

## Estimado Socio:

Ponemos a tu disposición el siguiente protocolo que describe claramente las medidas que estrictamente se deben seguir durante el **Semaforo Amarillo** para la reapertura y práctica de esta actividad, esto con la finalidad de preservar y garantizar la sana distancia por la seguridad de nuestros socios minimizando los riesgos de contagio (Covid-19).



### HORARIO y RESERVACIONES

Lunes a Viernes de 6:00 a 21:00 hrs  
Sábado y Domingo de 6:00 a 19:00 hrs

**Reservar un día antes con el instructor**

**Luis Ortiz 614 511 21 66 de lunes a viernes de 9:00 a 19:45 hrs  
Sábado y Domingo de 11:00 a 19:00 hrs**

### AFORO



Limitado a 10 personas cada 45 min.



### SANITIZACION

Es obligación del socio sanitizar y limpiar los aparatos o equipos antes y después de utilizarlos. (El club proporcionara el material para hacerlo).



Evita el saludo físico, de mano, abrazo, etc.



### SANA DISTANCIA

Se deberá respetar **EN TODO MOMENTO** la **SANA DISTANCIA** de por lo menos 2 metros, antes, durante y al terminar tu rutina.



### BAÑOS WC

El acceso a los baños estara limitados a turnos de una sola persona.

### VESTIMENTA



Traer la ropa adecuada para realizar tu rutina, no habrá vestidores abiertos.



### TOALLAS

**EL CLUB NO PROPORCIONARA TOALLAS NI MANTAS**, traer tus propias toallas, dos, una para el secado del sudor y otra para colocar sobre los aparatos brindando protección a si mismo, como al equipamiento.

### AYUDA EN RUTINA



No se permitirán rutinas donde tenga interacción directa entre los participantes o con el entrenador. No excedas el peso que puedes cargar. Una sola persona por estación o aparato.



### ALIMENTOS

Prohibido consumir alimentos dentro de la instalación (barras energéticas, refrigerio, etc.). Se recomienda traer termo con agua.

### INDICACIONES



Respetar en todo momento las indicaciones de nuestro personal, evita sanciones.



### TIEMPO

El tiempo máximo de estancia en el gimnasio sera de 45 minutos, en caso de que haya gene esperando.

### SEGURIDAD



Evita las conversaciones con otros socios o profesores.

**Se deberá usar el cubrebocas en todo momento.**

Después de terminar tu rutina, despidete brevemente y evita aglomeraciones.

IMPORTANTE: Este protocolo está sujeto a modificación en el momento que la Administración lo considere necesario.