

RIPARTIAMO IN SICUREZZA

all'interno della palestra è necessario rispettare le seguenti pratiche igieniche



LAVARSI FREQUENTEMENTE LE MANI, ANCHE ATTRAVERSO APPOSITI DISPENSER DI GEL DISINFETTANTE



MANTENERE LA DISTANZA INTERPERSONALE MINIMA DI 1 METRO IN CASO DI ASSENZA DI ATTIVITA' FISICA



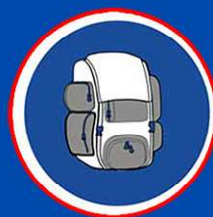
BERE SEMPRE DA BICCHIERI MONOUSO O BOTTIGLIE PERSONALIZZATE



NON TOCCARSI MAI OCCHI, NASO E BOCCA CON LE MANI



STARNUTIRE O TOSSIRE IN UN FAZZOLETTO, EVITANDO IL CONTATTO DELLE MANI CON LE SECREZIONI RESPIRATORIE SE NON SI HA A DISPOSIZIONE UN FAZZOLETTO, STARNUTIRE NELLA PIEGA DEL GOMITO



EVITARE DI LASCIARE IN SPAZI COMUNI GLI INDUMENTI UTILIZZATI PER L'ATTIVITA', RIPORLI IN ZAINI O BORSE PERSONALI E UNA VOLTA RIENTRATI A CASA LAVARLI SEPARATAMENTE DA ALTRI INDUMENTI



MANTENERE LA DISTANZA INTERPERSONALE MINIMA ADEGUATA ALL'INTENSITA' DELL'ESERCIZIO E COMUNQUE NON INFERIORE A 2 METRI



GETTARE SUBITO NEGLI APPOSITI CONTENITORI FAZZOLETTI DI CARTA O ALTRI MATERIALI USATI (BEN CHIUSI)



E' VIETATO LO SCAMBIO TRA GLI OPERATORI, GLI ALLIEVI E ALTRO PERSONALE PRESENTE IN PALESTRA DI DISPOSITIVI (SMARTPHONE, TABLET, ECC) E DI ATTREZZI SPORTIVI

chi pratica l'attività ha l'obbligo di:



DISINFETTARE I PROPRI EFFETTI PERSONALI E NON CONDIVIDERLI (TAPPETINI, ATTREZZI, BORRACCE, FAZZOLETTI)



ARRIVARE IN PALESTRA GIA' VESTITI ADEGUATAMENTE ALLE ATTIVITA' IN MODO DA NON DOVER UTILIZZARE SPAZI COMUNI PER CAMBIARSI



NON TOCCARE OGGETTI E SEGNALETICA FISICA