



GENTILI CLIENTI COMUNICHIAMO CHE LA PALESTRA È APERTA!

Sarà **OBBLIGATORIA** la **PRENOTAZIONE** dei corsi e della sala pesi.

Per la **prenotazione**

Dalle ore 9.00 alle 13.00 e dalle 14.00 alle 20.00 tramite numero telefonico

0119463547 oppure via email **palestra.newlife2@gmail.com** (attendere via email conferma dell'avvenuta prenotazione).

Informiamo, inoltre, che il **nuovo orario di apertura** (dal 01/06) sarà:

8.30 - 21.30 (lun-ven) 9.00 -14.00 (sab) e che le info sopra citate potranno subire variazioni nelle settimane a venire.

Vi ringraziamo per l'attenzione

COMPORAMENTI DA SEGUIRE

- È vietato l'ingresso con sintomi influenzali di qualsiasi genere o con temperatura corporea superiore ai 37,5°
- È necessario arrivare nella struttura già con tenuta sportiva
- Si ricorda che si può accedere alla struttura solo tramite appuntamento, per qualsiasi tipo di disciplina, sala pesi, spinning, sala corsi
- Si raccomanda di arrivare almeno 10 minuti prima dell'ora prenotata, per non creare assembramento negli spogliatoi
- Disinfettarsi le mani in entrata ed uscita attraverso gli appositi dispenser
- Obbligo di ingresso con mascherina



- Obbligo di utilizzo mascherina nelle parti comuni (spogliatoi- segreteria)
- Ingresso agli spogliatoi controllato - mantenere la distanza di sicurezza di almeno 1 metro - se necessario attendere per l'ingresso nello spogliatoio
- Non lasciare appeso o appoggiato nessun effetto personale o indumento, ma richiudere tutto nella propria borsa e chiudere il tutto nell'armadietto
- Ogni armadietto utilizzato deve essere disinfettato dall'utente prima dell'uscita dal centro con i disinfettanti presenti nello spogliatoio
- È vietato l'utilizzo degli asciugacapelli comuni (volendo si può portare il proprio da casa)
- È tassativo cambiarsi le scarpe prima di accedere alle sale di allenamento
- In sala pesi e nelle altre sale di allenamento è obbligatorio mantenere la distanza di 1 metro in fase di riposo e di 2 metri in fase di lavoro e non è obbligatorio l'uso della mascherina
- Non è consentita l'assistenza in sala pesi né da parte dell'istruttore né da parte di altro utente
- Ogni attrezzo, panca, tappeto etc. che si usa va alla fine dell'allenamento disinfettato dall'utente ed è obbligatorio l'uso dell'asciugamano
- È severamente vietato lo scambio di oggetti personali (telefoni, tablet, borracce, asciugamani, etc.)

SI RICORDA CHE SI PUÒ ACCEDERE ALLA STRUTTURA SOLO TRAMITE APPUNTAMENTO PER QUALSIASI TIPO DI DISCIPLINA, SALA PESI, SPINNING, SALA CORSI

L'utilizzo della macchinetta del caffè e dell'acqua è consentito solo una persona alla volta e prima dell'utilizzo è obbligatorio disinfettarsi le mani