

## **PROTOCOLLO PALESTRA CANOTTIERI TICINO PAVIA**

L'accesso alla palestra grande è consentito a 24 persone per volta, nella palestra piccola potranno accedere 8 persone per volta mentre nello spazio tra le due palestre ( spazio al chiuso) potranno accedere 12 persone in modo che ci si possa allenare con il corretto distanziamento.

Si ricorda che la palestra è aperta dalle ore 06:30 alle ore 22.00.

Verranno messi a disposizione macchinari nello spazio tra le due palestre. Il numero di persone consentito sarà in base al numero di macchinari.

- All'ingresso di ciascuna palestra saranno messi a disposizione gettoni per accedervi (24 per palestra grande e 8 per palestra piccola e 12 per spazio tra le due palestre).

Per l'accesso si dovrà prendere il gettone e poi riporlo nell'apposito contenitore all'uscita dalla palestra.

Se non saranno disponibili gettoni si dovrà attendere che un socio esca dalla palestra.

- Prima di prendere il gettone è obbligatorio igienizzarsi le mani con i dispenser predisposti all'ingresso di ogni palestra.
- Prima di entrare in palestra si dovrà anche segnare il proprio nome, l'orario di entrata e quello di uscita e apporre la propria firma su un apposito registro messo a disposizione all'ingresso di ogni palestra.
- Per accedere in palestra o nello spazio tra le due palestre è obbligatorio essere in possesso di GREEN PASS e indossare la propria mascherina. La mascherina potrà essere abbassata solo durante l'esercizio fisico.
- Ogni Atleta dovrà "sanificare" ogni manubrio/bilanciere/panca/cyclette/tapis roulant/macchinario ecc. prima e dopo il proprio utilizzo, con i prodotti igienizzanti forniti dalla Canottieri Ticino Pavia.
- Ogni Atleta dovrà utilizzare un proprio telo/asciugamano da apporre sulle panche, sul pavimento (per esercizi a terra) e su tutti gli attrezzi/macchinari in cui si appoggia la schiena e/o il petto.

- Si dovrà tenere distanziamento tra persone di almeno 2 mt sia durante l'allenamento che durante le fasi precedenti e successive all'allenamento.
- Gli attrezzi e i materiali difficilmente sanificabili non saranno messi a disposizione (es.tappetini, ecc.).
- Utilizzare in palestra apposite calzature previste esclusivamente a questo scopo.
- E' vietato l'ingresso nelle palestre e l'utilizzo di macchinari e attrezzi ai minori di 14 anni in assenza di un istruttore o di un responsabile maggiorenne.
- Gli indumenti e gli oggetti personali devono essere riposti in una borsa chiusa.
- E' vietato chiudere le finestre della palestra in quanto per poterla utilizzare è indispensabile garantire una buona aerazione del locale.

Qualsiasi indumento/calzatura verrà trovato in palestra verrà riposto dal personale in un apposito contenitore all'esterno degli spogliatoi.

Il personale dipendente è stato incaricato dal Consiglio di effettuare controlli nello spogliatoio per verificare il rispetto dei protocolli, pertanto a chi sarà trovato inadempiente verranno applicate le seguenti sanzioni:

- per chi non rispetta in generale i regolamenti l'iter sarà questo:  
ammonizione verbale al primo riscontro di inadempienza,  
ammonizione scritta alla seconda violazione, **SOSPENSIONE PER UNA SETTIMANA** alla terza violazione.
- 1 MESE di sospensione per chi accede in palestra, spogliatoi, Club House e in tutti i luoghi al chiuso e non potrà dimostrare in alcun modo di essere titolare di GREEN PASS.

Raccomandiamo a tutti la massima cautela ed osservazione di quanto sopra scritto e dei protocolli inviati, nell'interesse generale.