

## PROCOLOS HIGIÉNICO SANITARIOS

- 1) Por responsabilidad, no acudas si tienes fiebre, sintomatología respiratoria sospechosa o si has estado en contacto reciente con alguien que pueda ser positivo en Covid-19.
- 2) Si te es posible, preséntate vestid@ con la ropa de yoga.
- 3) Ven con la mascarilla puesta y permanece con ella en todo momento hasta abandonar el Centro.
- 4) Al entrar al Centro pasarás por una alfombra desinfectante dejando el calzado a la entrada y estando en calcetines en el Centro.
- 5) Te lavarás las manos con gel desinfectante al llegar y en cualquier otro momento que necesites en los múltiples puntos de desinfección de manos.
- 6) Mantener la distancia interpersonal.
- 7) Traer una manta y una esterilla antideslizante o en su lugar un pareo para ponerlo sobre la esterilla del Centro; también una cincha o similar para determinados ejercicios. Este equipo, si se desea, se podrá dejar en el Centro.
- 8) Si durante la práctica usas material del Centro como sillas, banquitos y tacos deberás limpiarlos nada más terminar la sesión.
- 9) Por respeto a los demás la puntualidad es fundamental.
- 10) La práctica, según las circunstancias, se adaptará para preservar las mejores condiciones higiénico-sanitarias.

Por último, decir que todo nuestro Centro dispone de un eficaz sistema de “renovación” de aire totalmente homologado.

Octubre 2021, Donostia.

ANIMO ETA BESARKADA BIRTUAL BAT

