

## LINEE GUIDA GENERALI

- **A tutti i clienti in ingresso sarà richiesta un'autodichiarazione** che escluda la presenza di sintomi o situazioni a rischio. Per facilitare le operazioni di accesso è possibile scaricare e compilare l'apposito modulo dal sito internet
- All'impianto si accede con la **mascherina** che andrà indossata fino al superamento dei tornelli e andrà poi riposta nella borsa
- All'interno dell'impianto andranno rispettate misure di **distanziamento sociale** che saranno chiaramente indicate in funzione di ambienti e attività praticate
- Saranno disponibili colonnine per l'erogazione di **gel disinfettante**

## LINEE GUIDA NUOTO LIBERO

Vi informiamo che abbiamo previsto, in base al numero massimo indicato nel Dpcm, degli orari di libero accesso (comunque fino a capienza massima) e altri orari in cui invece l'accesso **sarà riservato ai soli abbonati con prenotazione obbligatoria** (scarica il planning dal nostro sito per conoscere tutti gli orari).

La **durata dell'accesso negli orari a prenotazione** è di massimo **1h e 30'** (in vasca).

In tutti gli altri orari la permanenza massima è di **2 ore dall'ingresso all'uscita dal tornello** (in caso di inizio dell'orario di prenotazione potranno rimanere a nuotare solo gli utenti effettivamente prenotati). Si dovrà passare il badge o il ticket anche all'uscita.

Al fine di tutelare voi stessi e tutti gli altri frequentatori del nuoto libero vi chiediamo inoltre di:

- Mantenere **OBBLIGATORIAMENTE** la **distanza** interpersonale di 1m in tutti gli spazi comuni ed evitare assembramenti
- **OBBLIGO** di effettuare la doccia prima dell'ingresso in acqua
- Indossare la **mascherina con cui si arriva dall'esterno** fino ai tornelli e riporla coi propri indumenti nella borsa
- Sostare negli **spogliatoi** il meno possibile. Una volta terminata l'attività si raccomanda di sostare nella zona docce per il solo tempo necessario a una rapida detersione. Non tutti i phon saranno disponibili al fine di garantire il corretto distanziamento.
- Non sostare assolutamente in vasca ma mantenere un costante movimento. Per riposare cercare di fermarsi quando la zona di arrivo è libera da altri utenti
- Cercare di cambiare corsia il meno possibile e seguire le indicazioni dell'assistente bagnanti
- Evitare di venire a nuotare in gruppo
- Durante l'utilizzo dei phon **mantenere la distanza interpersonale di 1m**
- Riporre **tutti gli effetti personali e gli indumenti/scarpe** nella propria borsa e collocarla obbligatoriamente nell'**armadietto**
- È obbligatorio, in caso di vostra scelta nell'utilizzo della mascherina durante l'attività all'interno dell'impianto, non usare assolutamente la mascherina **proveniente dall'esterno**

**Gli assistenti bagnanti sono tenuti a far rispettare il presente regolamento e le norme del centro, allontanando i clienti che non li rispettino.**

## **LINEE GUIDA GENERALI**

- **A tutti i clienti in ingresso sarà richiesta un'autodichiarazione** che escluda la presenza di sintomi o situazioni a rischio. Per facilitare le operazioni di accesso è possibile scaricare e compilare l'apposito modulo dal sito internet
- All'impianto si accede con la **mascherina** che andrà indossata fino al superamento dei tornelli e andrà poi riposta nella borsa
- All'interno dell'impianto andranno rispettate misure di **distanziamento sociale** che saranno chiaramente indicate in funzione di ambienti e attività praticate
- Saranno disponibili colonnine per l'erogazione di **gel disinfettante**

## **LINEE GUIDA SALA PESI**

Vi informiamo che abbiamo aumentato la superficie della sala per garantire l'accesso fino a un massimo di 55 persone; al superamento di questo numero ci riserviamo di bloccare l'accesso per il tempo necessario.

La **durata dell'accesso** è di massimo **2 ore** (dall'entrata all'uscita del tornello). Si dovrà passare il badge o il ticket anche all'uscita.

Al fine di tutelare voi stessi e tutti gli altri frequentatori della sala pesi vi chiediamo di:

- Mantenere **OBBLIGATORIAMENTE** la **distanza** interpersonale di 1m in tutti gli spazi comuni ed evitare assembramenti
- **Mantenere la distanza di 2m durante l'attività fisica intensa**
- **Disinfettare** tutti gli **attrezzi** dopo l'utilizzo con i dispositivi messi a disposizione dal centro
- **Evitare** di venire ad allenarsi in gruppo
- Evitare esercizi che comportino l'utilizzo di più attrezzi **contemporaneamente**
- Indossare la **mascherina con cui si arriva dall'esterno** fino ai tornelli e riporla coi propri indumenti nella borsa
- È obbligatorio, in caso di vostra scelta nell'utilizzo della mascherina durante l'attività all'interno dell'impianto, non usare assolutamente la mascherina **proveniente dall'esterno**
- Sostare negli **spogliatoi** il meno possibile. Una volta terminata l'attività si raccomanda di sostare nella zona docce per il solo tempo necessario a una rapida detersione. Non tutti i phon saranno disponibili al fine di garantire il corretto distanziamento.
- **Riporre tutti** gli effetti personali e gli indumenti /scarpe nella propria borsa e collocarla obbligatoriamente nell'**armadietto**
- Non occupare gli **attrezzi cardio** (tapis roulant, ellittica e simili) per più di **25 minuti**
- Portare a casa le schede cartacee ed utilizzare l'app **MooFitness**
- Durante l'utilizzo dei phon **mantenere la distanza interpersonale di 1m**
- **Obbligo** di cambiare le scarpe prima dell'ingresso in sala
- Utilizzare il proprio **asciugamano** per le attività in palestra, a chi ne sarà sprovvisto sarà impedito l'accesso in sala.

**Gli istruttori sono tenuti a far rispettare il presente regolamento e le norme del centro, allontanando i clienti che non li rispettino.**

## LINEE GUIDA GENERALI

- **A tutti i clienti in ingresso sarà richiesta un'autodichiarazione** che escluda la presenza di sintomi o situazioni a rischio. Per facilitare le operazioni di accesso è possibile scaricare e compilare l'apposito modulo dal sito internet
- All'impianto si accede con la **mascherina** che andrà indossata fino al superamento dei tornelli e andrà poi riposta nella borsa
- All'interno dell'impianto andranno rispettate misure di **distanziamento sociale** che saranno chiaramente indicate in funzione di ambienti e attività praticate
- Saranno disponibili colonnine per l'erogazione di **gel disinfettante**

## LINEE GUIDA CORSI ACQUAFITNESS

L'accesso ai corsi sarà come sempre **esclusivamente a prenotazione**.

Si potrà entrare negli spogliatoi **15'** prima del corso e uscire dal tornello **20'** dopo la conclusione dello stesso.

Al fine di tutelare voi stessi e tutti gli altri frequentatori di corsi acquafitness vi chiediamo inoltre di:

- Mantenere **OBBLIGATORIAMENTE** la **distanza** interpersonale di 1m in tutti gli spazi comuni ed evitare assembramenti
- **OBBLIGO** di effettuare la doccia prima dell'ingresso in acqua
- Indossare la **mascherina con cui si arriva dall'esterno** fino ai tornelli e riporla coi propri indumenti nella borsa
- Non sostare assolutamente in vasca prima o dopo il corso
- Sostare negli **spogliatoi** il meno possibile. Una volta terminata l'attività si raccomanda di sostare nella zona docce per il solo tempo necessario a una rapida detersione. Non tutti i phon saranno disponibili al fine di garantire il corretto distanziamento. Si prega, quando possibile, di **arrivare con il costume** già indossato
- Durante l'utilizzo dei phon **mantenere la distanza interpersonale di 1m**
- Riporre tutti gli effetti personali e gli indumenti/scarpe nella propria borsa e collocarla obbligatoriamente nell'**armadietto**
- È obbligatorio, in caso di vostra scelta nell'utilizzo della mascherina durante l'attività all'interno dell'impianto, non usare assolutamente la mascherina **proveniente dall'esterno**

**Gli istruttori sono tenuti a far rispettare il presente regolamento e le norme del centro, allontanando i clienti che non li rispettino.**

## LINEE GUIDA GENERALI

- **A tutti i clienti in ingresso sarà richiesta un'autodichiarazione** che escluda la presenza di sintomi o situazioni a rischio. Per facilitare le operazioni di accesso è possibile scaricare e compilare l'apposito modulo dal sito internet
- All'impianto si accede con la **mascherina** che andrà indossata fino al superamento dei tornelli e andrà poi riposta nella borsa
- All'interno dell'impianto andranno rispettate misure di **distanziamento sociale** che saranno chiaramente indicate in funzione di ambienti e attività praticate
- Saranno disponibili colonnine per l'erogazione di **gel disinfettante**

## LINEE GUIDA CORSI FITNESS

Vi informiamo che abbiamo spostato la sala corsi nel palazzetto, aumentando così la distanza interpersonale e garantendo un numero di partecipanti ai corsi uguale a prima. Saranno disponibili sia gli spogliatoi della sala attrezzi che due spogliatoi del palazzetto.

Al fine di tutelare voi stessi e tutti gli altri frequentatori dei corsi fitness vi chiediamo inoltre di:

- Mantenere **OBBLIGATORIAMENTE** la **distanza** interpersonale di 1m in tutti gli spazi comuni ed evitare assembramenti
- **Mantenere la distanza di 2m durante l'attività fisica** e posizionarsi dove indicato o dove consiglia l'istruttore
- **OBBLIGO** di prenotazione del corso e disdetta 1 ora prima dell'attività in caso d'impossibilità
- **OBBLIGO** di cambio scarpe prima dell'ingresso nel palazzetto
- Indossare la **mascherina con cui si arriva dall'esterno** fino agli spogliatoi e riporla coi propri indumenti nella borsa, nel tragitto dagli spogliatoi al palazzetto chiediamo di indossare la mascherina.
- È obbligatorio, in caso di vostra scelta nell'utilizzo della mascherina durante l'attività all'interno dell'impianto, non usare assolutamente la mascherina **proveniente dall'esterno**
- Riporre tutti gli effetti personali e gli indumenti nella propria borsa e portarla nel palazzetto
- **Disinfettare** tutti gli **attrezzi** usati nel corso dopo l'utilizzo con i dispositivi messi a disposizione dal centro
- Sostare negli **spogliatoi** il meno possibile. Una volta terminata l'attività si raccomanda di sostare nella zona docce per il solo tempo necessario a una rapida detersione. Non tutti i phon saranno disponibili al fine di garantire il corretto distanziamento. Quando possibile, si prega di venire già pronti per l'attività per velocizzare l'ingresso.

**Gli istruttori sono tenuti a far rispettare il presente regolamento e le norme del centro, allontanando i clienti che non li rispettino.**