

REGOLAMENTO RIAPERTURA FLYRON

1. L'accesso e l'uscita saranno consentiti muniti di mascherina, rispettando le distanze di sicurezza interpersonale. La mascherina verrà tolta durante l'allenamento.
2. Gli uomini accederanno ed usciranno dalla reception. Le donne accederanno dalla reception ed usciranno dall'uscita di sicurezza mediante percorso segnalato.
3. Si potrà accedere compilando un'autocertificazione che forniremo all'ingresso il primo giorno. Vi verrà data una copia che porterete compilata ogni volta che farete ritorno in palestra.
4. I gruppi saranno di max 12 persone per le attività di allenamento funzionale (ginnastica) e di 9 per ginnastica al palo. Lo spazio di sicurezza sarà di 6 mq a persona (2 mq in più rispetto a quello obbligato dalla legge) e sarà delimitato da segnaletica.
5. Sarà obbligatorio il cambio delle scarpe da usare esclusivamente in palestra. Il cambio avverrà all'ingresso e le proprie scarpe dovranno essere riposte in un sacchetto personale da mettere nel proprio borsone.
6. Non sarà consentito sostare nella reception se non per rinnovi o informazioni.
7. Sanificare le mani prima di passare il tornello per il controllo accessi, mediante dispenser che metteremo a disposizione.
8. Si consiglia di venire già cambiati per allenarsi e di evitare le docce.
9. L'accesso agli spogliatoi maschili sarà di max 11 persone, quelli femminili max 10 persone. Troverete segnaletiche sulle panche che delineano gli spazi che ognuno potrà utilizzare.
10. Le docce si potranno usare in quanto rispettano le linee guida generali di distanza e sicurezza.
11. E' vietato portare nelle sale oggetti personali, che dovranno essere riposti nei propri borsoni i quali vanno lasciati negli armadietti (si consiglia l'uso di un lucchetto personale) o sul piano superiore delle panche.
12. Non potranno essere usati i fono della palestra. Per necessità si potrà usare un fono personale.
13. Le lezioni avranno una durata di 50 minuti e ci saranno 15 minuti di pausa tra una lezione ed un'altra.
14. A fine lezione è obbligatorio disinfettare gli attrezzi utilizzati con prodotti messi a disposizione.
15. E' obbligatorio l'uso di asciugamano ampio e/o tappetino personale, senza il quale non si potrà accedere alla struttura per allenarsi.
16. I mesi di chiusura saranno recuperati a partire dal 3 giugno 2020.
17. Per tutti i corsi è obbligatoria la prenotazione tramite APP PALESTRE.
18. E' obbligatorio mantenere costantemente le distanze di sicurezza previste dalla legge.
19. Si ricorda l'OBBLIGO del certificato medico, senza il quale non si potrà accedere alle lezioni.
20. Se ci si prenota e non si viene a lezione, verrà comunque considerata la presenza.

IL NON RISPETTO DELLE REGOLE EQUIVALE ALL'ESCLUSIONE DALLA LEZIONE.

Certi che ognuno di noi avrà cura della propria sicurezza e salute, vi auguriamo una buona ripresa delle attività. Insieme ce la faremo.