

MESURES SANITAIRES ET DE SECURITE DE VOTRE CLUB MC'FORM AUDRUICQ

✓ Obligations à l'entrée du club

- Lavez vos mains avec le gel hydro alcoolique
- Badgez pour valider votre présence (Carte indispensable pour pouvoir entrer dans le club)
- Venez avec votre serviette, tenue de sport, baskets propres de salle et bouteille d'eau marqué de votre nom.

✓ Respecter les mesures barrières

- Saluez par un « bonjour » sans serrage de main ni embrassades
- Toussez ou éternuez dans son coude ou son mouchoir
- Respectez la distance des 1 mètres s'il y a une file d'attente à l'entrée (marquage au sol)
- Un sens de circulation est à respecter en entrant et en sortant du club. L'entrée se fait par l'accueil et la sortie par la salle 3.
- Nous comptons sur votre civisme à l'intérieur du club pour éviter tout rapprochement et contact physique.

✓ Séance d'entraînement sur plateau cardio/muscu

- Sur réservation via l'application mobile ou par téléphone
- Entraînement d'1 heure maximum par jour
- Limité à 10 personnes par tranche horaire
- Certains appareils sont mis hors d'usage pour assurer la distance de sécurité = marquage « Stop Covid »
- Une personne par zone marquée en orange sont autorisées = visuel au sol
- Chaque machine devra être nettoyée par vos soins après chaque utilisation. Respecter les consignes de nettoyage notées sur chaque appareil.
- Serviette personnelle sur chaque machine. Pas de prêt de serviette.
- Les produits de nettoyage (bactéricide, virucide et fongicide) sont à votre disposition ainsi que le papier à usage unique.
- Vous ne pouvez pas alterner vos séries en duo avec un autre adhérent sur la même machine.
- Ne pas s'échanger, ni prêter le matériel en contact direct. Une désinfection étant nécessaire entre chaque utilisation.

✓ Cours collectifs

- A définir à partir du Lundi 08 Juin

✓ Séances d'entraînement avec Slim Belly

- Le protocole reste inchangé d'avant le Covid.
- Séance sur rendez-vous. Les ceintures seront désinfectées après chaque utilisation par l'utilisateur.
- Les pompes seront à placées au-dessus des vêtements.

MESURES SANITAIRES ET DE SECURITE DE VOTRE CLUB MC'FORM AUDRUICQ

✓ Vestiaires/Sanitaires

- Les vestiaires seront disposés face au plateau muscu sans fermeture à clé. Vous devrez prendre vos dispositions pour ne pas avoir d'objet de valeurs. Pas de sac de sport posé aux abords des machines.
- Seuls les sanitaires seront accessibles.

✓ Les espaces et matériel rendus inaccessibles :

- Les douches et le sauna ne seront pas disponibles.
- Les enfants ne sont pas autorisés à être dans la salle. Vous devez prendre vos dispositions pour les faire garder.
- Le petit matériel de prêt tel que ceinture à lombaire, élastique ou autres. Vous devrez amener votre matériel personnel.

✓ Symptômes :

- Fièvre, fatigue, toux et maux de gorge, gêne respiratoire, maux de tête ou courbatures = je reste chez moi !
- Les personnes qui présentent des symptômes devront quitter immédiatement le club pour assurer la sécurité des autres.

✓ Masques :

- Le port du masque est obligatoire pour le coach
- Le port du masque est recommandé pour le client

✓ Nettoyage des locaux renforcé par nos équipes :

- Nettoyage renforcé au niveau des surfaces de contact : poignées de porte, casiers, robinetterie, cuve de toilettes, chasse d'eau, etc...
- Les fenêtres seront ouvertes plusieurs fois par jour pour assurer une bonne aération.
- La porte d'entrée sera ouverte dans la mesure du possible.

✓ Communication :

- Des affichages, vidéos, marquages au sol et messages audio en club vous sensibiliseront à l'hygiène et aux différentes mesures sanitaires mis en place.
- Publications via nos réseaux sociaux, mail et site internet.

Ensemble soyons solidaires !

La salle, c'est du matériel, c'est sortir de chez soi et avoir de l'espace.
La salle c'est du lien social et une ambiance qu'une séance digitale ne peut pas créer.

Venez-vous entraîner en toute sécurité !

Nous nous engageons à respecter ces mesures pour votre SANTÉ et votre SÉCURITÉ.