

VADEMECUM DELL'ATLETA



Prima di partire da casa misura la febbre e/o compila l'autocertificazione, con gli indumenti per l'allenamento indossati.



Rispetta gli orari che ti sono stati comunicati per accedere all'allenamento.



Si può accedere solo nel parcheggio (sito) che sarà il RITROVO DI PARTENZA.



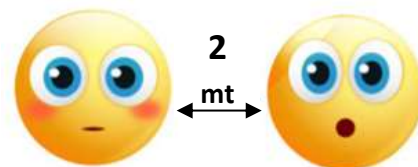
Igienizzati le mani e attrezzi personali con gel.

Uno alla volta, avvicinati all'istruttore per la MISURAZIONE TEMPERATURA o per l'AUTOCERTIFICAZIONE e rispetta le distanze.



Spostati dove ti viene indicato e attendi l'inizio dell'allenamento rispettando le distanze.

Segui l'istruttore in fila indiana e con la DISTANZA minima di 2 mt.



In allenamento, ascolta ciò che dice l'istruttore. Lui è il primo che ci tiene alla tua salute.



A fine allenamento, saluta tutti e riparti con il tuo mezzo
In caso di minori, puoi andartene solo con il consenso dell'istruttore.

