

Gimnasio LAS MERCEDES

PLAN PARA REANUDACIÓN DE ACTIVIDAD

PROTOCOLO SOCIOS



1	Protocolo Las Mercedes-Socios	3
1.1	Método de reserva	3
1.2	Cómo actuar en el Gimnasio y las instalaciones	5
1.2.1	A la entrada y a la salida	5
1.2.2	Uso de máquinas y sala AADD y clases colectivas	5
1.2.3	Vestuarios, duchas y sauna	5

En consecuencia con el Artículo 121-2. BOE Derechos protegidos y la Ley 31/1995, The Corporate Gym ha establecido un protocolo de puesta en marcha de la instalación para velar por la seguridad y protección en materia de seguridad y salud tanto de usuarios, como del personal.

1 Protocolo Las Mercedes-Socios

Antes del acceso a la instalación del gimnasio será necesario tener en cuenta las medidas indicadas por Las Mercedes a todos los trabajadores, así como las establecidas en este protocolo.

El uso de mascarilla es obligatorio.

1.1 Método de reserva

Los accesos se pedirán mediante reserva por aparatos y/o zonas en horarios regulados mediante la página web con las credenciales del socio.

Se han establecido **7 franjas** horarias: **7:00-8:10; 8:30-9:40; 11:30-12:40; 13:00-14:10; 14:30-15:40; 16:00-17:10 y 17:30-19:00**. En cada una se podrán apuntar un máximo de 12 personas a la vez: 6 mujeres y 6 hombres.

Así mismo el tiempo para cada usuario/a estará limitado a 1h10 efectiva, con de 40' de entrenamiento máximo y 30' de vestuarios, repartidos de la siguiente manera: 10' antes del ejercicio y 20' después del ejercicio.

El usuario que no tenga reserva para ese día y hora, verá su acceso denegado por el turno.

Con el fin de que todos los socios puedan disfrutar del gimnasio, se establece un número máximo de reservas: 3 reservas/semana. . Las reservas pueden efectuarse con 3 días de antelación.

En caso de 2/mes ausencias no justificadas*, se impedirá la reserva de clases durante 2 semanas.

* Justificantes aceptados: certificado médico o reunión con un superior justificada.

Encontrará un esquema del proceso al final de este documento.

¿Cómo hago mi reserva?

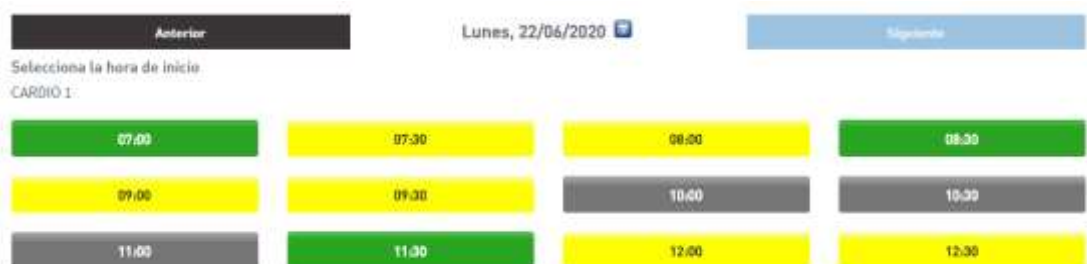
1. Entra con tu usuario y contraseña:



2. Te aparecerá la pantalla de siempre de inicio. Para reservar tienes que pinchar en actividades físicas de tu género.



3. Te llevará a la página de reservas (tendrás cardio ,zona de musculación y zona funcional). Son reservas de 1h y media. Pincha en la hora que deseas reservar (que este en verde).



4. Te aparecerá el siguiente recuadro. Pinchas en "Reservar". Y ya tendrías tu reserva hecha.



1.2 Cómo actuar en el Gimnasio y las instalaciones

Los monitores serán los encargados de revisar que todos los socios cumplen con el protocolo y guiarles en caso de ser necesario.

ES OBLIGATORIO EL USO DE MASCARILLA EN TODO EL GIMNASIO/VESTUARIOS EN TODO MOMENTO

1.2.1 A la entrada y a la salida

El usuario deberá limpiarse las manos al entrar en el gimnasio con el hidrogel disponible.

En todo momento el socio debe procurar mantener la distancia mínima aconsejada (1,5 metros) y siempre que sea posible, evitar cruzarse con el resto de personas en las instalaciones.

Es obligatorio el uso de toalla.

1.2.2 Uso de máquinas y sala AADD y clases colectivas

Se establece como norma obligatoria que tanto al instalarse/bajarse en una máquina como al coger/dejar material especificado por el monitor, el usuario debe limpiarla con papel y líquido desinfectante disponible.

El socio debe usar únicamente la máquina que ha reservado.

Se restringe el acceso a 2 personas en la zona de musculación.

Se restringe a 2 personas, el uso las "pesas libres" así como el uso de colchonetas y cualquier otro pequeño material será prescrito por el monitor el la

Las clases dirigidas se mantendrán on-line hasta nueva orden.

1.2.3 Vestuarios, duchas y sauna

El usuario deberá limpiar tanto a antes como después de su uso, el banco utilizado.

Se habilitaran taquillas con el distintivo "taquilla desinfectadas" y se limita el uso a estas taquillas señaladas.

Tras su uso, se dejará la tarjeta dentro de la taquilla utilizada para que pueda ser desinfectada.

Sólo podrá hacerse uso de las duchas no precintadas/habilitadas.

No se podrá hacer uso de los secadores.

No se podrá hacer uso ni de la sauna, ni de las duchas precintadas.

PROTOCOLO GIMNASIO



(*) En caso de no disponer de sus credenciales, solicitarlas en :
lasmercedesgym@thecorporategym.com