

Sarrera eta irteerak Entrada y salidas



Ordutegia Horario

Astelehenetik ostiralera / de lunes a viernes **09.00-14.00 16.30-21.30**

Larunbata / Sábado **09.00-14.00**

Igandea / Domingo **10.00-12.30**



Mutrikuko Udala



UDAL KIROLDEGIA

POST COVID19

KIROLDEGIKO ERABILERA BERRIAREN LABURPENA
RESUMEN DEL NUEVO USO DE LA INSTALACIÓN
EKAINA 2020 JUNIO

Informazio orokorra



Nahitaez bete beharrekoak

- Aldez aurreko hitzordua: Harrerara, 943 60 31 75 deituta.
- Gehienez ere ordubete egunean erabiltzaile bakoitzeko. Ordu erabilgarriak: goizez, 09.00-10.00, 10.15-11.15, 11.30-12.30, 12.45-13.45, eta arratsaldez, 16.30-17.30, 17.45-18.45, 19.00-20.00, 20.15-21.15.
- Maskararen erabilera. Poltsa hermetikoa ekarri. Kardio makinatako ariketetan ezik.
- Toalla eta botilatxo pertsonala.
- Sarreran tenperatura hartuko da eta 37.5 °C-tik behera eduki beharko da.
- Oinetakoak sarreran desinfektatu beharko dira. 2 oinetako pare ekarri behar dira, kanpotik jantzita ekarritakoak eta instalakuntzan erabiltzeko direnak.
- Kirol guneetara ezingo da kaleko oinetakoekin sartu.
- Pertsonen artean gutxienez 2 metro mantendu beharko dira.
- Ondasunak horretarako gaitutako box bereizi batean utziko dira.
- Ariketa egiten hasi aurretik, garbitu eskuak. Eskuak maiz garbitu behar dira.
- Erabiltzaileak erabili duen materiala desinfektatu beharko du ariketa bakoitzaren aurretik eta ondoren.



Debekatuta

- Ezingo zara sartu 19-Kovidarekin bateragarriak diren sintomak badituzu.
- Debekatuta dago sandaliek edo txankletekin sartzea.
- Debekatuta dago koltxonetetan etzan edo esertzea.

Información general



De obligado cumplimiento

- Imprescindible cita previa: Llamando a Recepción al 943 60 31 75.
- Maximo una hora al día por usuario-usuario . Horas disponibles: 09.00-10.00, 10.15-11.15, 11.30-12.30, 12.45-13.45 por la mañana y 16.30-17.30, 17.45-18.45, 19.00-20.00, 20.15-21.15.
- Uso de la mascarilla. Traer bolsa hermética. Excepto en ejercicios de maquinaria de cardio.
- Toalla y botellín personal.
- Se tomará la temperatura a la entrada y deberá estar por debajo de 37.5°C..
- Se deberá desinfectar el calzado a la entrada. Habrá que traer dos pares. Los que se traen puestos y los que se usarán en la instalación.
- No se podrá hacer uso de las instalaciones con el calzado de la calle.
- Se deberá mantener un mínimo de 2 metros entre las personas.
- Las pertenencias se depositarán en un box habilitado, diferenciado y separado.
- Antes de comenzar a hacer ejercicio, lavarse las manos. Lavarse las manos asiduamente.
- El usuario deberá desinfectar el material utilizado antes y después de cada ejercicio.



Prohibido

- Prohibido el acceso a las personas que tengan síntomas compatibles con el Covid-19.
- La entrada con sandalias o chanquetas.
- Tumbarse y sentarse en las colchonetas.