



RIAPRIAMO IN SICUREZZA!

In seguito all'emergenza Covid-19 il Club riapre seguendo le linee guida riportate sul D.L. 33 del 16/05/2020 e sull'Ordinanza PPG/2020/89 del 17/05/2020 del Presidente Bonaccini. Vi invitiamo a leggere attentamente il presente protocollo di sicurezza e di seguire rigorosamente le regole contenute al suo interno nel rispetto della propria salute e di quella degli altri.

PALESTRA

PRENOTAZIONE ACCESSI

AREA PESI

- Da nuove disposizioni l'area pesi, cardio, functional e stretching potrà contenere fino a 50 persone contemporaneamente che si allenano.
- Per accedervi è **obbligatorio prenotarsi sul sito www.juniorclubrastignano.it/palestra** indicando la mail e il numero di telefono corretti al momento della prenotazione per ricevere la notifica di conferma. La reception sarà sempre disponibile da lunedì 25/05 qualora aveste problemi al numero 051 02 16 447 (premere tasto 1 del centralino) ma vi preghiamo comunque di **utilizzare il sistema di prenotazione online come unico metodo**. Senza prenotazione, qualora la sala fosse al completo, non potremo farvi accedere.
- Vi preghiamo di **disdire la prenotazione almeno 4 ore prima** per permettere al personale della reception di contattare chi è in lista d'attesa e lo potrete fare direttamente cliccando sul link contenuto all'interno della mail di conferma.



CORSI COLLETTIVI

- Il CAMPO DA CALCIO A 5 in erba sintetica, disponibile per le lezioni serali, può contenere fino a 80 persone.
- La ROOM 1 può contenere fino a 18 persone, la ROOM 2 non sarà utilizzabile, la ROOM 3 può contenere fino a 14 persone.
- Per accedervi è **obbligatorio prenotarsi sul sito www.juniorclubrastignano.it/palestra indicando la mail e il numero di telefono corretti al momento della prenotazione per ricevere la notifica di conferma.** La reception sarà sempre disponibile da lunedì 25/05 qualora aveste problemi al numero 051 02 16 447 (premere tasto 1 del centralino) **ma vi preghiamo comunque di utilizzare il sistema di prenotazione online come unico metodo.** Senza prenotazione, qualora la sala fosse al completo, non potremo farvi accedere.
- In caso di maltempo i corsi effettuati nel campo da calcio verranno spostati all'interno e quindi solo i primi 18 prenotati (nel caso si sposti in room 1) o solo i primi 14 prenotati (nel caso si sposti in room 3) potranno accedervi.
- **Vi preghiamo di disdire la prenotazione almeno 4 ore prima per permettere al personale della reception di contattare chi è in lista d'attesa e lo potrete fare direttamente cliccando sul link contenuto all'interno della mail di conferma.**

ACCESSO ALLA PALESTRA

- Obbligo di indossare la mascherina dall'ingresso fino agli spogliatoi. Senza mascherina non sarà consentito l'accesso al Club.
- Igienizzare immediatamente le mani con l'apposito gel fornito all'ingresso.
- In tutte le aree comuni adiacenti alla reception è obbligatorio mantenere il distanziamento sociale di 1mt. Si prega quindi di attendere il proprio turno per parlare con le operatrici al di là delle linee tracciate a terra.
- Prima di passare la card nel lettore è necessario convalidare la propria prenotazione con il personale della reception.

SPOGLIATOI

- All'interno degli spogliatoi maschile e femminile possono cambiarsi contemporaneamente 23 persone.
- Rispettare il distanziamento sociale di 1mt.
- Divieto di utilizzare gli armadietti in condivisione.
- Gli indumenti vanno riposti all'interno della propria borsa che poi verrà posizionata nell'armadietto.
- Obbligo di cambiarsi le scarpe prima di entrare nelle sale. Le scarpe con cui si accede dall'esterno devono essere inserite in un sacchetto di plastica e riposte nell'armadietto.
- Per assicurare il distanziamento adeguato saranno in funzione la metà delle docce. Per questo vi invitiamo se possibile e soprattutto nelle ore di massima affluenza di effettuare la doccia a casa.
- Per una maggiore sicurezza vi invitiamo inoltre ad igienizzarvi le mani prima di utilizzare i phon comuni.

AREA PESI, CARDIO, FUNCTIONAL & STRETCHING

- Durante l'allenamento non è necessario indossare la mascherina e i guanti.
- Igienizzare sempre le mani prima di entrare in sala pesi. Metteremo a disposizione l'apposito gel.
- Durante l'allenamento vige l'obbligo di mantenere 2mt di distanza gli uni dagli altri. Quando non ci si allena il distanziamento può essere di 1mt.
- Obbligo dell'utilizzo del proprio telo personale durante l'allenamento.
- Obbligo di igienizzare ogni singolo attrezzo al termine dell'utilizzo con il disinfettante fornito dalla struttura prima di riporlo al proprio posto.
- Per ragioni di sicurezza vi invitiamo a portare il vostro tappetino personale.

SALE CORSI

- Durante le lezioni non è necessario indossare la mascherina e i guanti.
- Igienizzare sempre le mani con il gel disinfettante prima di entrare nelle sale.
- Durante l'allenamento vige l'obbligo di mantenere 2mt di distanza gli uni dagli altri. Quando non ci si allena il distanziamento può essere di 1mt.
- Obbligo di igienizzare ogni singolo attrezzo al termine dell'utilizzo con il disinfettante fornito dalla struttura prima di riporlo al proprio posto.
- Per ragioni di sicurezza vi invitiamo a portare il vostro tappetino personale.

IMPIANTO SPORTIVO

PRENOTAZIONE CAMPI

- Al momento sono consentite solo le prenotazioni per i campi da Tennis, Beach Tennis e Padel.
- Per accedervi è obbligatorio prenotarsi sul sito www.prenotauncampo.it oppure chiamando il numero 051 02 16 447 (premere tasto 1). Possibile effettuare anche pagamento online.
- Vi preghiamo di disdire la prenotazione entro 24 ore altrimenti vi sarà addebitato l'intero importo..

ACCESSO AL CLUB

- Obbligo di indossare la mascherina dall'ingresso fino agli spogliatoi. Senza mascherina non sarà consentito l'accesso al Club.
- Igienizzare immediatamente le mani con l'apposito gel fornito all'ingresso.
- In tutte le aree comuni adiacenti alla reception è obbligatorio mantenere il distanziamento sociale di 1mt. Si prega quindi di attendere il proprio turno per parlare con le operatrici al di là delle linee tracciate a terra.

SPOGLIATOI

- Rispettare il distanziamento sociale di 1mt.
- Divieto di utilizzare gli armadietti in condivisione.
- Gli indumenti vanno riposti all'interno della propria borsa che poi verrà posizionata nell'armadietto.
- Per assicurare il distanziamento adeguato saranno in funzione solo la metà delle docce. Per questo vi invitiamo se possibile e soprattutto nelle ore di massima affluenza di effettuare la doccia a casa.
- Per una maggiore sicurezza vi invitiamo inoltre ad igienizzarvi le mani prima di utilizzare i phon comuni.

REGOLAMENTO CAMPI

- Durante l'allenamento non è necessario indossare la mascherina e i guanti.
- Igienizzare sempre le mani prima di allenarsi.
- Durante l'allenamento vige l'obbligo di mantenere 2mt di distanza dagli altri. Quando non ci si allena il distanziamento può essere di 1mt.

PISCINA

ACCESSO ALLA PISCINA

- Obbligo di indossare la mascherina dall'ingresso fino agli spogliatoi. Senza mascherina non sarà consentito l'accesso al Club.
- Igienizzare immediatamente le mani con l'apposito gel fornito all'ingresso.
- In tutte le aree comuni è obbligatorio mantenere il distanziamento sociale di 1mt. Si prega quindi di attendere il proprio turno mantenendo la distanza durante la fila alla cassa.
- La nostra vasca olimpionica misura 1250 mq (50 x 25) pertanto potranno fare il bagno o nuotare contemporaneamente 175 persone mantenendo una distanza di $3,5\text{mt} \times 2\text{mt} = 7\text{mq}$ come da decreto.
- Mantenere il distanziamento sociale di almeno 1,5 mt tra le persone non appartenenti allo stesso nucleo familiare o non conviventi.

SPOGLIATOI

- Rispettare il distanziamento sociale di 1mt.
- Divieto di utilizzare gli armadietti in condivisione.
- Gli indumenti vanno riposti all'interno della propria borsa che poi verrà posizionata nell'armadietto.
- Obbligo di indossare ciabatte pulite prima di accedere all'area piscina.
- Per una maggiore sicurezza vi invitiamo inoltre ad igienizzarvi le mani prima di utilizzare i phon comuni.