

Lineamientos Generales

Tu bienestar es prioridad para nuestra institución, es por ello que día a día buscamos generar nuevas iniciativas que contribuyan a desarrollar y fortalecer las diferentes dimensiones del bienestar: físico, emocional, intelectual, espiritual, social, ocupacional y financiero.

En esta ocasión traemos para ti **Gympass**, plataforma que ofrece acceso a una gran selección de gimnasios, estudios, clases dirigidas, entrenamientos personales y diversas aplicaciones para el cuidado de tu salud.

Esta plataforma está **habilitada** para todas y todos nuestros profesores y colaboradores del Tec de Monterrey con contrato indeterminado y determinado - a excepción de personal sindicalizado y profesores de cátedra.

Lineamientos generales:

- Podrás tener **acceso de manera gratuita a 10 aplicaciones** dentro de un plan digital en Gympass, enfocadas a tu bienestar físico, nutricional, mental y financiero, **así como a 5 clases de acondicionamiento físico en línea** a la semana de lunes a viernes.
- Contarás con la oportunidad de adquirir diferentes **planes con un costo preferencial** que te dará acceso a múltiples apps, gimnasios, estudios y clases en diversas disciplinas.
- Para el **pago de algún plan con costo adicional**, será necesario colocar en tu registro información de una tarjeta de crédito.
- **Contarás con un ingreso (check in) de gimnasio o estudio al día**, el cual podrás utilizar para una clase en vivo, una sesión de entrenamiento personal o ingresar a algún gimnasio o estudio de tu preferencia. Ejemplo: Si por la mañana reservas con tu entrenador personal, ya habrás ocupado tu pase del día y no podrás volver a reservar alguna clase en vivo con entrenador personal o acudir de manera física a algún gym o estudio hasta el siguiente día.
- Podrás **pausar tu plan**, sin ningún cargo extra:
 - Por un mínimo de 15 días y un máximo de 60 días, comenzando el día siguiente a la solicitud. Esto significa que no puedes programar una pausa con antelación y siempre tendrás que pedirla el día anterior a cuando desees que empiece.



- Una vez tu plan esté pausado, recibirás un crédito en tu cuenta Gympass, proporcional a los días restantes de tu mensualidad activa.
- Al final de la pausa realizada, tu plan se reactivará de forma automática, recibirás un email 7 días antes informando que el plan se reactivará.
- Si tu plan está pausado, y deseas reactivarlo, podrás hacerlo en cualquier momento.
- Podrás **cambiar tu plan** a uno de mayor costo en cualquier momento y verás reflejado el cobro de la parte proporcional del plan que hayas elegido.
- Podrás **elegir un plan de menor costo** cuando sea necesario.
- En caso de que contrates algún plan con costo preferencial, **3 familiares podrán tener acceso a obtener este beneficio, pagando su membresía** con el mismo costo preferencial.
- Podrás **cancelar tu plan**, considerando:
 - Cancelar el plan al menos 48hrs antes de la fecha de renovación para que se procese correctamente.
 - Tu cancelación se quedará programada para el final de la mensualidad, con lo que podrás utilizarlo hasta entonces.
 - Recibirás un email de confirmación una vez solicitada la cancelación.

Proceso para participar:

1. Conoce los lineamientos generales mencionados en este documento.
2. Ingresa a: mitec / **work@tec** /Bienestar y Flexibilidad/Gympass.
3. Sigue las indicaciones del manual de registro para cuidar tu bienestar integral.
4. ¡Disfruta y vive esta experiencia al máximo!

¡Tu bienestar es primero!

- Si requieres asesoría o apoyo sobre esta guía, acércate con **TECservices**, con gusto te orientará.
- **Si eres líder**, te invitamos a que conozcas la oferta y promuevas la participación con tu equipo para incentivar su bienestar.

