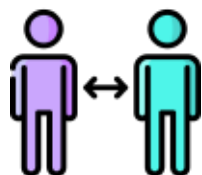


PROCOLO DE APERTURA - GIMNASIO GENERALES Y MEDIDAS COVID-19



COUNTRY CLUB
DE VILLA



Mantener en todo instante la distancia social mínima de 2mts entre las personas, tanto con los jugadores como con los colaboradores.



Se distribuirá dispensadores con productos desinfectantes de manos en las distintas zonas del club.



El horario de atención para el Asociado del Gimnasio será desde las 6:00am hasta 6:00pm. El aforo de asistentes al gimnasio se reducirá a 15 personas por hora.



Los Asociados deberán portar la mascarilla de forma obligatoria dentro y fuera del gimnasio.



El Club no contará con dispensadores de agua.



Cada Asociado debe traer su toalla personal. Está prohibido el servicio de alquiler de toallas.



Se restringirá el ingreso a menores de 15 años de edad.



De presentar algún síntoma del COVID-19 no asistir al Club.



El Asociado debe desinfectarse el calzado usando el pediluvio ubicado antes del ingreso al Gimnasio



El Asociado debe acudir al Gimnasio usando la ropa con la que va a entrenar.



Es obligatorio pasar por el control de medición de temperatura.



Lavarse las manos frecuentemente. Usar alcohol gel.

RESTRICCIONES DURANTE EL USO DEL GIMNASIO



COUNTRY CLUB
DE VILLA



No Tocar

Está prohibido tocar el material de otro Asociado (toallas, maletas, entre otros).



No dar la Mano

El Asociado debe saludar de manera verbal y brindar del mismo modo su código. Está prohibido cualquier tipo de contacto físico.



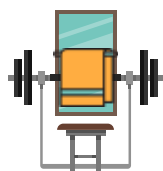
Máquinas

Antes y después de utilizar las máquinas, colchonetas e implementos deportivos del gimnasio, el Asociado debe desinfectar los mismos con un rociador de solución desinfectante y secarlos con un paño absorbente.



Desinfección

Durante el uso del Gimnasio, el Asociado debe desinfectarse continuamente las manos con alcohol gel.



Toallas

El Asociado debe utilizar su toalla de forma permanente y colocarla como base antes de recostarse en cualquier máquina o colchoneta del gimnasio.



Trotadora

Algunas de las máquinas trotadoras, elípticas y bicicletas se inhabilitarán con la finalidad de que los Asociados estén a mínimo 2mts de distancia.



Instructor

Debe orientar al Asociado con su rutina de ejercicios asignada, indicándole la forma y posición de realizar el ejercicio y la utilización de las máquinas, siempre portando su mascarilla y manteniendo la distancia social de 2 mts como mínimo.



Terminada la Reserva

Luego de finalizada la hora de reserva, el Instructor debe indicar a los Asociados que se retiren del gimnasio. Al salir del Gimnasio, el Asociado debe desinfectar su calzado en el pediluvio, lavarse las manos y desinfectarse con alcohol en gel.



1. Reservas:



Todas las reservas se realizarán vía aplicativo móvil con 24 horas de anticipación. Los turnos serán de 15 personas por hora, en el horario de 6:00am hasta las 6:00pm. Toda consulta la podrá realizar a través del correo electrónico:

martin.limonchi@countryclubvilla.org.pe

2. Cancelación Reserva:



Toda cancelación de reserva se podrá efectuar vía aplicativo móvil con 3 horas de anticipación como mínimo, con la finalidad de dar la oportunidad a otro Asociado de poder hacer uso del GYM.

3. Instructor:



Debe orientar al Asociado con su rutina de ejercicios asignada, indicándole la forma y posición de realizar el ejercicio y la utilización de las máquinas, siempre portando su mascarilla y manteniendo la distancia social de 2 metros como mínimo.

4. Rutina de Ejercicios:

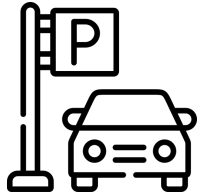


Las hojas de rutina deberán ser enviadas por correo electrónico o a través de WhatsApp según requerimiento del Asociado. Debe actualizar la rutina del Asociado en el formato electrónico considerando las necesidades y las metas requeridas por cada uno.

5. Limpieza y Desinfección:



El personal de servicios generales realizará la limpieza y desinfección de las áreas del Gimnasio por un periodo de 15 minutos luego de finalizado cada turno.



Terminar

Luego de utilizar el gimnasio, se recomienda retirarse directamente a su domicilio, portando siempre su mascarilla y manteniendo la distancia social mínima de 2 mts.



Al finalizar

Al salir del Gimnasio, el Asociado debe desinfectar su calzado en el pediluvio, lavarse las manos con agua y jabón, desinfectarse las mismas con alcohol en gel y secárselas con papel toalla en la estación de lavado ubicada frente a la puerta del gimnasio.



Asistente de ROD

Debe verificar en todo momento el cumplimiento de toda la Normativa e Instrucciones de Prevención COVID-19 por parte de los Asociados y por parte de los colaboradores a su cargo y reportar cualquier incumplimiento a su jefe inmediato para la ejecución de las acciones correspondientes.



Operarios SSG

Al finalizar el día, luego del último turno de atención en el Gimnasio, deben desinfectar toda el área haciendo uso de la mochila moto fumigadora de desinfección. Luego de la desinfección, deben limpiar profundamente toda el área del Gimnasio.