

# MEDIDAS DE PREVENCIÓN COVID PARA GIMNASIOS

## LIMPIA ¡Y DESINFECTA!

- Establece un protocolo de limpieza y desinfección.
  - Usa lejía o desinfectantes viricidas autorizados.
  - Dosifica bien los productos.
  - Refuerza la limpieza general del local, aseos, aseos, duchas, vestuarios, equipos y material de gimnasia y superficies de contacto más frecuentes.
  - Realiza limpiezas tras el uso de clases y salas.
- Promueve la desinfección de equipos y materiales por los clientes.



## AFORO Y HORARIO: ORGANIZA E INFORMA

Controla el aforo: ¡informa a tus clientes!

Establece un recorrido y señálalo.

Señaliza y organiza las salas, equipos y material de forma que se respeten las distancias de seguridad interpersonal.

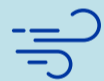
Organiza:

- El uso de escaleras y ascensores.
- El acceso a los aseos, duchas y vestuarios.

Cumple tu horario.



## ESTABLECIMIENTO: REDUCE EL RIESGO



Refuerza la ventilación del gimnasio. \*



Habilita estaciones de limpieza con geles hidroalcohólicos, vaporizadores desinfectantes para equipos y material, y papel para uso frecuente por trabajadores y clientes.



Indica que los inodoros se descarguen con la tapa cerrada.



Vigila el cumplimiento de las normas por parte de los clientes.



Evita aglomeraciones.



Fomenta el pago con tarjeta.



Ubica papeleras y medidas físicas de protección (mamparas) donde sean necesarias.



Uso individualizado de taquillas para clientes y personal.



Usa de forma correcta y desinfecta las máquinas de vending.

## TRABAJADOR: CUMPLE LAS NORMAS



Usa siempre mascarillas.



Lava tus manos de forma adecuada con frecuencia.



Mantén la distancia de seguridad entre trabajadores y clientes.



Cambia de ropa de trabajo y lávala siguiendo el procedimiento establecido.



Evita objetos y productos de uso compartido.



Si tienes síntomas compatibles avisa al responsable, abandona tu puesto de trabajo y contacta con el médico.

## Y PARA TI, CLIENTE

Usa siempre mascarilla (salvo las excepciones legalmente establecidas).

Lava tus manos o utiliza geles hidroalcohólicos con frecuencia.

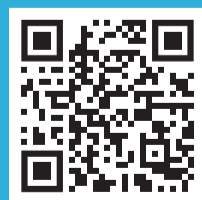
Desinfecta, antes y después de su uso, equipos y material de uso compartido.

Coloca las bolsas, mochilas o efectos personales solo en sitios habilitados o taquillas.

Recuerda usar tu toalla y no compartirla.

En las salas de boxeo y artes marciales: utiliza guantes de uso individual y desinfecta los sacos tras su uso.

M-9006-2021



\* Consulta más información sobre la **ventilación** de tu establecimiento.

madrid  
salud