

Regulamin korzystania z Twojego Centrum Aktywności w okresie pandemii koronawirusa COVID 19.

Regulamin obowiązuje od dnia 6 czerwca 2020 r. do odwołania.

Regulamin powstał na podstawie wytycznych otwarcia obiektów sportowych M. St. Warszawy w czasie epidemii koronawirusa w Polsce oraz **Ministerstwa Rozwoju i Głównego Inspektora Sanitarnego**.

Słownik :

- **Trener** – należy przez to rozumieć wyłącznie trenera lub instruktora sportu prowadzącego zajęcia lub obsługującego Uczestników na siłowni,
- **Pracownik** – należy przez to rozumieć osobę fizyczną wykonującą w imieniu właściwego zarządcy obiektu sportowego czynności związane z funkcjonowaniem fitness klubu,
- **Uczestnik** – należy przez to rozumieć każdą osobę, przebywającą w fitness klubie nie będącą Trenerem lub Pracownikiem.

1. W fitness klubie obowiązują zasady związane z ilością osób określone poniżej:
 - Sala siłowni - w tym samym czasie może przebywać nie więcej niż 8 Uczestników,
 - Sala Cross - w tym samym czasie może przebywać nie więcej niż 9 Uczestników,
 - Sauna - w tym samym czasie może przebywać nie więcej niż 2 Uczestników.
2. Pracowników oraz Trenerów nie wlicza się do ogólnej liczby korzystających wskazanych w pkt. 1
3. Z usług fitness klubu nie mogą skorzystać osoby, które:
 - obserwują u siebie objawy choroby zakaźnej; powinni udać się do domu i skorzystać z teleporady medycznej,
 - są objęci kwarantanną lub izolacją,
 - mieli w ciągu ostatnich 14 dni kontakt z osobą podejrzaną o zakażenie, zakażoną lub chorą na COVID-19.
4. Każdy Uczestnik, Trener i Pracownik przed wejściem do fitness klubu jest zobowiązany do dezynfekcji rąk oraz własnego sprzętu sportowego o ile taki posiadają, a przed wyjściem – do dezynfekcji rąk.
5. Na terenie fitness klubu obowiązuje zakaz bezpodstawnego przemieszczania się Uczestników. Dopuszcza się wyłącznie przemieszczanie w celu przebrania się, odbycia aktywności (przejście na zajęcia i wyjście z nich) oraz skorzystania z wyznaczonych węzłów WC.
6. Kontakt z recepcją, inny niż na potrzeby obsługi Uczestnika, dokonywany jest wyłącznie telefonicznie lub za pośrednictwem poczty elektronicznej.
7. Rekomendowany jest zakup karnetów on-line lub płatność kartami płatniczymi w recepcji fitness klubu.
8. Czas trwania zajęć typu CROSS ustala się na 60 min. Po nim następuje 15 min. przerwy przeznaczonej na wietrzenie sali, dezynfekcję oraz ograniczenie kontaktu między wychodzącymi i wchodzącymi Uczestnikami zajęć.
9. Uczestnicy i Trenerzy po zakończeniu zajęć są zobowiązani do niezwłocznego opuszczenia fitness klubu w celu uniknięcia gromadzenia się osób.
10. Nakazuje się zachowanie bezpiecznej odległości między Uczestnikami, Trenerami oraz Pracownikami. Rekomendowane są minimum 2 m.
11. Podczas kaszlu i kichania zakrywać usta i nos zgiętym łokciem lub chusteczką – jak najszybciej wyrzucić chusteczkę do zamkniętego kosza i umyć ręce.
12. Należy używać jedynie swoich ręczników oraz butelek z wodą lub napojami.

13. Po zakończonym ćwiczeniu należy zdezynfekować po sobie sprzęt lub urządzenie treningowe udostępnionym środkiem do dezynfekcji. Zaleca się w miarę możliwości korzystanie przez Uczestników z własnego sprzętu typu maty itp.
14. Uczestnicy, którzy w sposób rażący naruszają zasady bezpieczeństwa, podlegają upomnieniu przez Trenera lub Pracownika i w ostateczności mogą zostać poproszone o opuszczenie obiektu ze skutkiem natychmiastowym.
15. Jeśli u Uczestnika wystąpią niepokojące objawy chorobowe podczas korzystania z siłowni/fitness zostanie on odsunięty od zajęć i poproszony o jak najszybsze udanie się transportem indywidualnym (własnym, sanitarnym) do domu albo oddziału zakaźnego.
16. W przypadku wystąpienia sytuacji opisanej w pkt. 15 zostaną przerwane zajęcia, w celu gruntownej dezynfekcji przestrzeni, w których przebywał zakażony Uczestnik oraz dezynfekcji urządzenia/sprzętu, który był wykorzystywany przez niego w trakcie treningu.

Dyrekcja UCSiR

