

Nuevas Reglas Para Las Clases

Restricciones de clase

- Máximo 4 personas por clase
- Se le tomará la temperatura antes de entrar al gimnasio
- Las puertas estarán cerradas hasta 5 minutos antes de inicio de las clases para evitar grupos grandes y para darles tiempo de salir a los de la clase anterior.
- Los atletas deben mantener la distancia social marcada afuera del gimnasio mientras esperan entrar
- Las clases serán de 30 minutos con 15 minutos para limpiar antes de la próxima clase, cada persona es responsable de limpiar su equipo antes de salir.
- NO se debe compartir nada, incluyendo equipo durante calentamiento, etc.
- No habrá marcadores, pizarrones, ni tiza
- Los atletas tendrán que hacer su ejercicio en su sitio indicado para evitar dejar sudor en otras partes del gimnasio
- Los atletas se deben desinfectar las manos y lavar las manos antes y después de clase
- Los atletas tendrán que abrir su app y firmar el documento de la renuncia de responsabilidad antes de participar en cada clase
- Los ejercicios de calentamiento se harán en su espacio designado, no habrá movimiento por todo el gimnasio
- No se permitirá que los atletas se queden después de clase para hacer más ejercicios
- No habrá casilleros/cajones, tendrán que mantener sus pertenencias en su estación de ejercicio
- No será permitido socializar ni antes o después de clase, ni adentro o alrededor del local del gimnasio
- Si está enfermo, quédese en casa. Tenemos el derecho de pedirle que se vaya a casa si esta enfermo
- FAVOR DE NO LLEGAR TARDE
- NO NIÑOS por el mes de mayo
- Se requiere que el atleta cancele su registro de clase si no podrá asistir. Si la clase está llena y no cancela su registro, se le podrá cargar una tarifa a su cuenta
- Los atletas deberán usar máscara
- No habrá sitio para pertenencias que se dejen en el gimnasio, lo que se deje será eliminado

Restricciones para Entrenadores

- Mantener distancia social durante el entrenamiento y al dar instrucciones
- Solamente se dará instrucción verbal
- Tener propia estación de ejercicio y propio equipo
- Lavar las manos antes y después de clases, opción de usar guantes
- Usar máscara durante clases
- Usar propio marcador, no compartir marcadores