

TODOS JUNTOS CONTRA O COVID-19!

QUERIDOS ALUNOS!

Nos preocupamos com a sua segurança. Por isso é muito importante que você leia e siga as orientações e procedimentos de higienização antes de entrar na academia.



Higienizar os calçados no tapete sanitizante da entrada;



Medir sua temperatura na recepção;



Respeitar os espaços demarcados e a lotação máxima por ambiente;



Sempre higienizar os aparelhos e acessórios de musculação;



O uso de máscaras é obrigatório;



Realizar seus treinos em até 50 minutos, treinar no máximo 3x por semana;



Trazer sua garrafinha de água;



Higienizar as mãos com o álcool gel 70%, antes e depois de passar pela catraca, ao usar o corrimão das escadas e portas dos vestiários;

A responsabilidade de cuidar do espaço é de todos e é fundamental para a nossa segurança. Praticar atividade física nesse momento, é muito importante. Mas, **se tiver qualquer sintoma suspeito, fique em casa!** Qualquer dúvida, venha conversar com a gente!