

RESUMO PROCEDIMENTOS	
USO DE MÁSCARA	FUNCIONÁRIOS: OBRIGATÓRIO, com excepção dos professores quando dão aulas de grupo
	CLIENTES: Uso de máscara à entrada e saída, na circulação das zonas sociais das instalações dos Clubes. Dispensa aquando da realização de exercício físico.
	Afixar procedimentos para correta utilização de máscara.
REGISTO DE ENTRADAS E SAÍDAS (Nome; CONTACTO TELEFÓNICO; data e hora de entrada e saída do Clube)	Privilegiar marcações on-line e/ou telefónicas. Controlar entradas e saídas.
	CLIENTES
	FUNCIONÁRIOS
DISTÂNCIAS	SOCIAL 2 metros (Recepção, WC, bar, zonas de circulação, ...).
	TREINO 3 metros (aulas de grupo, sala de exercício, ...).
	Marcações para garantir distâncias (ex: no chão marcar quadrados com 3x3 metros e com o centro assinalado).
SABA (Sol. Antisséptica de Base Alcoólica)	Recepção.
	Entradas e saídas Estúdios.
	Entradas e saídas Sala de Exercício.
	Entradas e saídas Piscina.
	Entradas e saídas Balneários
	Entradas e saídas Espaços de Lazer.
EQUIPAMENTOS	Disposição LADO A LADO
	SUPERFÍCIES POROSAS: COLOCAR PELÍCULA ADERENTE 1) antes da abertura 2) quando degradada Retirar ao final do dia, depois do encerramento.
	Limpeza e desinfeção após cada utilização, nomeadamente equipamentos revestidos com película.

RESUMO PROCEDIMENTOS	
AULAS DE GRUPO	20' de intervalo entre aulas no mesmo estúdio.
	Limpeza e higienização das salas e equipamentos entre aulas.
	Não pode haver partilha de equipamentos portáteis de treino ou outros
PISCINA	Reforço dos mecanismos de desinfeção do circuito da água.
	Higienização das mãos à entrada do cais da piscina: OBRIGATÓRIO
	Utilizar óculos de natação dentro da piscina e área circundante.
	Limpeza e higienização dos equipamentos utilizados.
AVAC	Arejamento com sist. ventilação natural ou mecânica (6 renovações/hora).
	Limpeza e desinfeção periódica (nomeadamente, filtros e reservatórios de água).
BALNEÁRIOS	Distância de 2 metros entre cacifos.
	Proibida a utilização dos duches.
GERAL	Desinfetar as mãos à entrada e saída de cada espaço.