



Club Alpino Italiano

Sezione di Dolo



GINNASTICA PRESCIISTICA e di MANTENIMENTO 2020 -2021



Riprende da **venerdì 2 OTTOBRE il corso di ginnastica presciistica e di mantenimento presso la palestra delle scuole elementari di via Giotto a DOLO, con istruttore ISEF.**

Posti limitati

GIORNI e ORARI

Martedì ore 19-20 - Venerdì 19-20

Quota mensile euro 25,00

(salvo cambiamenti nel costo della palestra dal Comune)

E' NECESSARIO ESSERE ISCRITTI AL CAI

Per informazioni e contatti

Gabriele 349 2125319 - e presso sede CAI Dolo (Gabriele)

Le iscrizioni si fanno direttamente in palestra

REGOLE RICHIESTE DI PREVENZIONE COVID-19

- 1) Si può usare **solo la palestra ed i servizi igienici, non gli spogliatoi** (questi ultimi solo per l'eventuale transito verso i bagni).
- 2) Tutti gli utilizzatori della palestra devono entrare ed uscire come sono senza cambiarsi all'interno dei locali. Tutti gli oggetti personali, vestiario, scarpe etc., vanno collocati in apposite borse personali da collocarsi in uno spazio individuato all'interno della palestra.
- 3) La palestra sarà sanificata ad ogni turno (pavimento) e con ricambio d'aria. Durante l'attività sarà assicurato il continuo ricambio d'aria.
- 4) Il Venerdì, probabilmente la durata sarà ridotta a 45 minuti per assicurare la sanificazione e il ricambio d'aria per l'utilizzo successivo.
- 5) Durante gli esercizi ci si deve impegnare a tenere la distanza di sicurezza, che sarà favorita anche dalla tipologia degli esercizi.