



CENTRUM AKTYWNEGO ŻYCIA

## REGULAMIN W ZWIĄZKU Z PANDEMIĄ COVID -19

**WYTYCZNE I ZASADY OBOWIĄZUJĄCE NA CZAS TRWANIA PANDEMI ZWIĄZANEJ Z COVID-19.** zgodnie z Rozporządzeniem Rady Ministrów z dnia 29 maja 2020r. poz, 964 oraz wytycznymi Generalnego Inspektora Sanitarnego.

1. Celem wdrożenia niniejszych zapisów Regulaminu jest zwiększenie bezpieczeństwa dla pracowników oraz Klientów CENTRUM AKTYWNEGO ŻYCIA minimalizowanie ryzyka zakażenia oraz ograniczenie liczby kontaktów na terenie obiektu.
2. Obsługa Klubu zobowiązuje się stosować do wytycznych w celu zapobiegania rozprzestrzeniania się pandemii, w tym do zapewnienia wszystkim Klientom CENTRUM AKTYWNEGO ŻYCIA niezbędnych środków do dezynfekcji, utrzymywania czystości w obiekcie na najwyższym poziomie oraz udzielania wszelkich informacji niezbędnych do bezpiecznego korzystania z terenu klubu.
3. Wszystkie osoby przebywające na terenie CENTRUM AKTYWNEGO ŻYCIA zobowiązane są do zapoznania się i stosowania do zasad zawartych w Rozporządzeniu i niniejszym Regulaminie, których to treść została udostępniona na stronie [www.centrumaktywnegozycia.pl](http://www.centrumaktywnegozycia.pl) w zakładce „załączniki do pobrania”, profilu na Facebooku oraz w recepcji Klubu.
4. Maksymalna ilość osób przebywających w pomieszczeniach siłowni wynosi 15 osób – zgodnie z Rozporządzeniem 1 osoba na 10m<sup>2</sup> powierzchni całkowitej obiektu. W związku z powyższym wprowadzone są zapisy na zajęcia. Zapisów można dokonywać:
  - telefonicznie – 784-802-000,
  - na Facebooku – w wiadomości prywatnej,
  - osobiście – u pracownika recepcji.
5. W klubie mogą ćwiczyć jedynie osoby zdrowe, niewykazujące objawów chorób zakaźnych. Z usług CENTRUM AKTYWNEGO ŻYCIA nie mogą ponadto korzystać osoby, które są objęte kwarantanną lub izolacją, lub miały w ciągu ostatnich 14 dni kontakt z osobą podejrzaną o zakażenie, zakażoną lub chorą na COVID-19.
6. Obsługa ma prawo kontrolować temperaturę ciała za pomocą termometru bezdotykowego przy wejściu do Klubu. Osoby z podwyższoną temperaturą (pow. 37,5 oC) nie będą wpuszczane na teren Centrum Aktywnego Życia
7. Przed przystąpieniem do zajęć należy wypełnić ankietę w celu ustalenia ewentualnej styczności z osobą zakażoną lub chorą na COVID-19.
8. Osoby z grup wysokiego ryzyka, tj starsze i przewlekle chore mają stałą możliwość uzyskania informacji o liczbie osób korzystających z klubu



## CENTRUM AKTYWNEGO ŻYCIA

- w danym czasie oraz ustalenia z personelem i wyboru najmniej popularnych godzin.
9. Zaleca się zachowanie odległości co najmniej dwóch metrów pomiędzy osobami ćwiczącymi.
  10. Wprowadza się wydłużone przerwy do 15 min w celu ułatwienia przemieszczania się w Klubie. Zajęcia zostają skrócone do 45min.
  11. Wszystkie osoby korzystające z obiektu są zobowiązane do zachowania zasad higieny, w tym:
    - **dezynfekcji rąk przy wejściu na teren klubu.** Dozownik z płynem dezynfekującym mieści się na ścianie przy wejściu
    - **posiadania zmiennego obuwia oraz dużego ręcznika do ćwiczeń.** Ręcznik powinien być na tyle duży żeby zakryć matę do ćwiczeń.
    - **dezynfekcji sprzętu po zakończonym ćwiczeniu.** Środek do dezynfekcji znajduje się na Sali treningowej w miejscu oznaczonym. Sprzęt zdezynfekowany odkłada się we wskazane przez trenera miejsce.
    - **dezynfekcji rąk przed wejściem na sale do ćwiczeń.** Dozownik z płynem do dezynfekcji znajduje się na ścianie przed drzwiami Sali treningowej.
    - **dezynfekcji rąk po wyjściu z toalety.** Dozownik z płynem dezynfekującym znajduje się na ścianie przy umywalce.
  12. W trakcie trwania treningu zarówno klienci jak i trenerzy nie mają obowiązku noszenia ochrony na usta i nos w postaci maseczek czy też przyłbic. Obowiązek noszenia maseczek obowiązuje w pomieszczeniach zamkniętych, a więc po wejściu do budynku.
  13. Osoby niestosujące się do wymogów uwzględnionych w pkt 7 mogą zostać wyproszone z sali treningowej.
  14. Zgodnie z Rozporządzeniem ustala się przerwę techniczną w godz. 10.00 – 11.00 w celu dezynfekcji i wietrzenia pomieszczeń. W tym czasie na terenie obiektu może przebywać tylko obsługa.
  15. Zaleca się ograniczenie korzystania z poczekalni Klubu oraz skrócenie do minimum przebywania w szatni. Obsługa ma prawo kontrolować ilość osób przebywających jednocześnie w pomieszczeniach szatni/toalet. Pysznice i toalety na terenie Klubu działają bez ograniczeń i będą dezynfekowane przez obsługę zgodnie z wytycznymi GIS.

Zaleca się bieżące śledzenie informacji GIS oraz Ministra Zdrowia dostępnych na stronach [gis.gov.pl](https://gis.gov.pl) a także obowiązujących przepisów prawa.



CENTRUM AKTYWNEGO ŻYCIA

Ankieta dotycząca ewentualnej styczności z osobami chorymi lub zakażonymi przez  
COVID - 19

Czy w ciągu 14 dni przebywał/a Pan/Pani/ za granicą?	TAK	NIE
Czy w ciągu 14 dni ktoś z Państwa domowników przebywał za granicą?	TAK	NIE
Czy Pan/Pani lub ktoś z Państwa domowników jest obecnie objęty nadzorem epidemiologicznym/ kwarantanną?	TAK	NIE
Czy w przeciągu 14 dni miał Pan/Pani kontakt z osobą zakażoną?	TAK	NIE
Czy obecnie występują u Pana/Pani objawy infekcji (gorączka, kaszel, katar, wysypka, bóle mięśni, bóle gardła, inne nietypowe...)?	TAK	NIE
Czy obecnie lub w przeciągu 14 dni występują/ występowały ww. u kogoś z domowników ?	TAK	NIE

Wyrażam zgodę na wykonanie przez naszego pracownika pomiaru temperatury u Pani/  
Pana.

.....

Data i Czytelny podpis klienta

OŚWIADCZENIE

Jestem świadoma/y zagrożenia wynikającego z aktualnej sytuacji epidemiologicznej  
związanej z Covid- 19

.....

Data i Czytelny podpis klienta