



MEDIDAS PREVENTIVAS ACTIVIDADES FITNESS

Última actualización 1 de noviembre de 2021 (Nivel 0 de alerta)

Las dos medidas más importantes:

- **MASCARILLA.** El uso de la mascarilla es **obligatorio en interior excepto durante** la realización del ejercicio físico y siempre que se pueda mantener la distancia de seguridad de 1,5 m.
- **MATERIAL Y LIMPIEZA** Se reducirá en la medida de lo posible el uso de material y su compartición. Es obligatoria la **colaboración en la desinfección posterior a su uso**, de manera especial las **máquinas y material de la Sala de Musculación**. Existirá producto **desinfectante y papel** a disposición

Otras medidas

- **AFORO DE LA CLASES DIRIGIDAS.** No existe limitación de aforos en este momento por lo que se podrá utilizar el **100% de los aforos establecido para cada clase y espacio, tanto en interior como en exterior**, respetando la **distancia de 1,5 m** de separación. Una vez completado el aforo no será posible el acceso de más participantes a la clase.
- **AFORO SALA MUSCULACIÓN** No existe limitación de aforo en este momento por lo que se podrá utilizar el **100% del aforo de la sala** respetando la **distancia de 1,5 m** de separación. Una vez completado el aforo, será necesario esperar la salida de usuarios/as para poder acceder.
- **ESTERILLA.** Se solicita **traer esterilla propia** en aquellas actividades que lo precisen. En caso de no traerla y usar una de la sala, es obligatorio **colocar una toalla encima y desinfectar la esterilla después de su uso**.
- **AGUA.** Igualmente se recomienda traer una **botella o bidón de agua propio** que podrá ser rellenado en caso de necesidad en las fuentes refrigeradas que existen en los vestuarios.
- **TOALLAS.** Existe servicio de toallas a disposición de los/as usuarios. Su uso será especialmente **obligatorio en la Sala de Musculación** para colocarla sobre las máquinas o aparatos que se utilicen.
- **LAVADO DE MANOS obligatorio antes y después de las clases.** Habrá gel hidroalcohólico a disposición de los/as usuarios/as.
- **VESTUARIOS.** Se respetará el **aforo máximo establecido** para el uso de vestuarios y duchas.