

NORMATIVA PROGRAMAS DEPORTIVOS: EN FORMA Y AULA SALUD

- El acceso a los programas deportivos de En Forma y Aula Salud es exclusivo para Socios de Deportes, a excepción de aquellas fechas en las que el Servei d'Esports indique lo contrario.
- Se requiere una reserva previa de plaza para acceder a cualquier actividad.
- La reserva de plaza es semanal. Todos los viernes a las 23h se darán bajas y a partir de las 23.30h se podrá reservar plaza para la siguiente semana.
- La reserva de plazas se mantendrá siempre abierta a través de la Intranet y en la Oficina de Información del Servei d'Esports, condicionada a la disponibilidad de plazas libres.
- No hay restricciones sobre el número de reservas de plazas. A excepción de musculación, límite de 5h/semana.
- El control de acceso a las actividades se realizará mediante un ordenador situado en la sala donde se desarrolle la actividad. Se deberá teclear el DNI o nº identificativo. Se podrá fichar desde la hora de comienzo de la sesión hasta 6 minutos después de la hora de comienzo de la sesión.
- No se podrá acceder a las salas hasta que llegue el/la monitor/a o personal del Servei d'Esports.
- Se deberá acceder a las salas de manera ordenada y respetando el orden de cola, en caso de haberla.
- Es imprescindible teclear el DNI o nº identificativo en el ordenador de la sala antes de coger el material deportivo.
- Es obligatorio el uso de toalla, calzado deportivo adecuado y limpio.
- Queda prohibido el acceso a las salas con bolsas, mochilas,...
- Es obligatorio recoger el material utilizado en cualquiera de las actividades y salas.



SERVEI D'ESPORTS

- Si el/la monitor/a lo considera necesario se requerirá certificado médico para continuar en la actividad.
- El Servei d'Esports se reserva el derecho de anular y/o modificar aquellas actividades que no tengan suficiente demanda.

Medidas y recomendaciones COVID-19

- Las sesiones de 60 minutos se reducirán a 50 minutos y las de 90 minutos a 80 minutos.
- Limitación de reserva de 5h/semanales en musculación
- Hemos adaptado los aforos para cumplir las restricciones sanitarias y normativas vigentes.
- Bailes latinos y bachata se impartirá en línea y no por parejas.
- Se recomienda a cada usuario traer su propio material (colchonetas y banda elástica).
- Es obligatorio el uso de 2 toallas en la sala de musculación y spinning (una para limpieza de sudor y otra para uso de material), y 1 toalla en el resto de salas.
- Cada usuario debe desinfectar el material usado al finalizar la sesión, así como el espacio que haya podido ensuciar por sudoración.
- Se recomienda el uso de guantes, muñequeras y cintas/pañuelos para la cabeza.
- Es obligatorio el uso de calcetines antideslizantes o zapatillas, queda prohibido realizar actividades descalzos/as.
- Debes mantener la distancia de seguridad y usar mascarilla en las zonas de paso.
- Sé responsable y reserva plaza sólo en los grupos que sepas con seguridad que podrás asistir. Piensa en los demás.