



REAL CLUB DE TENIS DE OVIEDO

APERTURA DEL GIMNASIO TRAS LA CRISIS COVID-19

En el *Boletín Oficial del Estado* del 16 de mayo se publicó una nueva resolución referente a las condiciones para la reapertura al público de las **instalaciones deportivas cubiertas** a partir de la Fase 2 de desescalada.

Tras la reciente noticia de la inclusión de Asturias en dicha fase, podemos confirmar que a partir del **28 de mayo** el Club va a permitir el uso de las instalaciones del gimnasio para la práctica deportiva. Ya sea de manera individualizada o asistido por un entrenador personal.

A continuación podrá encontrar toda la **información** necesaria sobre esta actividad:

HORARIO Y ACCESO

- Fecha de apertura: jueves, día 28 de mayo.
- Horario del gimnasio: de 9:00 a 22:00.
- **Solo** se podrá acceder al gimnasio con **reserva previa**. Ver apartado “Reserva de hora en el gimnasio”.

- Horario de recepción de llamadas de reserva:

- El 27 de mayo: de 10:00 a 22:00 (teléfono 985.23.09.28).
- A partir del 28 de mayo: de 10:00 a 22:00 (teléfono 985.08.24.24).

- Se permitirá el acceso a **todos los socios a partir de 16 años** (con 16 y 17 años se obliga a ir acompañado de padre/madre/tutor legal).
- **Será obligatorio** el acceso al Club con **maskarilla** hasta entrar en el gimnasio.
- El Club vuelve a activar el servicio de **asesoramiento deportivo** y **entrenamiento personal** (Ver apartado “Reserva de entrenamiento personal”).
- Recuerde que deberá mantener la **distancia de seguridad de 2 metros** en todo momento.
- Se podrá usar el **vestuario** pero en ningún caso ni duchas ni sauna (Ver “Normas de uso de vestuarios”).
- En la entrada del Club y en la zona de vestuarios siempre dispondrá de un bote de **gel hidroalcohólico** en caso de necesidad.
- **Exclusivamente para socios**. No se admitirá ningún tipo de invitación.

RESERVA DE HORA EN EL GIMNASIO

- Se permite la práctica a **todos los socios a partir de 16 años** (con 16 y 17 años se obliga a ir acompañado de padre/madre/tutor legal).
- La reserva se realizará **únicamente** a través del teléfono. Siempre se deberá dar el nombre y apellidos del socio que reserve la hora.
- En el momento de la reserva tendrá que **elegir un turno** (siempre pendiente de disponibilidad).
- **Franjas de reserva:**
 - De 9:00 a 10:00.
 - De 10:30 a 11:30.
 - De 12:00 a 13:00.
 - De 13:30 a 14:30.
 - De 15:00 a 16:00.
 - De 16:30 a 17:30.
 - De 18:00 a 19:00.
 - De 19:30 a 20:30.
 - De 21:00 a 22:00.
- Las reservas serán de **una hora de duración**.
- **La reserva podrá hacerse desde las 10:00 horas del día anterior.**
- **Solo se podrá realizar una reserva por día.**
- Para no perjudicar a los demás socios, deberá llamar para **cancelar** en caso de no hacer uso de la reserva.

RESERVA DE ENTRENAMIENTO PERSONALIZADO

- En el caso de necesitar una clase particular debe contactar con uno de nuestros **entrenadores** para ver disponibilidad y concretar la cita:
 - **Emilio López** (636.80.12.45).
 - **Borja Barbón** (660.80.74.01).
- Se permite la reserva a **todos los socios a partir de 16 años** y siempre con cita previa.
- **La reserva podrá hacerse con una semana de antelación.**
- Para asegurar que el mayor número de socios puedan disfrutar de este servicio **no** se podrá reservar **más de una hora** al día.
- **El precio del entrenamiento será el habitual.**
- Las **cancelaciones** deberán ser, como mínimo, con 2 horas de antelación. En caso de no presentarse y no cancelar su reserva se pasará el cargo en cuenta igualmente.
- Siga las directrices de su entrenador en todo momento, sobre todo, en relación a medidas de seguridad e higiene.

DENTRO DEL CLUB

- Será obligatorio el uso de **mascarilla** hasta entrar en el gimnasio.
- Evite la cercanía y mantenga la distancia de **2 metros** en todo momento.
- Se recomienda caminar lo más pegado a la derecha en el sentido de la marcha e intentando no permanecer parado en las vías de acceso.
- Evite en lo posible el **contacto** con manillas o estructuras de la instalación.
- En todo caso, el personal del Club velará por el correcto cumplimiento de las normas básicas de protección sanitaria del Ministerio de Sanidad.

DENTRO DEL GIMNASIO

- La **entrada y salida** del gimnasio se realizará siempre por la puerta de vestuarios (en la zona de escaleras le pedimos que se extremen las medidas de distanciamiento en todo lo posible).
- **Debe respetar siempre el horario del turno que le corresponde** (abandone el gimnasio a la hora marcada para que el personal del Club haga las labores de limpieza).
- El **personal de mantenimiento** limpiará y desinfectará el gimnasio al finalizar cada turno.
- Respete la distancia de seguridad de **2 metros** en todo momento.
- En el gimnasio se dispondrá de un dosificador de **gel hidroalcohólico** para que pueda ser usado.
- **Lávese/esterilice** sus manos antes y después del entrenamiento, así como evite en lo posible tocarse la cara mientras hace deporte.
- Cubra sus **toses o estornudos**.
- **El uso de toallas será obligatorio** (el Club **no dispone de servicio de alquiler de toallas** como medida de seguridad).
- Siga en todo momento las directrices de su entrenador o el personal del Club en cuanto a medidas de seguridad sanitaria.

USO DEL VESTUARIO

- El uso de vestuarios es **exclusivamente** para aquellos socios que necesiten cambiarse de ropa, ir al baño o usar su taquilla.
- En la entrada de vestuarios y en los lavabos del vestuario se dispondrá botes de **gel hidroalcohólico** para que puedan ser usados.
- Uso permitido para socios a partir de los 16 años.
- **Queda totalmente prohibido el uso de la ducha.**
- **Queda totalmente prohibido el uso de la sauna.**
- **Está prohibido dejar ropa fuera de las taquillas una vez abandonado el vestuario.**
- Evite la cercanía y mantenga la distancia de **2 metros** en todo momento.
- Siempre que no pueda mantener la distancia de seguridad use la **mascarilla**.
- **Lávese/esterilice** las manos antes y después de usar el vestuario.
- El **baño de vestuarios** tendrá una ocupación **máxima de 1 persona**.
- Utilice una bolsa de plástico para deshacerse de algún tipo de prenda. El Club pondrá un cubo a disposición del socio para eliminar este tipo de materiales.

- El Club **no dispone de servicio de alquiler de toallas** como medida de seguridad.
- Cubra sus **toses o estornudos**.
- Le agradecemos que sea lo más breve posible en su utilización del vestuario.
- Puede hacer uso libre de su **taquilla**. Intentando mantenerla lo más higiénica posible (evitar dejar ropa sucia en su interior).
- Siga las **indicaciones del personal de vestuarios** en relación a las medidas generales de prevención e higiene frente al COVID-19.

NO PODRÍAN ENTRAR AL GIMNASIO TODAVÍA

- Quienes hayan estado en contacto con personas infectadas en los últimos 14 días.
- Quienes tengan síntomas tales como tos, fiebre dificultad respiratoria, dolor de garganta, dolores musculares, alteraciones de paladar u olfato.
- Quienes pertenezcan a los considerados grupos de riesgo a efectos del Covid-19.