



5e.motions

REGOLAMENTO STUDIO 5E.MOTIONS – misure contenimento COVID-19

Il sottoscritto _____,

nato il ____ . ____ . ____ a _____ (____),

residente/domiciliato in _____ (____), via _____

ACCETTA

(accettazione obbligatoria per usufruire dei servizi dello Studio 5e.motions)

- di compilare e firmare l'autodichiarazione ai sensi degli ARTT. 46 e 47 D.P.R. N. 445/200 ad ogni accesso
- di non frequentare lo studio 5e.motions in caso di:
 - comparsa di temperatura oltre i 37.5°;
 - esposizione a casi accertati o probabili o sospetti di COVID-19
 - qualsiasi sintomatologia (tosse, raffreddore, mal di gola, difficoltà respiratorie, dispnea da sforzo, stanchezza e dolori muscolari, dolori addominali, diarrea, perdita del gusto e/o dell'olfatto)
 - condizioni di immunodepressione o malattie pregresse riguardanti l'apparato respiratorio (salvo presentazione di autorizzazione medica scritta da rinnovare ogni 15gg)
- la misurazione della temperatura corporea all'ingresso dello studio 5e.motion ai fini della prevenzione dal contagio da COVID-19 e per tutta la durata dell'emergenza
- di attenersi scrupolosamente alle seguenti misure igienico-sanitarie:
 1. in generale: indossare la mascherina per tutto il tempo di permanenza nello studio sino all'accesso in sala corsi, riponendola in sacchetti monouso subito prima dell'attività per indossarla nuovamente al termine;
 2. in generale: evitare abbracci e strette di mano; non toccarsi occhi, naso e bocca con le mani; coprirsi bocca e naso se si starnutisce o tossisce; evitare l'uso promiscuo di bottiglie e bicchieri, in particolare durante l'attività sportiva o altri oggetti di uso personale (asciugamani, accappatoi, ecc.).
 3. all'ingresso, presso la "zona filtro" appositamente creata, verranno depositate le scarpe in appositi sacchetti dopo aver spruzzato sulle suole lo spray disinfettante fornito dallo studio e verranno riposte nella scarpiera, si potranno indossare le ciabattine di cortesia usa e getta sempre fornite dallo studio;
 4. all'ingresso, presso la "zona filtro" appositamente creata, bisognerà lavarsi le mani con il gel a soluzione idroalcolica fornito dallo studio e indossare la mascherina (se non si possiede la propria, questa verrà fornita dallo studio);
 5. nello spogliatoio: mantenere la distanza di 1mt tra persone (UNA PERSONA PER OGNI SEDUTA) riporre i vestiti e oggetti personali nei sacchetti di plastica messi a disposizione dallo studio e limitare per lo stretto necessario la permanenza nello spogliatoio evitando eventuali assembramenti; lavare le mani appena entrati e prima di lasciare lo spogliatoio con sapone e/o gel disinfettante messi a disposizione dallo studio;
 6. nei servizi igienici: attivare la ventilazione forzata (interruttore accanto a quello della luce) o aprire la finestra durante la permanenza in bagno; limitare per lo stretto necessario la permanenza in bagno; disinfettare la tavoletta del WC con il disinfettante messo a disposizione dallo studio; lavare le mani con sapone e/o gel



5e.motions

disinfettante messi a disposizione dallo studio all'uscita del bagno; evitare di toccare il rubinetto prima e dopo essersi lavati le mani, ma utilizzare salviette monouso per l'apertura e la chiusura dello stesso.

7. in sala corsi: munirsi di un asciugamano personale pulito, mantenere la distanza sociale (2mt) tra tappetini o reformer posizionandoli scrupolosamente sulla segnaletica indicata sul pavimento;

8. in sala corsi: sanificare tutta l'attrezzatura usata (superfici lavabili) con soluzioni disinfettanti e carta usa e getta messe a disposizione dallo studio, i reformer e macchinari in pelle verranno sanificati al termine delle sedute di allenamento dal personale autorizzato dello studio;

9. all'uscita: portare con se, in un sacchetto personale, carta utilizzata per la sanificazione, fazzolettini usati e ogni materiale usato come cerotti, ciabattine monouso, ecc,

10. evitare ogni forma di assembramento al di fuori dello studio o negli spazi comuni condominiali.

Ricordiamo che lo studio 5e.motions in data 18/05/2020 ha provveduto alla pulizia straordinaria e sanificazione degli ambienti, di tutte le superfici e di tutte le attrezzature di uso comune utilizzando: detergenti a base di etanolo a concentrazioni pari al 70% (es. alcool etilico) e/o ipoclorito di sodio (es. Amuchina), e/o prodotti a base di cloro con concentrazione tra lo 0,1% e lo 0,5% di cloro attivo (es. candeggina e Citrosil) e/o altri prodotti disinfettanti ad attività antibatterica e virucida e pulitore a vapore naturale.

Ricordiamo inoltre che lo studio 5e.motions garantisce la sanificazione delle attrezzature al termine di ogni sessione di lavoro e delle superfici utilizzate più frequentemente e di tutti i locali almeno una volta al giorno e la purificazione dell'aria al termine di ogni sessione di lavoro e degli ambiente con ricambi d'aria (minimo 5 min/h) e tramite l'utilizzo di purificatori d'aria con marcatura CE.

Inoltre gli insegnanti dello studio 5e.motions seguiranno rigidi protocolli durante le lezioni, indossando mascherine e rispettando le stesse regole previste per la clientela, potrà quindi verificarsi che le lezioni vengano cancellate se gli insegnanti dovessero presentare sintomi riconducibili al COVID-19, anche in minima quantità.

Lo Studio 5e.motions ha ridotto ad un massimo di 5 persone le lezioni di gruppo e riceve solo su appuntamento tramite prenotazione delle lezioni (individuali e di gruppo). Eventuali cancellazioni devono essere comunicate tassativamente il giorno prima per le lezioni entro le ore 14.00 ed entro la mattinata del giorno stesso per le lezioni dopo le ore 1400. Cancellazioni tardive verranno addebitate per l'intero importo.

Luogo e data _____

Firma _____

Il sottoscritto _____,

nato il ____ . ____ . ____ a _____ (____),

residente/domiciliato in _____ (____), via _____

AUTORIZZA

il trattamento dei miei dati personali ai sensi dell'art. 13 del Decreto Legislativo 30 giugno 2003, n. 196 "Codice in materia di protezione dei dati personali" e dell'art. 13 del GDPR (regolamento UE 2016/679).

Luogo e data _____

Firma _____