



**S.S.D. “Nuoto Club Castiglione”**

**MODULO INFORMATIVA UTENTI:**

***I FREQUENTATORI DOVRANNO RISPETTARE LE INDICAZIONI IMPARTITE DAGLI ISTRUTTORI, ASSISTENTI BAGNANTI, RECEPTION;***

1. Per accedere al nuoto libero, al parco e al solarium non è necessaria la prenotazione, all'ingresso verranno contingentati gli ingressi;
2. Nello spogliatoio all'aperto sono disponibili cabine a rotazione, docce e armadietti;
3. Chiediamo di lavarsi spesso le mani. Usare acqua e sapone e usare le soluzioni idroalcoliche, soprattutto prima e dopo l'utilizzo di armadietti e cabine a rotazione;
4. Non lasciare indumenti nelle cabine a rotazione, riporre tutti gli indumenti dentro la borsa e riporre la borsa dentro l'armadietto o portarla con sé nel prato. Le cabine e gli armadietti e i bagni vengono igienizzati ogni giorno e se possibile anche durante la giornata;
5. Negli spogliatoi è vietato l'utilizzo di asciugatori ad aria, è possibile usare i phon di vostra proprietà;
6. Possibilmente accedere nel Centro indossando già il costume;
7. Obbligo di doccia, prima dell'accesso in acqua;
8. In acqua mantenere la distanza prevista di almeno 2 metri;
9. In acqua è vietato sputare, urinare, soffiarsi il naso. Utilizzare i servizi igienici prima di entrare in acqua.
10. Evitare la sosta sul piano vasca, dopo aver nuotato;
11. Per accedere in palestra non è necessaria la prenotazione, all'ingresso verranno contingentati gli ingressi;
12. Per accedere alla palestra è obbligatoria la misurazione della temperatura corporea;
13. In palestra la mascherina è obbligatoria solo durante gli spostamenti, ma non durante l'attività sportiva;
14. Possibilmente accedere in palestra indossando già gli indumenti adatti, portando con sé scarpe pulite, tappetino e telo;
15. Mantenere, nei contatti sociali, una distanza interpersonale di almeno un metro, evitare nel prato e nelle aree comuni gruppi di più di 4 persone, a meno che non facciano parte dello stesso gruppo familiare (mamma, papà, figli);
16. Sono sempre vietati gli assembramenti;
17. Usare sempre la mascherina quando non si è nella propria postazione, ovvero quando **non si** è sul proprio lettino, al proprio ombrellone, mentre si prende il sole, nella propria cabina, nella propria doccia, in acqua e sul piano vasca. In tutte le altre aree comuni e quando si incontrano altre persone è obbligatoria.
18. I lettini vengono igienizzati alla sera;
19. Evitare l'uso promiscuo di bottiglie e bicchieri, in particolare durante l'attività sportiva;
20. Coprirsi bocca e naso se si starnutisce o tossisce;
21. Non scambiare con altri oggetti di uso personale (asciugamani, accappatoi, ecc.);
22. Evitare di consumare cibo negli spogliatoi.
23. Buttare subito negli appositi contenitori i fazzolettini di carta o altri materiali usati come cerotti, bende, ecc.
24. Si raccomanda ai genitori/accompagnatori di avere cura di sorvegliare i bambini per il rispetto del distanziamento sociale, delle norme igieniche e della sicurezza in acqua, compatibilmente con l'età degli stessi.
25. I bambini di età inferiore ai 3 anni devono usare il costume contenitivo o il pannolino specifico per l'acqua
26. In caso di sintomi di febbre, avvisare subito il personale;
- 27. DIVERTITI!**
- 28. RILASSATI!**
- 29. FAI LA TUA ATTIVITA' SPORTIVA IN SICUREZZA!**
- 30. GODITI LA TUA ESTATE!**
- 31. SII POSITIVO!**

**PER AVERE SEMPRE LE INFO AGGIORNATE CONSULTA IL NOSTRO SITO [www.centronuotocastiglione.com](http://www.centronuotocastiglione.com)  
e la pagina facebook piscina castiglione delle stiviere**