



Linee guida per l'attività sportiva di base e l'attività motoria in genere / COVID-19

FITNESS POINT

Premessa:

- Il corretto utilizzo della mascherina al di fuori dello svolgimento dell'attività fisica
 - Il rispetto del divieto di assembramento
 - Il mantenimento delle regole di distanziamento prima, durante e dopo l'attività fisica
 - la buona pratica di frequente disinfezione delle mani
- sono aspetti che dipendono unicamente dalla responsabilità individuale di ogni Socio.

1. Accesso al Fitness Point

L'ingresso al Fitness Point dovrà avvenire su prenotazione, tramite la piattaforma WanSport appositamente creata per questa fase che pianificherà, su base oraria, gli accessi in modo di evitare condizioni di assembramento e aggregazioni sia per la sala fitness che per la piscina coperta.

Orari della palestra: dalle 8,30 alle 14,30 e dalle 17,30 alle 21,30.

Orari della piscina coperta: dalle 9,00 alle 14,00 e dalle 17,00 alle 21,00

2. Spogliatoi e docce

- a) L'accesso agli spogliatoi dovrà avvenire in modo di assicurare le distanze di almeno 1 metro, e finché possibile indossando la mascherina, ad eccezione delle persone che in base alle disposizioni vigenti non siano soggette al distanziamento interpersonale; detto ultimo aspetto afferisce alla responsabilità individuale.
- b) È consigliabile, per quanto possibile, arrivare nel sito già vestiti adeguatamente alla attività che si andrà a svolgere per limitare il più possibile la permanenza negli spogliatoi.
- c) Sarà garantita la periodica pulizia e disinfezione degli ambienti.

3. Accesso alle sale fitness

- a) Mantenere il distanziamento di almeno 1 metro quando non si svolge attività fisica
- b) Mantenere il distanziamento di almeno 2 metri durante l'attività fisica

4. Utilizzo degli attrezzi e delle macchine

- a) Per utilizzare gli attrezzi è obbligatorio un telo / salvietta.
- b) Dopo l'utilizzo da parte di ogni singolo soggetto, si provvederà alla disinfezione della macchina o degli attrezzi usati, si prega di collaborare in tal senso con l'assistente di sala.