



REGOLAMENTO IN VIGORE DA GIUGNO 2020

In vista della ormai prossima apertura, qui di seguito comunichiamo tutte le linee guida e le regole da seguire all'interno della struttura.

REGOLAMENTO ALL'INTERNO DELLA STRUTTURA:

- Per l'ingresso alla struttura sarà necessario il controllo della temperatura (per l'accesso nella struttura deve essere minore di 37.5°C) e mascherina indossata. (senza mascherina non sarà assolutamente possibile né l'ingresso né gli spostamenti all'interno della struttura).
- Compilazione e firma autocertificazione COVID-19 e privacy al primo ingresso.
- E' preferibile recarsi in palestra già in tenuta sportiva, con un asciugamano e scarpe pulite ad uso esclusivo da cambiarsi all'ingresso del centro.
- Tutti i vestiti e le scarpe andranno posti all'interno di un proprio borsone/zaino chiuso che il cliente dovrà tenere con se o depositare negli appositi spazi.
- L'accesso all'interno degli spogliatoi verrà contingentato ad un massimo di 2 o 3 persone per volta per permettere a tutti di cambiarsi scarpe e vestiti prima dell'uscita, chiediamo di non sostare nello spogliatoio per alcun motivo per evitare code e assembramenti.
- Non sarà possibile usufruire delle docce
- Ogni macchinario dopo esser stato utilizzato va **OBBLIGATORIAMENTE** e immediatamente pulito con igienizzante presente all'interno della struttura.
- La permanenza all'interno della palestra e la durata quindi di ogni sessione di allenamento sarà di massimo 1 ora.
- Visto il numero non elevato di persone che la struttura può ospitare vi sarà l'obbligo di prenotazione tramite sito web alla pagina <http://www.accademiaeu.it/prenotazioni>. Si possono allenare al massimo 10 persone contemporaneamente in sala pesi con un tempo massimo di 1 ora e 20 persone nei corsi combat, preparazione atletica sia indoor che outdoor.
- Troverete le fasce orarie disponibili per l'allenamento in sala pesi e i corsi disponibili nella pagina orari del sito (<http://www.accademiaeu.it/orari>). Nei prossimi giorni la pagina verrà aggiornata continuamente con i corsi che saranno disponibili. Ù
- Nelle fasce orarie in cui non sono presenti corsi per le attività outdoor e combat non sarà possibile prenotarsi (se effettuata verrà cancellata)
- Non sarà possibile alternarsi su un macchinario salvo la pulizia di esso prima di venir ceduto ad un'altra persona.
- In palestra si dovrà sempre mantenere la distanza interpersonale di 1 metro quando non si fa attività fisica durante l'ingresso e l'uscita dal centro. La distanza **DEVE** essere

raddoppiata ad almeno 2 metri quando si svolgono esercizi. (unico momento in cui si può anche abbassare/togliere mascherina)

- Gli istruttori saranno presenti ma non potranno dare assistenza ravvicinata a nessun esercizio, saranno quindi limitati per il primo periodo tutti gli esercizi che richiederebbero assistenza continua che non permetterebbe di mantenere la distanza di sicurezza.