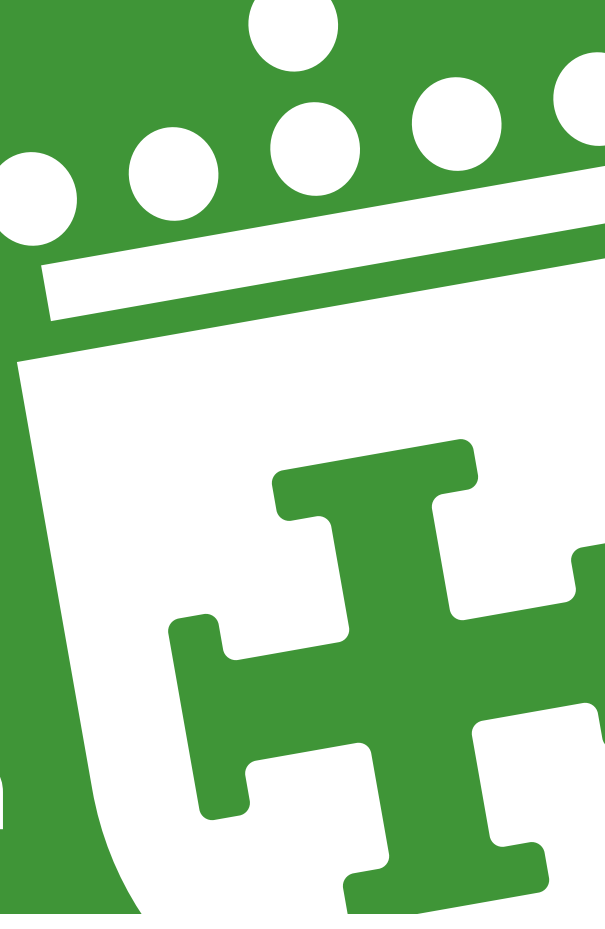


## MEDIDAS DE PREVENCIÓN CONTRA LA COVID-19




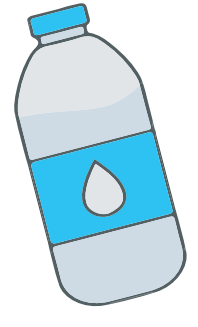





# GIMNASIO

- 1.** El espacio por persona es de 5 m. estableciendo la normativa actual un mínimo de 4 m.
- 2.** Hacemos 2 desinfecciones generales diariamente: antes de la apertura y de 14.30 a 15.30 h.
- 3.** Se ha formado/informado a todos los monitores/as en las medidas extraordinarias a aplicar.
- 4.** Hemos mejorado el sistema de climatización, circulando un aire más limpio.
- 5.** Hemos establecido protocolos de ventilación natural diaria de toda la instalación.
- 6.** Se ha ampliado el espacio de gimnasio para disponer de más distanciamiento interpersonal.
- 7.** En el espacio cardio, para cambiar de máquina debes hacerlo sin cruzarte con otros usuarios.
- 8.** Los horarios marcados de entrada al gimnasio son:
  - MAÑANAS:** 9.00 a 9.10 h / 10.50 a 11 h / 12.30 a 12.40 h
  - TARDES:** 15.50 a 16.00 h / 17.20 a 17.30 h / 18.50 a 19.00 h / 20.30 a 20.40 h
- 9.** En las pausas entre cada horario, se procederá a limpiezas y desinfecciones extras.
- 10.** Todos los productos empleados están homologados por el Ministerio de Sanidad.
- 11.** Para hacerlo posible, se han duplicado los recursos del servicio de limpieza y desinfección.



## NORMAS DE USO

## GIMNASIO

-  Antes de usar máquina o cualquier material, es obligatorio desinfectarlo con el spray desinfectante que le hemos proporcionado.
-  Sigue el sentido único de circulación marcado en el suelo para evitar el acercamiento a otras personas en el tránsito entre un aparato y el siguiente.
-  El horario máximo de permanencia es de 75 minutos con el objetivo de garantizar el uso del gimnasio a todas las personas usuarias.
-  Tráete tu propia bebida y no la compartas con nadie.
-  Queda prohibido las paradas en zonas de circulación. Si esperas el uso de algún aparato, hazlo a una distancia de al menos 1,5 metros de separación de cualquier otro usuario.
-  Cuando tosas, usa pañuelos desechables o hazlo en tu codo. Evita tocarte boca, nariz y ojos.
-  Sigue en todo momento las instrucciones del monitor de sala.
-  Sigue las instrucciones del uso de taquillas y vestuarios. El uso de las duchas queda anulado.
-  Tráete la ropa que uses en el gimnasio puesta de casa, así evitamos contactos en el vestuario.