

REGOLAMENTO WELL AND FIT

COVID-19

Valido dal 24 agosto 2020

Affinché gli accessi alla palestra avvengano in modo ordinato, al fine di evitare assembramenti e rispettare il distanziamento interpersonale di almeno 1mt abbiamo deciso di organizzare gli accessi nel seguente modo:

TURNI DI 1H E 30'

L'accesso alla palestra verrà regolato da turni in cui potrete accedere agli spogliatoi per cambiarvi, allenarvi e fare la doccia (chiediamo la gentilezza di usufruire delle docce **solo** in caso di estrema necessità, ad esempio andare al lavoro o ad una visita).

MASSIMO 15 PERSONE PER TURNO per garantire la distanza minima obbligatoria sia negli spogliatoi che durante l'allenamento in sala.

MASSIMO 4 ALLENAMENTI a settimana, così da garantire a tutti i clienti una frequenza costante.

CORSI: MASSIMO 22 PERSONE A LEZIONE

INGRESSO AL CENTRO FITNESS:

- L'accesso è consentito se protetti da mascherine chirurgiche (o analoghe mascherine consentite) che dovranno essere indossate anche durante la permanenza nelle aree comuni.
- Verrà consegnato a ciascun cliente il regolamento e verrà fatto firmare un modulo che ne attesti la consegna.
- All'ingresso dovrete **disinfettare** le mani.

NON È CONSENTITO L'ACCESSO:

- A chi è attualmente positivo al COVID-19 o chi è in isolamento cautelativo.
- A chi presenta temperature maggiori di 37,5°.
- Chi ha avuto contatti stretti con casi sospetti o confermati di COVID-19 negli ultimi 14 giorni.
- A chi ha sintomi simili influenzali come febbre, tosse, difficoltà respiratorie, raffreddore.

IN SPOGLIATOIO:

- Le **distanze** da mantenere saranno indicate da apposita segnaletica sulle panche.
- Tutti i vostri indumenti o oggetti di valore dovranno essere chiusi nel vostro **borsone**, inseriti in una **busta** e riposti negli **armadietti** indicati.
- Utilizzare le docce **solo** in caso di estrema necessità.

IN SALA:

- Prima di accedervi dovrete **disinfettare** nuovamente le **mani** e utilizzare esclusivamente **scarpe pulite**.

- È necessario indossare la **mascherina** durante tutti gli spostamenti, non è obbligatorio durante l'esercizio.
- È obbligatorio **sanificare** ogni attrezzo subito dopo averlo utilizzato.
- Vietato portare bevande e alimenti dall'esterno.
- È consigliabile tra l'utilizzo di un attrezzo e l'altro utilizzare i gel idroalcolici per sanificare le mani.
- È necessario mantenere la **distanza** di 1 m durante gli spostamenti, di 2m durante l'attività fisica.
- È obbligatorio l'utilizzo di una **salvietta personale** per poter utilizzare ogni attrezzo.
- Dopo 90 minuti dall'accesso al Centro è tassativamente obbligatorio uscire, pertanto vi chiediamo di recarvi in spogliatoio almeno 10 minuti prima dell'uscita prevista dal turno.
- Non è consentito introdurre in palestra alimenti o bevande provenienti dall'esterno e condividere borracce, bottiglie, bicchieri.
- Non è consentito lo scambio tra operatori sportivi e persone presenti nel sito sportivo di dispositivi quali smartphone, tablet o qualsiasi altro oggetto personale, questo vale anche per i clienti (esclusi i congiunti).
- Non è consentito toccare oggetti e segnaletica fissa.

SARÀ OBBLIGATORIO PORTARE:

- Scarpe da ginnastica pulite
- Salvietta
- Mascherina
- Guanti in caso di tagli o abrasioni

N.B: IN CASO DI DIMENTICANZA NON POTREMO FARVI ACCEDERE ALLA SALA

PULIZIA E DISINFEZIONE:

La pulizia degli spogliatoi, dei servizi igienici e degli armadietti, così come delle sale fitness avverrà ad ogni cambio turno; la disinfezione avverrà dopo la chiusura, compresi gli armadietti come da ordinanza regionale.

Verrà inoltre garantita la frequente pulizia e disinfezione dell'ambiente, degli oggetti e superfici maggiormente esposte al contatto di più persone o più frequentemente manipolate.

Verrà garantita ad ogni cambio turno per una durata di 15 minuti l'areazione naturale in tutti gli ambienti dotati di aperture verso l'esterno.

È garantita la manutenzione/sostituzione periodica dei pacchi filtranti dell'aria in ingresso.

Negli spogliatoi e servizi igienici verrà mantenuta areazione naturale oltre che attraverso estrattori meccanici in funzione per l'intero orario di apertura del centro.

AL FINE DI EVITARE CONDIZIONI DI ASSEMBRAMENTO E AGGREGAZIONI, E FINO AD ESAURIMENTO DEI POSTI DETERMINATI, PER ACCEDERE E ALLENARSI NEL CENTRO FITNESS SARÀ OBBLIGATORIO PRENOTARE IL PROPRIO TURNO TRAMITE IL SITO INTERNET:
www.wellandfitnoceto.it

Per correttezza nei confronti degli altri clienti è obbligatorio annullare la prenotazione **24 h prima**; (sia corsi che sala pesi) pena pagamento dell'ingresso pari a 10 euro

Per maggiori informazioni consultare il sito internet della palestra o telefonare al numero:
0521-628443

STAFF WELL AND FIT