.
- Asegura tus pertenencias. El YMCA no se hace responsable por artículos perdidos o robados.
- El uso del equipo de ejercicio grupal es únicamente para las clases o entrenamientos personales.
- No se permite comida, chicle ni botellas de vidrio. Se permiten bebidas deportivas y agua en envases resellables que no sean de vidrio.
- Algunas áreas de la instalación y ciertas clases pueden requerir reservación.
- No se permite grabar clases grupales sin autorización previa de la administración.
- Todos los miembros y participantes deben seguir el Código de Conducta del YMCA en todo momento.

APTITUD JUVENIL

- Jóvenes de 12 años o más pueden asistir a clases grupales por su cuenta, siempre y cuando sigan las reglas y la etiqueta.
- El "Kids Cardio Club" (para niños de 8 a 11 años) está disponible en algunas sucursales; pregunta en la recepción para saber disponibilidad y detalles. Aplican restricciones.

ETIQUETA EN CLASES GRUPALES

- Llega a clase con tiempo suficiente para acomodarte sin interrumpir a los demás.
- Pon tu teléfono en silencio y toma tus llamadas únicamente en el lobby o afuera.
- No uses dispositivos de música personales durante la clase.
- Limpia y guarda todo el equipo después de usarlo.
- Se requiere ropa deportiva adecuada, incluyendo zapatos cerrados y antiderrapantes. Siempre debes usar camiseta.
- Por seguridad, todos los participantes deben seguir las instrucciones del instructor. No se permiten ejercicios o rutinas personales durante la clase.
- Si necesitas salir antes, hazlo en silencio y sin interrumpir a los demás.
- Al terminar la clase, por favor salgan del salón y sigan platicando afuera para que la siguiente clase pueda prepararse.



Para revisar nuestro Código de Conducta para miembros, por favor escanea el código QR.