

Judo Club Fornaci.....dal 1963

Lo sport riparte, con qualche regola in più!

Indicazioni per maggiorenni

Quando entri nel Centro Sportivo o in Palestra segui sempre queste indicazioni:

1. Igienizzare e/o lavarsi le mani.
2. Indossare guanti e mascherina.
3. Mantenere la distanza di 2 metri durante l'attività.
4. Evitare contatti, abbracci e strette di mano.
5. Non toccarti mai occhi, naso e bocca con le mani.
6. Bere sempre da bottiglie personalizzate.
7. Starnutire o tossire in un fazzoletto (che poi dovrai buttare negli appositi contenitori) o nella piega interna del gomito.
8. All'ingresso del Centro Sportivo o della Palestra è obbligatorio depositare l'autocertificazione personale e sottoporsi al controllo della temperatura.
9. Usare una borsa o uno zaino dove poter riporre i propri indumenti durante l'attività.
10. Arrivare al sito già vestiti adeguatamente all'attività ed esattamente all'orario prestabilito.
11. Portare: un tappetino, un asciugamano, scarpe pulite, igienizzante e ricambio di mascherina e guanti ad uso strettamente personale.
12. Rispettare il divieto di assembramento all'ingresso e all'uscita del Centro o della Palestra e rispettare le distanze appositamente segnalate.
13. In caso di pioggia le lezioni non verranno svolte.

Lucia 340 4767247
Irene 340 6389923
Jessica 349 2469413
Bianca 347 0323307

Luca 338 7843939
Marco 380 3210761
Cristina 339 6810161
Mirko 344 1106072

Ivano 347 6701667