

UZUPEŁNIENIE DO REGULAMINU CENTRUM SPORTOWEGO COM-COM ZONE TARNÓW GEMINI PARK W TRAKCIE EPIDEMII SARS-CoV-2 W POLSCE

1. Klient może skorzystać z usług Centrum Sportowego ul.XVI Pułku Piechoty 12, 33-100 Tarnów:
2. • jego stan zdrowia pozwala na udział w ćwiczeniach i zajęciach;
• nie zaobserwuje u siebie objawów choroby zakaźnej (m.in. wysoka temperatura, biegunka, suchy kaszel, bóle mięśni i stawów, bóle głowy, kłopoty z oddychaniem);
• Klient ani nikt z jego domowników nie jest objęty kwarantanną lub izolacją;
• nie miał w ciągu ostatnich 14 dni kontaktu z osobą podejrzaną o zakażenie, zakażoną lub chorą na COVID-19.
3. Zajęcia są prowadzone w 55 minutowych turach pomiędzy którymi obowiązuje co najmniej 15 minutowa przerwa ograniczająca kontakt pomiędzy uczestnikami zajęć oraz pozwalająca na dezynfekcję sali.
4. Osoba wchodząca oraz wychodząca z centrum jest zobowiązana do zdezynfekowania rąk (przy wchodzeniu oraz wychodzeniu z obiektu).
5. Obowiązuje bezzwłoczna zmiana obuwia po wejściu do Centrum Sportowego. Po zakończonym treningu należy zdezynfekować szafkę.
6. Na terenie całego obiektu obowiązuje odległość przynajmniej 2 m pomiędzy klientami i pracownikami Centrum oraz odstęp 1,5 m między przyrządami do ćwiczeń, jak również zasada 1 osoba na 7 m kw. powierzchni.
7. Uczestnik zajęć zobowiązuje się do noszenia na terenie obiektu maseczki lub osłony zakrywającej usta i nos (ściągnięcie maseczki następuję w czasie treningu na sali fitness/siłowni lub podczas ćwiczeń indywidualnych);
8. Stosuj się do informacji zamieszczonych w obiekcie oraz do poleceń obsługi.
9. Maksymalna ilość osób ćwiczących w każdej sali fitness wynosi 10 osób (przy zachowaniu zasady 1 osoba na 7 m kw. powierzchni).
10. Maksymalna ilość osób ćwiczących na siłowni wynosi 21 osób (przy zachowaniu zasady 1 osoba na 7 m kw. powierzchni).
11. Prosimy o korzystanie z infrastruktury obiektowej po i przed zajęciami w najkrótszym czasie jaki jest możliwy.
12. Prosimy o dezynfekcję przyrządów do ćwiczeń po zakończeniu ich używania. Płyny do dezynfekcji znajdują się w salach fitness oraz siłowni, czynność realizowana jest przez klienta.
13. Zaleca się w miarę możliwości do korzystania z własnych pomocy jak maty czy ręcznik układany na matę.
14. Zachęcamy osoby z grup wysokiego ryzyka (osoby w wieku powyżej 60 roku życia lub cierpiące na choroby przewlekłe), o rozważenie decyzji o zaniechaniu korzystania z zajęć fitness do czasu ustania zagrożenia epidemicznego.
15. W związku z pandemią koronawirusa SARS-CoV-2 Centrum Sportowe GEMINI PARK Tarnów:
• możliwości skrócenia czasu trwania zajęć o 5 min, na potrzeby dezynfekcji sprzętu, przewietrzenia sali oraz ograniczenia spotkań wymieniających się grup;

- obowiązku dokładnej dezynfekcji używanego sprzętu przez osobę ćwiczącą po zajęciach;
- dopuszczenia ograniczonej liczby klientów w sali (maksymalnie 1 osoba na 7 m²).

Dyrektor Centrum Rozwoju Com-Com Zone Tarnów Gemini Park



www.comcomzone.pl

Centrum Rozwoju Com-Com Zone Tarnów

ul. XVI Pułku Piechoty | 12, 33-100 Tarnów
T: +48 14 691 95 55 | M: +48 603 890 338
E: repcja.tarnow@comcomzone.pl

Stowarzyszenie SIEMACHA

ul. Długa 42 | 31-146 Kraków
T: +48 12 632 11 88 | F: +48 12 425 07 55
E: sekretariat@siemacha.org.pl

Zasila
nas-
KRS 0000207304