

MODALITÀ DI PARTECIPAZIONE AI CORSI IN PRESENZA **attualizzato al 01 settembre 2022**

CHIUSURA OBBLIGATORIA IN CASO DI NUOVA EMERGENZA SANITARIA

Se si dovesse ripresentare l'obbligo di una nuova **chiusura forzata causa Covid-19**, le lezioni non si interromperanno, ma **proseguiranno sulla piattaforma ZOOM** con un programma orario che verrà definito dall'associazione. Le lezioni si considereranno svolte e **non saranno emessi voucher o restituite quote in nessun caso**. Rimangono **esclusi dalle lezioni su ZOOM** i corsi di **ginnastica anti-età e con la sedia**, i corsi in **piscina** e tutti i corsi di Pilates che prevedono l'uso di macchinari (**Springboard, duetto e individuale**).

DISTANZE DI SICUREZZA E USO DI MASCHERINA

Punto K seguirà le direttive dell'OMS per distanziamento e utilizzo di mascherine. In caso di cambiamenti delle regole in vigore i tesserati dovranno attenersi alle regole di governo.

RECUPERI

I recuperi sono possibili ma con prenotazioni. Per prenotarsi un recupero in un corso di viale Europa e in piscina dovrà essere utilizzato il portale sul nostro sito **www.puntok.com**. Per prenotarsi recuperi nelle sale di Via Novacella e viale Trieste si continuerà con la prenotazione via WhatsApp. Per chi volesse **mantenere la regolarità in caso di assenza**, offriamo un servizio di **videolezioni** su abbonamento per sostenere i nostri atleti nell'allenamento a casa. I **video sono accessibili in ogni momento e ovunque** ci si trovi dal portale **www.puntok.eu** Per i nostri tesserati l'abbonamento è a **tariffa molto speciale**. Tale servizio **non è obbligatorio**.

INGRESSO

Si prega di arrivare solo **5 minuti** prima della lezione e possibilmente già vestiti per fare ginnastica di modo da doversi fermare negli spogliatoi solo per cambiare le scarpe e lasciare la giacca.

DISINFEZIONE delle MANI/MISURAZIONE TEMPERATURA

All'ingresso di ogni sala si trova un apposito dispenser con GEL ANTISETTICO per la disinfezione delle mani.

ACCESSO ALLA PALESTRA SOLO CON CALZINI o SCARPE DA GINNASTICA esclusivamente utilizzate per la PALESTRA

Nella sala NOVACELLA abbiamo allestito delle sedie e un portascarpe nel corridoio di ingresso. Si prega di **togliere le scarpe** e lasciarle nell'apposita scarpiera. L'accesso alle sale e agli spogliatoi sarà possibile solo con calzini antiscivolo. **Non è consentito praticare attività scalzi**.

Nella sala EUROPA verranno **controllate** rigorosamente le soles delle scarpe da ginnastica. Non sarà consentito l'accesso con scarpe sporche o non adeguate alla ginnastica.

ASCIUGAMANO e TAPPETINI

È obbligatorio utilizzare un asciugamano grande per coprire tutto il tappetino o i macchinari per i duetti/individuali. Chi ne fosse sprovvisto dovrà disinfettare il tappetino prima e al termine della lezione.

SPOGLIATOI

Vi preghiamo di venire a lezione con l'abbigliamento da ginnastica, per evitare il più possibile la permanenza negli spogliatoi. Il numero massimo di persone all'interno dello spogliatoio e l'eventuale utilizzo delle mascherine sarà determinato dalla legge in vigore al momento dell'inizio dei corsi.

APPELLO

Faremo l'appello e terremo **nota delle presenze** in appositi registri.

CORREZIONI

Le correzioni potranno essere **solo verbali**, dovremo rinunciare in questo periodo a correggere manualmente