

REGOLE DI ACCESSO ALLA PALESTRA SALA PESI

PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA

TEMPO LIMITE DI PERMANENZA IN SALA 90 MINUTI

L'ACCESSO E' CONSENTITO SOLO PREVIA AUTODICHIARAZIONE

- Tutti gli indumenti, comprese le scarpe, dovranno essere riposti dentro la borsa personale, anche qualora depositati negli armadietti che si chiudono con un lucchetto personale (non lasciare nulla fuori dal proprio borsone).
- L'accesso alla palestra è condizionato all'uso di calzature adatte e riservate per la palestra.
- E' obbligatorio l'uso di un telo grande da interporre tra sé e gli attrezzi (no asciugamano piccolo).
- Durante gli esercizi non è obbligatorio indossare la mascherina, lo è invece negli spostamenti, da un attrezzo all'altro. Mantenere le distanze indicate nelle linee guida.
- Dopo l'utilizzo, disinfettare e asciugare con carta, attrezzi macchine manubri e tappetini.
- Non condividere borracce, bicchieri e bottigliette.
- In uscita il tempo limite di permanenza negli spogliatoi è di 30 minuti.
- Gli effetti personali non verranno custoditi né dagli istruttori né dalle receptionist.
- Tutti devono attenersi a qualsiasi indicazione e/o disposizione data dal personale incaricato, anche se non presente nelle regole.
- Si raccomanda la massima collaborazione nell'interesse di tutti.