



PRATICHE DI IGIENE PER I FREQUENTATORI



All'interno del sito dovrà essere garantito il rispetto delle seguenti prescrizioni igieniche anti Covid dettate dal Governo:

- È obbligatorio farsi rilevare la temperatura giornalmente al momento dell'accesso, sapendo che sarà vietato l'accesso in caso di temperatura superiore a 37,5 °C;
- è obbligatorio che i fruitori dei servizi ed eventuali accompagnatori siano dotati di mascherina protettiva. In caso contrario sarà vietare l'ingresso;
- i bambini devono essere accompagnati da non più di un familiare;
- è obbligatorio mantenere sempre la distanza interpersonale minima di 1 mt;
- è obbligatorio indossare la mascherina in qualsiasi momento all'interno della struttura, ad eccezione del momento in cui si svolge attività fisica sul posto e in piscina all'interno delle vasche. A titolo di esempio, la mascherina va indossata obbligatoriamente anche durante l'allenamento se il cliente si sposta da una postazione di allenamento all'altra. Non va indossata durante il nuoto e l'acquagym;
- è obbligatorio indossare sempre la mascherina nelle zone di accesso e transito;
- è obbligatoria la pulizia delle aree di contatto di ciascun attrezzo dopo ogni utilizzo da parte dell'utente con opportuno prodotto igienizzante;
- durante l'attività fisica è obbligatorio mantenere la distanza interpersonale minima adeguata all'intensità dell'esercizio, comunque non inferiore a 2 mt;



- non toccarsi mai occhi, naso e bocca con le mani;
- 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;
- evitare di lasciare in luoghi condivisi con altri gli indumenti indossati per l'attività fisica, ma riporli in zaini o borse personali e, una volta rientrato a casa, lavarli separatamente dagli altri indumenti;
- bere sempre da bicchieri monouso o bottiglie personalizzate;
- si raccomanda di disinfettare i propri effetti personali e di non condividerli (borracce, fazzoletti, attrezzi, ecc.);
- si raccomanda di arrivare nel sito già vestiti adeguatamente alla attività che andrà a svolgersi o in modo tale da utilizzare spazi comuni per cambiarsi e muniti di buste sigillanti per la raccolta di rifiuti potenzialmente infetti;
- si raccomanda di limitare l'uso dei phon solo se strettamente necessario e, prima e dopo l'uso si raccomanda tassativamente di sanificare l'impugnatura con carte e sanificante messo a disposizione negli spogliatoi;
- si raccomanda di non toccare oggetti e segnaletica fissa;
- Utilizzo di apposite calzature previste esclusivamente a questo scopo che vanno cambiate prima di accedere agli spogliatoi in apposita area dedicata ed attrezzata con panchine distanziate tra loro. Le calzature andranno poi cambiate all'uscita dallo spogliatoi sempre nella stessa area dedicata al cambio situata in reception;
- Tutti gli indumenti e oggetti personali (compreso il vestiario invernale) devono essere riposti dentro la propria borsa, anche qualora depositati negli appositi armadietti; si raccomanda di sanificarli prima dell'uso, utilizzando carta e spruzzini messi a disposizione dal centro.

