

# Protocolo de uso del Gimnasio Municipal del Centro Deportivo J.J. GÓMEZ QUINTANA

- Se podrán utilizar todas las máquinas y aparatos, mientras se respeten los 4 m<sup>2</sup> por usuario.
- En caso de que la distancia fuera inferior, se deberá desistir en el uso de ese aparato, hasta que se dé la distancia de seguridad adecuada.
- Cada usuario, para mayor seguridad, deberá limpiar las máquinas, esterillas, mancuernas, barras o cualquier material deportivo que vaya a utilizar. Para ello proporcionaremos los productos desinfectantes necesarios
- Se realizarán, así todo, desinfecciones completas de la sala, dos veces al día.
- Antes de entrar y al salir del espacio asignado, deberán limpiarse las manos con los hidrogeles que están disponibles por toda la instalación.
- Será obligatorio llevar mascarilla en todas las zonas de paso de la instalación y entre las zonas de aparatos.
- La obligación de usar mascarilla no será exigible para las personas que presenten algún tipo de enfermedad o dificultad respiratoria que pueda verse agravada por esta posibilidad, debiendo acreditarlo debidamente
- Recordamos también que es obligatorio usar toalla y ropa deportiva para la utilización de la sala.
- El aforo máximo es de 6 personas, divididas en tres zonas, 2 para la zona de gimnasia con aparatos, 2 para la zona de peso libre y 2 para la zona de cardio.
- Las bolsas, mochilas o efectos personales sólo se podrán dejar en los vestuarios.

- Con carácter general no se recomienda el uso de vestuarios, solamente en casos imprescindibles.
- Los turnos para poder hacer uso del gimnasio son de una hora.

Puedes llamar al **942 172 889** para concertar tu cita en el siguiente **horario:**

### **Lunes a Viernes**

Mañana: de 8:00 a 14:00.

Tarde: de 16:00 a 22:00.

### **Sábados**

Mañana: de 9:00 a 14:00.

Tarde: 16:00 a 19:00.

**Domingo (Cerrado)**