



ANCHE IL NAUTILUS INDOOR RIPARTE

La nuova ordinanza da parte della Regione Lazio ha permesso la riapertura dei centri sportivi, pur nel rispetto di rigorose normative di sicurezza volte alla tutela di tutti i presenti all'interno dell'impianto. Tra esse citiamo ad esempio lo stretto controllo dell'acqua delle piscine, le opere di sanificazione all'interno dei locali, il distanziamento sociale, sia nei luoghi di non attività (reception, corridoi, spogliatoi) che negli spazi dedicati all'esercizio fisico, la regolamentazione degli accessi, in termini sia numerici che di verifica (o autodichiarazione) dell'assenza di temperatura, il controllo sugli apparati di immissione ed estrazione dell'aria nelle sale.

Alla luce di ciò, siamo felici di condividere assieme a te la nostra ripartenza, già parzialmente avvenuta in questa settimana con i programmi di attività nell'area esterna (consentiti già da precedente normativa), fondata sull'obiettivo di rigodere insieme degli immensi benefici dell'attività fisica e sportiva, ma coniugandoli all'imprescindibile necessità di uno svolgimento di essa in piena sicurezza. Animati dunque da questo proposito, il riavvio delle attività avverrà in maniera progressiva e con un rigoroso controllo del numero di accessi all'interno del circolo.

Lunedì 25 maggio verranno riattivate tutte le attività di 'terra' per adulti, mentre Mercoledì 27 sarà la volta delle attività acquatiche per adulti e delle attività agonistiche acquatiche. Durante la settimana attueremo uno stretto controllo sullo svolgimento della vita sportiva del centro, prevedendo la riapertura di tutte le altre attività giovanili a partire da Mercoledì 3 Giugno.

Per la partecipazione a qualunque attività ti richiediamo cortesemente:

- E' richiesta la prenotazione (non prima delle 24h dall'inizio dell'allenamento) tramite l'apposito link che sarà pubblicato giornalmente o contattando la segreteria al numero whatsapp 320.4186650 o allo 06.7231464 indicando l'orario e il tipo di attività a cui intendi

partecipare. N.B. la prenotazione obbligatoria anche per le attività di sala pesi e nuoto libero; sono escluse da prenotazione solo le attività di scuola nuoto e le attività delle squadre agonistica.

- E' momentaneamente permessa la prenotazione di una sola attività al giorno
- Qualora per qualunque motivo non riuscissi a venire ad allenarti, ricorda sempre di disdire la prenotazione

Per accedere al centro:

- Ti verrà chiesto di poter misurare la temperatura corporea e di sottoscrivere l'autodichiarazione sul tuo stato di salute.
- Prima dell'accesso indossa la mascherina e i copri-scarpe per le calzature.

All'interno degli spogliatoi:

- Cerca, se possibile, di indossare la mascherina e mantieni la distanza interpersonale minima di 1 metro
- Non troverai più gli appendiabiti poiché nel rispetto della normativa dovrai riporre i tuoi indumenti nella borsa, per la quale sono a tua disposizione gli armadietti. Al termine dell'utilizzo ti chiediamo di collaborare nell'igienizzazione dell'armadietto che hai utilizzato, su cui noi comunque vigileremo.
- Alcune docce e phon sono stati disattivati per garantire il rispetto della distanza interpersonale.
- E' certamente possibile venire già vestito per l'attività sportiva, ma ti chiediamo in quel caso di portare delle calzature pulite apposite per l'attività sportiva.

Nelle aree fitness:

- Non è richiesto l'uso della mascherina ma il rispetto della distanza interpersonale di 2 metri.
- Al termine dell'utilizzo di ogni macchinario e di qualsiasi attrezzo, collabora prendendoti cura di igienizzarlo, posto che il nostro staff vigilerà su questo.

In piscina:

- Fai un'accurata doccia all'ingresso della vasca, dove troverai anche un dispenser di sapone, prima di accedere sul bordo vasca.
- In acqua, cerca di mantenere sempre la distanza interpersonale, specie nelle pause di riposo.
- Tieni presente, che, per aumentare la sicurezza dell'ambiente piscina, abbiamo già rimosso la copertura del tetto. E' quindi possibile che in alcune ore di apertura, come la primissima mattinata e la tarda sera, la temperatura esterna possa risultare più fresca del solito: abbiamo preferito questo per aumentare ulteriormente la tua sicurezza durante l'allenamento.

Limita cortesemente la tua presenza nel centro per il tempo necessario al tuo allenamento, godendoti i momenti di relax post-allenamento nelle aree esterne.

Ringraziandoti per la tua collaborazione, non vediamo l'ora di rivederti tra noi e ricorda che siamo a tua disposizione sui nostri canali telefonici, whatsapp, e social.