

Medidas de Segurança

Medidas Gerais:

- É obrigatório o cumprimento do distanciamento físico de 2m metros entre pessoas;
- O uso de máscara é obrigatório para sócios e colaboradores;
- Em todas as áreas do clube, sócios e colaboradores devem higienizar as suas mãos com gel desinfetante;
- A limpeza e desinfecção de todos os espaços foram reforçadas com os produtos indicados para o efeito; e
- Recepção com áreas limitadas de circulação e acrílico para proteção dos funcionários.

Sala de exercícios:

- Sócios e colaboradores devem desinfetar as suas mãos à entrada e saída com gel desinfetante;
- Antes e após a utilização dos equipamentos, deve desinfetá-los com o gel disponibilizado;
- Utilização de máscara recomendada durante circulação, mas não obrigatória enquanto prática de exercício físico.;
- Obrigatório o uso de toalha;
- Zona de musculação com 1 pessoa por cada 3m²
- Não é permitida a utilização de calçado da rua;
- Cacifos fechados de forma intercalada permitindo apenas 50% da ocupação
- A limpeza e desinfecção das máquinas e de todos os materiais foram reforçadas; e
- O tempo de permanência recomendado não deve exceder a uma hora.

Balneários:

- Higienização e desinfecção reforçadas nas zonas dos cacifos e casas de banho; e
- Os duches estão indisponíveis, temporariamente, até novas indicações da DGS.

Avaliação Física/Nutrição:

- Consultas de nutrição e avaliações físicas requerem marcação prévia;
- Os horários devem ser cumpridos para evitar cruzamento de sócios ou em espera;
- Higienização deve ser feita com gel desinfetante antes e depois; e
- No final de cada consulta/avaliação, as superfícies e equipamentos serão desinfetados

Gratos pela compreensão.