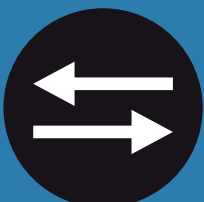


RECEPCIÓ



Sempre que haguem de parlar amb una persona, deixarem una distància de seguretat mínima de 2 metres, llevat d'aquells casos on existeixi una mampara protectora.



Hem de seguir en tot moment els rètols indicadors i les distàncies de seguretat que estableixen les marques, així com els circuits que s'han establert per a circular a l'interior del centre.



Si hem d'accedir al taulell informatiu o d'atenció a l'usuari, respectarem el nostre torn ocupant l'espai que estableixen les marques que es troben situades al terra i ens aproparem al torn quan el personal del centre ens ho indiqui.



Per entrar o sortir del centre, passarem pel torn d'accés i farem servir una targeta de proximitat o polsera.



Si una persona està fent ús del torn, ens mantindrem a la distància de seguretat, respectant les senyals del terra.

VESTIDORS



Mantenir la distància de seguretat de 2 metres respecte als altres abonats/des.



L'ús de la mascareta és obligatori en aquest espai.



S'han de respectar els senyals horitzontals i verticals.



Es prohibeix l'ús de penja-robes i penjadors, tret dels penjadors de la zona de dutxes. Tota la roba que fem servir s'haurà de dipositar directament a la nostra bossa d'esport.



Podeu fer ús dels bancs per canviar-vos, sempre que respecteu les zones delimitades pels senyals.



L'armariet només podrà ser utilitzat per emmagatzemar les bosses d'esport.



No es podran utilitzar ni assecadors de cabells ni de mans de paret.



Saboneres a disposició per la higiene de mans. Important higiene de mans.

#PREVENCIÓCOVID19

SALA DE FITNESS



Deixarem una distància de seguretat mínima de 2 metres amb les altres persones, tret d'aquells casos on existeixi una mampara protectora (taulell de tècnic).



Hem de seguir en tot moment els rètols indicadors i les distàncies de seguretat que estableixen les marques.



Si hem d'accedir al taulell del tècnic de sala, respectarem el nostre torn ocupant l'espai que delimiten les marques que es troben situades al terra i ens aproparem al taulell quan el tècnic ens ho indiqui.



Quan fem servir els aparells del centre, haurem d'utilitzar una tovallola gran que ocupi el màxim possible les zones de contacte amb el cos.



Recomanem l'ús de guants esportius.



És obligatori netejar-se les mans amb l'hidrogel en el moment d'entrar i sortir de la sala.



Es recomana l'ús d'ampolla d'aigua individual que caldrà portar omplerta de casa (no hi haurà font d'aigua seguint les indicacions sanitàries).



L'entrenament sempre serà de caràcter individual, sense compartir espais de treball ni material d'entrenament (ajudes).



Teniu a disposició paper i desinfectant de superfícies. Pregunta al personal de sala.



Les màquines tenen la separació de seguretat segons indicacions sanitàries, no es poden moure.

#PREVENIÓCOVID19

SALES D'ACTIVITATS DIRIGIDES



Per evitar aglomeracions a la porta, accedeix a la sala just a l'hora de l'activitat per tal d'evitar creuaments amb l'anterior classe.



Per poder participar a la sessió, abans haurem de reservar la plaça mitjançant el sistema Trainingym.



L'activitat s'haurà de realitzar sempre a l'interior de la quadrícula que s'ha dibuixat a terra expressament per a la pràctica esportiva i com a mesura de prevenció.



Es podrà fer ús de material propi (màrfega).



Serà obligatori l'ús d'una tovallola mitjana-gran.



Es recomana l'ús d'ampolla d'aigua individual que caldrà portar omplerta de casa.



Un cop finalitzada la sessió, abandonarem immediatament la sala, ordenadament, i mantenint la distància de seguretat.



Mirar les indicacions de material desinfectat.



Revisa la graella. Alguns espais han estat modificats per a garantir la teva seguretat (pavellons, espais exteriors, etc).

PISCINES



Quan accedim a la piscina, deixarem la tovallola només en aquells espais habilitats per a fer-ho.



Si compartim carril de natació amb altres nedadors, en cap cas podrem aturar-nos en un dels extrems de la piscina si ja hi ha una altra persona ocupant aquest espai.



Només es podrà fer ús de material propi (pull-boy, taula, aletes,...). El centre no garanteix el préstec de material.



Cal respectar en tot moment la distància de seguretat.



L'aforament de l'espai està limitat per les diferents fases del desconfinament que estableix el número màxim de nedadors per carril.



No es permet realitzar avançaments ni creuar-nos amb cap altre nedador en un mateix carril.



Els carrils tenen només un sentit de circulació.



Recomanem la utilització d'ulleres de bany en tot moment.

#PREVENIÓCOVID19

SOLÀRIUM



Mantenir la distància de seguretat de 2 metres entre persones, tret de les unitats familiars.



Mantenir-vos a l'interior d'un espai de 4x4 metres.



Accedir i abandonar l'espai amb mascareta.



Obligatorietat de col·locar una tovallola (que ocupi tota la massa corporal de l'usuari) entre el cos i el terra.



En les zones habilitades per a pícnic, cal extremar les mesures d'higiene i distàncies de seguretat.



Recomanem prioritzar la utilització de les dutxes situades en aquests espais enfront de les dels vestidors.

#PREVENCIÓCOVID19

INFERMERIA I ESPAI DE SALUT



El mobiliari estarà disposat a 2 metres de seguretat.



En cas d'haver d'estar en contacte amb algun usuari per lesió, s'extremaran les precaucions d'higiene i protecció. Davant de qualsevol dubte, telefonar sempre al 112.



Cal utilitzar els EPI corresponents amb els serveis que comportin contacte amb l'usuari o bé distàncies inferiors a 2 metres.

#PREVENCIÓ COVID19

PÀDEL



Totes les reserves de pista s'hauran de realitzar mitjançant l'app.



S'evitarà qualsevol contacte entre els jugadors.



Abans i després de fer ús de la pista, els jugadors hauran de netejar-se les mans amb un hidrogel.



L'entrada i sortida de la pista es realitzarà ordenadament, mantenint la distància de seguretat.



Els jugadors hauran de portar el material de joc (pales i pilotes) de casa. En cap cas el centre deixarà o llogarà material.

#PREVENCIÓCOVID19

BAR/RESTAURANT



Sempre deixarem una distància de seguretat mínima de 2 metres amb les altres persones.



Hem de seguir en tot moment els rètols indicadors i les distàncies de seguretat que estableixen les marques.



Només podrem accedir a la barra en la zona habilitada per a fer-ho. Respectarem el nostre torn ocupant l'espai que estableixen les marques situades al terra i ens aproparem al torn quan el personal del bar ens ho indiqui.



No es permetrà que la gent mogui el mobiliari del bar ni modifiqui les posicions de les coses.



Els pagaments s'hauran de realitzar amb targeta electrònica i no es permetrà el pagament amb monedes o bitllets.

#PREVENIÓCOVID19

ADMINISTRACIÓ



Sempre deixarem una distància de seguretat mínima de 2 metres amb les altres persones.



Complirem amb les dates i les franges horàries que hagi establert la Gerència o Direcció.



Si hem d'interactuar amb algun company d'Administració, ho farem amb mascareta.



De forma regular ens netejarem les mans amb hidrogel.

#PREVENCIÓCOVID19

PAVELLÓ



Sempre deixarem una distància de seguretat mínima de 2 metres amb les altres persones.



Rentat de mans.



Els materials o implements esportius s'han de portar de casa i no es podran deixar a la instal·lació.



Les grades estaran tancades en una primera instància. Si s'obren, es precintaran alguns seients per a garantir el distanciament.