



PROTOCOLLO DI SICUREZZA COVID-19 PER L'ACCESSO AI CORSI DI ATTIVITÀ MOTORIA POST-RIABILITATIVA E DI MANTENIMENTO A FAVORE DI SOGGETTI CON CARDIOPATIE STABILIZZATE

1. Presentarsi adeguatamente vestiti per svolgere l'attività motoria con scarpe ginniche indossate che dovranno essere pulite prima di entrare in palestra.
2. Essere in possesso di cardiofrequenzimetro e fascetta 5,3 Hz e di stuoia o materassino personale.
3. All'entrata, sarà disponibile dispenser con soluzione alcolica per il lavaggio delle mani.
4. È necessario indossare la mascherina chirurgica per tutta la durata dell'attività e negli spazi chiusi comuni.
5. All'entrata in palestra, riporre e sigillare i propri indumenti ed oggetti nella borsa personale. Vicino ad ogni bike si troverà un attaccapanni personale.
6. Durante la lezione si consiglia il distanziamento interpersonale evitando contatti ravvicinati.
7. È consentito trattenersi all'interno della struttura solo per il tempo necessario al completamento del programma di attività motoria e di **non sostare prolungatamente** negli spazi esterni alla palestra.
8. La palestra verrà arieggiata e saranno disinfettate le attrezzature utilizzate al termine di ogni turno.