

**NORMATIVA CENTRO DEPORTIVO Y DE SALUD POR COVID 19
(APLICABLE DESDE EL 15 DE JUNIO DE 2020)**

- 1.- Para poder realizar la práctica deportiva en nuestro centro, deberá pedir cita previa en el 976800421 (mínimo con un día de antelación).
- 2.- Desde el Colegio Oficial de Médicos aconsejan, que en una misma fase, elijan siempre la misma franja horaria para la realización de la práctica deportiva en nuestro centro.
- 3.- Para realizar cualquier consulta sobre las actividades, cuotas u otros temas relacionados con el centro, deberá ponerse en contacto con nosotros por vía telefónica (976800421) o por correo electrónico (centrodeportivo@comarcadedaroca.com). No se atenderá presencialmente en nuestras instalaciones.
- 4.- Si tiene fiebre, tos o dificultades respiratorias, no acuda al Centro Deportivo y de Salud. Quédese en casa, llame al Centro de Salud y siga las instrucciones de las autoridades sanitarias locales.
- 5.- Es obligatorio el uso de mascarilla mientras se encuentre dentro de nuestras instalaciones.
- 6.- El obligatorio el uso de dos toallas mientras realiza la práctica deportiva. Una para colocarla sobre las máquinas y otra para limpiar la posible sudoración derivada de la práctica deportiva.
- 7.- Es obligatorio la utilización de calzado deportivo específico para uso único y exclusivo en el Centro Deportivo.
- 8.- Deberá limpiar las máquinas y mancuernas tras su uso.
- 9.- Es obligatorio la realización de todas las series de repeticiones que desee de un ejercicio, antes de cambiar de máquina.
- 10.- Se deberá hacer un uso alterno de las máquinas o aparatos de las salas. En ningún caso se podrá utilizar una máquina o aparato contiguo a otro que esté en uso por el resto de usuarios.
- 11.- Es obligatorio echarse gel hidroalcohólico cuando acceda al centro y cada vez que cambie de máquina.
- 12.- Es obligatorio mantener la distancia de seguridad de 2 metros en todo momento. Tanto con el resto de usuarios como con el personal del centro.
- 13.- Es muy aconsejable el uso de la tarjeta de crédito para realizar los pagos.
- 14.- Se aconseja a los usuarios que traigan agua u otro tipo de hidratación de sus casas.
- 15.- Los vestuarios, aseos y saunas permanecerán cerrados.
- 16.- No se podrá hacer uso de las taquillas.
- 17.- Se ruega puntualidad, tanto para acceder al centro como para salir del mismo.
- 18.- No manipular elementos comunes a todos los usuarios (música, ventiladores, etc...). Dar aviso al personal del centro .
- 19.- Si se produce algún lesión o accidente deportivo en nuestras instalaciones, se extremarán las precauciones de higiene y protección.
- 20.- El personal del centro cuenta con los equipos de protección necesarios.
- 21.- La instalación se desinfectará diariamente (7 veces al día).
- 22.- Todo aquel usuario que no cumpla la normativa, podrá ser expulsado del centro.
- 23.- Todo aquel usuario que no se presente en el centro tras solicitar cita previa, y sin previo aviso, podrá ser penalizado.