



# VADEMECUM DELL'ATLETA



**Prima di partire da casa misura la febbre e compila l'autocertificazione**

**Rispetta gli orari che ti sono stati comunicati per accedere in palestra**



**Entra nella struttura fino alla zona di MISURAZIONE TEMPERATURA e rispetta le distanze**

**Si può entrare solo dall'area identificata come INGRESSO, con mascherina**



**Igienizzati le mani con gel, ed entra in palestra seguendo il percorso**



**Quando ti cambi, mantieni la distanza di sicurezza e metti tutte le tue cose in ordine dentro la tua borsa.**



**Prima di iniziare l'attività disinfettati le mani e toglì la mascherina**



**In palestra, ascolta tutto ciò che dice l'allenatore.**

**Lui è il primo che ci tiene alla tua salute**

**A fine allenamento, lascia il posto del cambio pulito come lo hai trovato**

**Per uscire dalla palestra, segui le indicazioni.**

**Puoi uscire solo se accompagnato dall'allenatore o dal personale Sparta**

