

Gentili Abbonati,

Vi raccomandiamo l'osservanza delle disposizioni contenute nel D.L. n. 65 del 18.05.2021 e nelle Linee Guida per l'attività sportiva di base e l'attività motoria in genere redatte ai sensi del D.L. n. 52 del 22.04.2021;

- a) È obbligatorio usare sempre la mascherina. Puoi toglierla solo mentre ti alleni sul posto mantenendo almeno due metri di distanza dagli altri (ad es. sugli attrezzi), devi invece usarla anche durante l'allenamento se ti sposti da una postazione o un attrezzo di allenamento all'altro;
- b) Lava frequentemente le mani anche attraverso le soluzioni disinfettanti messe a disposizione dal centro fitness;
- c) Mentre non stai svolgendo attività fisica mantieni una distanza interpersonale di almeno un metro;
- d) Durante lo svolgimento di attività fisica mantieni una distanza interpersonale di almeno due metri;
- e) Non creare assembramenti;
- f) Recati nel Centro Fitness indossando già l'abbigliamento sportivo o in modo tale da utilizzare gli spazi comuni per cambiarti, munendoti di buste sigillanti per la raccolta di rifiuti potenzialmente infetti (es. fazzoletti monouso, mascherine/respiratori);
- g) Negli spogliatoi utilizza la mascherina e mantieni una distanza interpersonale di almeno un metro. E' vietato far uso di applicativi comuni, quali asciugacapelli, ecc. che al bisogno dovrai portarti da casa;
- h) Non lasciare in luoghi condivisi con gli altri indumenti indossati per l'attività fisica, riponili in zaini o borse personali e, una volta rientrato in casa, lavalvi separatamente dagli altri indumenti;
- i) Puoi prenotare il tuo allenamento tramite l'area personale;
- j) Puoi verificare l'affluenza prima di recarti nel centro fitness tramite il sito web;
- k) Ti saremo grati se conterrai il tuo allenamento entro un arco temporale di 75 minuti;
- l) È obbligatorio, dopo ogni utilizzo, pulire le macchine, superfici e attrezzi utilizzati con i disinfettanti messi a disposizione dal centro fitness;
- m) Utilizza, se possibile, i tuoi tappetini; se invece utilizzi quelli messi a disposizione dal centro fitness, igienizzali obbligatoriamente prima e dopo la sessione di allenamento;
- n) Starnutisci e/o tossisci in un fazzoletto evitando il contatto delle mani con le secrezioni respiratorie (se non hai un fazzoletto starnutisci e/o tossisci nella piega interna del gomito);
- o) Getta subito negli appositi contenitori i fazzolettini di carta o altri materiali usati;
- p) Bevi sempre da bicchieri monouso o bottiglie personalizzate;
- q) Non consumare cibo negli spogliatoi e all'interno degli spazi dedicati all'attività sportiva;
- r) Disinfetta i tuoi effetti personali e non condividerli (borracce, fazzoletti, attrezzi, ecc.);
- s) Non toccarti mai occhi, naso e bocca con le mani;
- t) Non toccare oggetti e segnaletica fissa;
- u) E' vietato lo scambio di dispositivi (smartphone, tablet, ecc.) e di attrezzi tra operatori sportivi e persone presenti nel Centro Fitness;
- v) Al momento l'utilizzo delle docce è vietato dalle norme sopra indicate;
- w) Chi ha un'infezione respiratoria caratterizzata da febbre (maggiore di 37,5° C) o altri sintomi influenzali (tosse, difficoltà respiratorie) deve rimanere presso il proprio domicilio, mettendone al corrente il proprio medico di medicina generale e il medico sociale. Vi è anche l'obbligo di comunicare eventuali contatti con persone positive al virus avuti nei 14 (quattordici) giorni precedenti, rimanendo al proprio domicilio secondo le disposizioni dell'autorità sanitaria. Vi è altresì l'obbligo di avvisare tempestivamente e responsabilmente dell'insorgere di qualsiasi sintomo influenzale, successivamente all'ingresso nel Centro Fitness, durante l'allenamento, avendo cura di rimanere ad adeguata distanza dalle persone presenti.

Vi chiediamo di attenervi alle disposizioni che verranno impartite dal personale per far rispettare le prescrizioni sopra indicate.