



Λειτουργία Δημοτικού Γυμναστηρίου

Ελ. Βενιζέλου 214

Μέτρα πρόληψης & προστασίας

Αγαπητά Μέλη,

Οι συνεργάτες του Δημοτικού γυμναστηρίου σας υποδέχονται με θετική διάθεση, αλλά πρωτίστως με ασφάλεια! Εφαρμόζουμε όλα τα ισχύοντα μέτρα προστασίας που εκδίδονται με τις σχετικές ΚΥΑ, ενώ οι συνεργάτες μας θα βρίσκονται διαρκώς στη διάθεσή σας για να σας κατευθύνουν και να λύσουν ό,τι απορίες πιθανόν έχετε σχετικά με τα νέα δεδομένα και τις συνθήκες λειτουργίας μας.

A) Τήρηση Γενικών Κανόνων Προστασίας & Υγιεινής

- Δε θα πρέπει να επισκέπτεστε το γυμναστήριο αν αισθάνεστε άρρωστοι, έχετε έρθει σε επαφή με άτομο με COVID-19 ή έχετε παρόμοια συμπτώματα.
- Η χρήση μάσκας είναι υποχρεωτική μόνο από το προσωπικό του γυμναστηρίου με εξαίρεση τον γυμναστή που υλοποιεί ομαδικό μάθημα.
- Χρησιμοποιείτε το απολυμαντικό χεριών κατά την είσοδό σας στο γυμναστήριο και καθ' όλη τη διάρκεια της επίσκεψής σας. Ειδικά dispensers είναι διαθέσιμα στη γραμματεία.
- Παρακαλούμε για τη συμμετοχή σας στα ομαδικά μαθήματα, να χρησιμοποιείτε υποδήματα αποκλειστικά για το συγκεκριμένο χώρο.
- Παρακαλούμε να πλένετε τα ρούχα και τις πετσέτες σας που χρησιμοποιείτε στο γυμναστήριο στο πλυντήριο με κοινό απορρυπαντικό, σε υψηλή θερμοκρασία (60°C).
- Τα προγράμματα θα πραγματοποιούνται με ενδιάμεσο κενό το ένα από το άλλο προκειμένου να απολυμαίνεται ο χώρος.
- Οι χώροι μας κλιματίζονται σύμφωνα με τις συστάσεις του ΕΟΔΥ.
- Θα πραγματοποιείται συχνός καθαρισμός/απολύμανση όλων των χώρων, σύμφωνα με τις οδηγίες του ΕΟΔΥ.

B) Αποφυγή Συγχρωτισμού

- Ο μέγιστος αριθμός ατόμων που θα επιτρέπεται σε ολόκληρο το γυμναστήριο είναι περιορισμένος και για τον λόγο αυτό ζητούμε την κατανόηση σας και την συμμόρφωση σας σε αυτό. Συγκεκριμένα ο μέγιστος αριθμός αθλουμένων στην αίθουσα οργάνων γυμναστικής και στην αίθουσα ομαδικών, ορίζεται κάθε φορά από την ΓΓΑ με τις ισχύουσες διευκρινιστικές οδηγίες για την άθληση για την αντιμετώπιση της πανδημίας.

- Για την είσοδο σας στο γυμναστήριο θα πρέπει να συμμορφώνεστε κάθε φορά με τις ισχύουσες οδηγίες του ΕΟΔΥ και της ΓΓΑ.
- Να τηρείτε απόσταση 2 μέτρων σε όλους τους χώρους. Σεβαστείτε τις σημάσεις δαπέδου και οποιαδήποτε άλλα οπτικά στοιχεία διευκολύνουν την απόσταση. Η σωματική επαφή στις προπονήσεις, απαγορεύεται.
- Για τη συμμετοχή σας στα ομαδικά μαθήματα θα πρέπει να έχετε πραγματοποιήσει κράτηση θέσης τηλεφωνικά (210 9429626) στη γραμματεία του γυμναστηρίου έως και 1 ημέρα πριν το μάθημα που επιθυμείτε να συμμετέχετε. Η απόσταση που θα τηρείται εντός της αίθουσας είναι 2 μέτρα. Ειδική σήμανση έχει τοποθετηθεί στο δάπεδο, ώστε να διευκολύνεται η κοινωνική απόσταση των μελών.
- Για την προπόνησή σας στην αίθουσα ενδυνάμωσης, θα πρέπει να έχετε πραγματοποιήσει κράτηση θέσης τηλεφωνικά (210 9429626) στη γραμματεία του γυμναστηρίου έως και 1 ημέρα πριν από την επίσκεψη που προγραμματίζετε. Η απόσταση που θα τηρείται εντός της αίθουσας είναι 2 μέτρα. Απαραίτητη προϋπόθεση η χρήση προσωπικής πετσέτας και απολυμαντικού.
- Τα προσωπικά σας αντικείμενα θα τοποθετούνται στα ντουλάπια των αποδυτηρίων για όση ώρα βρίσκεστε στο γυμναστήριο και θα ασφαρίζονται με προσωπικό σας λουκέτο. Μετά την αποχώρησή σας δεν επιτρέπεται να διατηρείτε αντικείμενα στο γυμναστήριο.
- Χρησιμοποιείτε τις σκάλες αντί το ασανσέρ.
- Οι αθλούμενοι που ανήκουν σε ομάδες υψηλού κινδύνου συστήνεται να αποφεύγουν τη γυμναστική σε κλειστό χώρο

Τα μέτρα προστασίας τροποποιούνται σύμφωνα με τις οδηγίες του ΕΟΔΥ και της ΓΓΑ. Παρακαλούμε ακολουθήστε τους κανονισμούς για την ασφάλεια όλων μας. Σας ευχαριστούμε για την υπομονή και την κατανόηση.

Ο ΠΡΟΕΔΡΟΣ
ΕΜΜΑΝΟΥΗΛ ΚΩΣΤΑΚΗΣ