

Apertura Sala Pesi 1 Giugno 2020

Regolamento

- L'Accesso alla sala pesi è consentito solo ed esclusivamente a chi è in **regola** con il **certificato medico**.
- Obbligo di **prenotazione telefonica** in segreteria (Tel: 0666151916 orario dalle ore 10:00 alle 18:00) per la fascia oraria di allenamento. Primo giorno in cui si potrà telefonare, per prenotare, è Domenica 31 maggio a partire dalle ore 10:00.
- Si potrà **prenotare** l'allenamento per il **giorno stesso** oppure per il giorno successivo.
- Obbligo di utilizzo di un **asciugamano personale**.
- Obbligo di **sanificazione dell'attrezzo** utilizzato.
- Gli spogliatoi sono accessibili contemporaneamente ad un **massimo di 15 persone**.
- La palestra sarà dotata di **Entrata ed Uscita diversificate**.
- **Divieto di assembramento** all'ingresso degli spogliatoi e della palestra.
- Ogni seduta di allenamento avrà la **durata** massima di **75 minuti**.
- L'utilizzo dei macchinari **cardio** sarà di **25 minuti**.
- Il numero massimo di persone **consentito** in una seduta è di **17** più 1 istruttore.
- Il **guardaroba** interno alla palestra sarà **posizionato all'esterno** (sul lato piscina).
- **Non è consentito** lasciare **borse e/o** indumenti negli armadietti dello spogliatoio (vedi regolamento utilizzo spogliatoio).
- **E' vietato** lasciare **indumenti in sala**; ogni indumento deve essere riposto nella propria borsa.
- E' consentito l'utilizzo degli armadietti porta oggetti; l'utilizzatore dovrà riporre i suoi effetti personali (orologio, portafoglio, etc) **obbligatoriamente all'interno** di un **sacchetto**.

TURNI DI PRENOTAZIONE DAL LUNEDI' AL VENERDI'

09:00	-	10:15
10:30	-	11:45
13:00	-	14:30
16:30	-	17:45
18:00	-	19:15
19:30	-	20:45

TURNI DI PRENOTAZIONE DEL SABATO

11:00	-	12:15
12:30	-	13:45
16:00	-	17:15

Nota Bene

- La sala rimarrà aperta solo ed esclusivamente negli **orari sopra indicati**;
- Per l'**accesso** al centro sportivo è obbligatorio **indossare la mascherina**;