



## área fitness

# PROTOCOLO PARA CLASES COLECTIVAS

## TEMPORADA 2020-2021

En el Real Canoe N.C. y en relación al Covid-19, hemos tomado algunas medidas para ofrecerte un espacio seguro, saludable y alegre. Deseamos que puedas continuar realizando actividades en el mejor entorno posible.

### PROTOCOLO A SEGUIR

#### ¿Cuántos alumnos?

- Aforo limitado por clase a 10 Alumnos

#### Reserva de plaza

- Para regular el aforo por grupo hemos tomado la decisión de realizar reservas por cada clase en el programa de Cuota Única.

#### ¿Cómo reservo mi plaza?

- Puedes realizar tu inscripción en el Departamento de Gestión, en el grupo o grupos en los que estés interesado/a

#### Renovación de la reserva

- Tienes que renovar cada mes tu reserva confirmando en el Departamento de Gestión la continuación en el grupo al que te inscribiste durante los cinco últimos días de cada mes o por el contrario, comunicando la baja/cambio a otro grupo dentro del mismo plazo.
- No se podrán reservar más de dos clases diarias.

## Clases Virtuales

- Se ha creado una opción para realizar clases virtuales impartidas por nuestros monitores, con la que podrás elegir un determinado número de clases identificadas en el folleto.

## Mascarilla

- Tal y como nos indica la Comunidad de Madrid es **obligatorio** el uso de la mascarilla en actividades físicas de interior, solo a excepción de cuando existan 3 metros de distancia de seguridad entre usuarios.

## Salas

Hemos parcelado las salas con marcas de dos metros cuadrados para facilitarte un espacio más seguro

## LO QUE TE PEDIMOS POR TU SEGURIDAD Y LA DE LOS DEMÁS ES:



Si tú o alguien de tu entorno tiene algún síntoma (tos, fiebre, dificultad para respirar), icuídate y quédate en casa! Está bien descansar o puedes usar nuestra aplicación para entrenar en casa.



No beber directamente de los grifos.



Lávate las manos antes de entrenar.



Limpia el material que utilices antes y después de cada clase.



Mantén la distancia de seguridad de 1,5m con las otras personas.



Uso obligatorio de mascarilla durante la clase. Es necesario que traigas tu propia toalla.



¿Te encanta tu propia esterilla? ¡Siéntete libre de traerla!



Un poco triste pero más seguro: No tocar ni darse la mano.