

# Regolamento COVID 19

## SALUTE PERSONALE

- Non è consentito l'accesso a chi presenta sintomi influenzali. L'accesso non è consentito alle persone con una temperatura uguale o superiore a 37,5°C.
- Per accedere al club è obbligatorio non essere stati esposti a casi accertati o probabili o sospetti di COVID-19 negli ultimi 14 giorni. Nel caso di sospetta o provata esposizione a casi di COVID-19 dopo aver già effettuato almeno un ingresso in palestra è obbligatorio informare il gestore della struttura.
- Non è consentito l'accesso ai soggetti in quarantena.
- Se si dovessero verificare sintomi influenzali durante la permanenza all'interno della struttura è obbligatorio interrompere immediatamente l'allenamento e informare gli istruttori.

## IGIENE

- È obbligatorio portare con se una mascherina all'interno della palestra.
- È obbligatorio lavarsi le mani con acqua e sapone o usare gel a base alcolica che troverete nei dispenser dislocati nella struttura.
- È consigliato presentarsi già vestiti adeguatamente per le attività che si andranno a svolgere così da ridurre la permanenza all'interno dello spogliatoio. In palestra è comunque obbligatorio effettuare il cambio scarpe; per questa operazione dovranno essere utilizzati gli spogliatoi.
- Tutti gli indumenti, compresi i CAPPOTTI, e oggetti personali devono essere riposti e sigillati nella borsa personale oppure in opportuni involucri di plastica, anche qualora depositati negli appositi armadietti.
- Dopo l'utilizzo è obbligatorio disinfettare le attrezzature e/o gli accessori utilizzati. I prodotti igienizzanti presenti negli erogatori distribuiti all'interno della struttura dovranno essere prima spruzzati sull'apposito panno di carta monouso che successivamente dovrà essere utilizzato per sanificare l'attrezzatura. È vietata l'erogazione del prodotto igienizzante direttamente sull'attrezzatura.
- È vietato condividere borracce, bicchieri e bottiglie e scambiare con altri utenti oggetti quali asciugamani, accappatoi o altro.
- È obbligatorio starnutire e/o tossire in un fazzoletto evitando il contatto delle mani con le secrezioni respiratorie; se non si ha a disposizione un fazzoletto, starnutire nella piega interna del gomito. Inoltre è obbligatorio gettare subito in appositi contenitori i fazzolettini di carta o altri materiali usati.

## DISTANZIAMENTO

- All'interno della palestra è vietata ogni forma di assembramento.
- È obbligatorio mantenere la distanza di sicurezza di 2 metri, evitando contatti ravvicinati per tutta la permanenza all'interno della struttura. Se non è possibile mantenere la distanza di sicurezza di due metri, è obbligatorio indossare una mascherina.
- È obbligatorio seguire la segnaletica orizzontale con linee di rispetto.

## ORARIO

- È consigliato trattenersi all'interno della struttura solo per il tempo necessario al completamento del programma di allenamento, così come è consigliato ove possibile evitare di frequentare la palestra durante le ore di picco.
- Negli ambienti di collegamento fra i vari locali e nelle zone di attesa sono consentiti solo passaggi e pause di breve durata.
- È obbligatorio passare il badge in entrata per permettere il conteggio dei presenti all'interno della struttura in qualsiasi momento.
- È obbligatorio prenotare la sala attrezzi attraverso la nostra app scaricabile all'indirizzo <https://3798420.igen.app/>, il sito internet [www.studioposturale.net](http://www.studioposturale.net) o la pagina Facebook [studioposturalefogliano](https://www.facebook.com/studioposturalefogliano)

**LA DIREZIONE SI RISERVA DI ALLONTANARE TEMPORANEAMENTE, O DEFINITIVAMENTE, CHIUNQUE VENISSE TROVATO A TRASGREDIRRE LE SUDETTE NORME.**