



**POLO
SPORTIVO
CANOTTIERI
SALÒ**

REGOLAMENTO PALESTRA

Per un allenamento in totale sicurezza, rispetta le disposizioni e i regolamenti per tutelare te e gli altri

- All'ingresso seguire la segnaletica orizzontale e verticale e rispettare i percorsi dopo essersi igienizzati le mani.
- Indossare sempre la mascherina all'interno dell'impianto e nelle situazioni dove non si riesca a garantire il distanziamento.
- Per accedere alle attività della palestra è obbligatoria la prenotazione tramite la app My iclub.
- L'accesso al tornello è consentito 10 minuti prima dell'inizio della sessione di allenamento.
- Riporre gli oggetti di valore nelle cassette portavalori posizionate vicino ai tornelli d'ingresso.
- Presentarsi preferibilmente in palestra già vestiti adeguatamente per l'allenamento, con la sola incombenza del cambio delle scarpe che si potrà effettuare nel corridoio d'accesso alla palestra.
- In caso di accesso agli spogliatoi, disinfettare l'armadietto prima e dopo l'utilizzo con i prodotti messi a disposizione.
- L'utilizzo delle docce è consentito in funzione al numero ridotto concesso dalle normative vigenti. Nel caso le docce fossero tutte occupate, gli utenti sono tenuti ad aspettare il proprio turno all'esterno rispettando la distanza di sicurezza.
- Riporre gli oggetti personali in una borsa chiusa e successivamente negli armadietti a disposizione, comprese le scarpe.
- Non lasciare alcun oggetto/indumento sulle panche.
- Igienizzare le mani con l'apposito dispenser a disposizione in tutti i locali della palestra.
- Durante gli spostamenti nelle aree comuni e in tutte le sale della palestra utilizzare sempre la mascherina.
- Seguire le indicazioni dell'istruttore che vi aiuterà nella corretta gestione degli spazi durante l'attività.
- Rispettare la distanza di 1 metro negli spostamenti e di 2 metri durante l'attività fisica.
- Utilizzare la salvietta personale e i disinfettanti spray messi a disposizione per sanificare qualsiasi attrezzatura dopo l'utilizzo.
- Non condividere oggetti personali (cellulari, asciugamani, borracce, bottiglie ecc.).
- Smaltire le mascherine ed eventuali guanti negli appositi contenitori.
- Restano comunque valide tutte le norme presenti nel regolamento standard affisso nella struttura.

RICORDA:

- Obbligatorio indossare scarpe solo per la palestra.
- Obbligatorio l'uso della salvietta personale.

INFO

Reception Polo Sportivo

+ 39 0365 40030

polosportivo@canottierigarda.it

polosportivocanottierigarda  

canottierigarda.it 

SOCIETÀ CANOTTIERI GARDA SALÒ - POLO SPORTIVO - Piazzale Donatori di Sangue, Salò