

PROTOCOLLO COVID19

News

NORME PER LA RIAPERTURA

Tutto lo staff dello Studio PPM della Spezia è informato circa le misure di prevenzione e norme di comportamento da adottare.

Abbiamo pianificato la programmazione dei nostri corsi per regolamentare gli accessi ed evitare condizioni di assembramento. Verrà mantenuta la consuetudine già in uso presso il nostro studio di aggiornare le presenze quotidianamente e di conservarle per un periodo di 14 giorni.

Troverete dispenser con soluzioni idroalcoliche per l'igiene delle mani nei vari ambienti dello studio. Vi chiediamo di igienizzare le mani all'ingresso e in uscita dallo studio.

L'intera struttura è stata sanificata, ambienti, attrezzature e apparecchi per le varie discipline e accessori vari (materassini, coperte, piccoli attrezzi).

Nelle aree comuni in attesa di avere accesso alle sale e di almeno 2 metri durante l'attività fisica. A tal fine è stata predisposta una segnaletica che vi indirizzerà a riconoscere la vostra postazione in sala per la pratica fisica e negli ambienti comuni in attesa del vostro turno.

L'utilizzo della mascherina è obbligatorio per tutti negli spazi comuni, durante l'attività sarà possibile non indossarla, vi consigliamo di portare con voi un sacchettino di plastica ermetico per poterla riporre e reindossarla a fine lezione.

Starnutire e tossire (quando non si ha la mascherina a lezione) in un fazzoletto da gettare negli appositi contenitori, altrimenti utilizzare la piega del gomito. Evitare assolutamente il contatto delle mani con occhi, naso e bocca.

Per garantire ingressi scaglionati nelle sale, evitare assembramenti e garantire uno svolgimento sereno delle lezioni dall'inizio alla fine, le classi finiranno qualche minuto prima per consentire le operazioni di pulizia degli attrezzi utilizzati, il cambio turno e l'aerazione dei locali.

Non è permesso sostare all'interno degli spogliatoi, sarà possibile accedervi scaglionati e due alla volta mantenendo la distanza di 1 metro, solo per lasciare le scarpe ed i propri effetti personali. Vi consigliamo di arrivare già pronti per la lezione e di riporre tutti i vostri effetti personali all'interno di uno zaino/borsa. Non è possibile lasciare indumenti, scarpe sulle panchine, ma vanno appunto raccolti dentro la propria sacca/ borsa da palestra.

Bere sempre dalla propria bottiglia o borraccia. Non consumare altri cibi o bevande all'interno della struttura.

I grandi e piccoli attrezzi pilates e tappetini devono essere igienizzati dopo ogni utilizzo, con apposita soluzione idroalcolica a vostra disposizione. A tal proposito, è obbligatorio portare un asciugamano personale pulito da stendere sui materassini, sugli attrezzi di pilates e indossare dei calzini. I tappetini dello studio sono a disposizione, andranno poi igienizzati a fine lezione.

Non sarà permesso sostare all'intero della struttura agli accompagnatori. Per parlare con la segreteria fissare un appuntamento.

Arrivare nell'orario che la segreteria vi consiglierà, non prima e non dopo.

Per qualsiasi altro tipo di informazione o chiarimento vi preghiamo di contattarci via mail:
info@pilateslaspezia.it