

 **ARAU OROKORRAK****Maiatzaren 9an eguneratuta**

- **INSTALAZIOETAKO ZONA GUZTIETAN MUSUKOA ERAMAN BEHAR DA. IGERI EGITEKO KENDU AHAL IZANGO DA BAKARRIK.**
- **UNEORO SEGURTASUNeko 1,5 METROAK ERRESPETATU.**
- **ZORUKO GEZIEI KASU EGIN ESPAZIO EZBERDINETARA JOATEKO.**
- **KIROL INSTALAZIOETARA HITZORDUAZ BAKARRIK SARTU AHAL IZANGO DA. HITZORDUA MAJORI APP-aren BITARTEZ EGITEA ESKERTZEN DA, ETA EZIN BADA, TELEFONOZ.**
- **KOMUNAK, ALDAGELAK ETA DUTXAK IRIKITA MANTENDUKO DIRA, BAINA AFORO MUGATUA DUTE. DUTXAN IZAN EZIK ALDAGELAN ERE MUSUKOA ERABILI BEHAR DA. TAKILAK ITXITA DAUDE. MOTXILAK JARDUERA EREMURA ERAMAN BEHAR DIRA, EZIN DIRA ALDAGELATAN UTZI. ALDAGELAK AHALIK ETA GUTXIEN ERABILTZEA GOMENDATZEN DA.**
- **GIMNASIORA JOATEKO BI TOAILA ERAMAN BEHARKO DITUZU: BATA HANDIA ESERLEKUETAN JARTZEKO ETA BESTEA TXIKIA IZERDIA LEHORTZEKO.**
- **ESKUAK SARRI GARBITU.**
- **CV19-KO SINTOMARIK BADUZU EZ ETORRI.**

NORMAS GENERALES

Actualización 9 de mayo

- **SERÁ OBLIGATORIO EL USO DE LAS MASCARILLAS EN TODO MOMENTO. SOLO SE PODRÁN QUITAR PARA NADAR.**
- **RESPETAR EN TODO MOMENTO LA DISTANCIA DE SEGURIDAD DE 1,5 M.**
- **HACER CASO DE LAS MARCAS DEL SUELO PARA IR A LOS DIFERENTES ESPACIOS.**
- **SÓLO SE PODRÁ ACCEDER A LA INSTALACIÓN CON CITA PREVIA. SE AGRADECE QUE LA RESERVA SE REALICE A TRAVÉS DE LA APP DE MAJORI, Y SINO POR TELÉFONO.**
- **MANTENEMOS ABIERTOS BAÑOS, VESTUARIOS Y DUCHAS, PERO CON AFORO LIMITADO. SALVO EN EL MOMENTO DE LA DUCHA, EN LOS VESTUARIOS TAMBIÉN HAY QUE UTILIZAR LAS MASCARILLAS. LAS TAQUILLAS NO SE PUEDEN USAR. LAS MOCHILAS HAY QUE LLEVARLAS AL ESPACIO DEPORTIVO QUE SE VAYA A USAR, NO SE PUEDEN DEJAR EN EL VESTUARIO. SE RECOMIENDA EL MENOR USO POSIBLE DE LOS VESTUARIOS.**
- **PARA UTILIZAR EL GIMNASIO DEBES LLEVAR DOS TOALLAS, UNA GRANDE PARA LOS RESPALDOS Y OTRA PEQUEÑA PARA SECARTE EL SUDOR.**
- **LÁVATE LAS MANOS CON FRECUENCIA.**
- **SI TIENES SINTOMATOLOGÍA RELACIONADA CON CV19 NO VENGAS.**

GIMNASIOAN

- GIMNASIORA JOATEKO BI TOAILA ERAMAN BEHARKO DITUZU: BATA HANDIA ESERLEKUETAN JARTZEKO ETA BESTEA TXIKIA IZERDIA LEHORTZEKO.
- MOMENTUORO ERAMAN BEHAR DA MUSUKOA, BAITA KIROLA EGITEN ARI ZARENEAN ERE.
- ZORUKO GEZIEI KASU EGIN ESPAZIO EZBERDINETARA JOATEKO ETA SEGURTASUNEO 1,5 M ERRESPETATU BETI.
- EDOZEIN ZALANTZA DUZULA GALDETU GIMNASIOKO ARDURADUNARI.
- MAKINAK ERABILI ETA GERO DESINFEKTATU BEHARKO DITUZU, HORRETARAKO PRESTATUTA DAUDEN PRODUKTUEKIN.
- PISU LIBREKO EREMUAN ALDI BEREAN 5 PERTSONA EGON DAITEZKE BATERA (ZORU BELTZA DUEN EREMUA) ETA ERABILTZAILEEN ARTEKO 1,5 MKO SEGURTASUN DISTANTZIA MANTENDUZ UNEORO.
- EZIN DA ITURRITIK ZUZENEAN EDAN, ZURE BOTILA BETETZEKO ERABILI ITURRIAK.

GIMNASIO

● PARA ACCEDER AL GIMNASIO HAY QUE TRAER DOS TOALLAS, UNA GRANDE PARA LOS RESPALDOS Y OTRA PEQUEÑA PARA SECARSE EL SUDOR.

● RESPETA EL USO DE LA MASCARILLA, TIENES QUE LLEVARLA PUESTA INCLUSO CUANDO ESTÉS HACIENDO EJERCICIO.

● HAZ CASO DE LAS INDICACIONES DEL SUELO PARA MOVERTE POR LA SALA Y RESPETA SIEMPRE LA DISTANCIA DE SEGURIDAD DE 1,5 M.

● ANTE CUALQUIER DUDA, PREGUNTA A LA PERSONA RESPONSABLE DE LA SALA.

● TRAS UTILIZAR UNA MÁQUINA, DEBES DESINFECTARLA CON LOS PRODUCTOS PREPARADOS PARA ELLO.

● EN LA ZONA DE PESO LIBRE (DELIMITADA POR EL SUELO NEGRO) SÓLO PODRÁN ESTAR 5 PERSONAS A LA VEZ COMO MÁXIMO Y MANTENIENDO LA DISTANCIA DE SEGURIDAD DE 1,5 M EN TODO MOMENTO.

● UTILIZA LAS FUENTES PARA LLENAR TUS BOTELLAS, NO SE PUEDE BEBER DIRECTAMENTE DE ELLAS.

IGERILEKU ESTALIAK

- ALDAGELAK AFORO MUGATUA DUTE. MUSUKOA ERABILI BEHAR DA BERTAN, DUTXAN IZAN EZIK, ETA 1,5 M-KO SEGURTASUN TARTEA MANTENDU UNEORO.
- TAKILAK EZIN DIRA ERABILI. MOTXILAK IGERILEKU ESPARRUKO BANKUAN UTZI.
- EZ DA IGERILEKUKO MATERIALIK UTZIKO. BAKOITZAK BEREK EKARRI ETA ETXERA ERAMAN BEHARKO DU.
- IGERILEKURA SARTZERAKOAN SARTU ETA LIBRE DAGOEN BOX BATEAN ITXOIN ZURE KALEA LIBRATU ARTE.
- IGERILEKUTIK IRTEERA, GERTUEN DAGOEN ESKAILERATIK EGIN BEHARKO DA.

PISCINA INTERIOR

- LOS VESTUARIOS TIENEN AFORO LIMITADO. DEBES HACER USO DE LA MASCARILLA, EXCEPTO EN LA DUCHA, Y MANTENIENDO EN TODO MOMENTO LOS 1,5 M DE SEGURIDAD.
- NO SE PUEDEN UTILIZAR LAS TAQUILLAS. LAS MOCHILAS LLEVARLAS AL RECINTO DE LA PISCINA Y DEJARLAS EN EL BANCO.
- NO SE DEJARÁ MATERIAL DE LA INSTALACIÓN. CADA PERSONA DEBERÁ TRAER Y LLEVARSE EL SUYO.
- AL ACCEDER A LA PISCINA, ESPERA EN UN BOX LIBRE A QUE SE LIBERE TU CALLE.
- LA SALIDA DE LA PISCINA SERÁ POR LA ESCALERA MÁS CERCANA.



EGUZKIA HARTZEKO TERRAZA

- EZ DIRA HAMAKAK UTZIKO, BAKOITZAK BEREK EKARRI BEHARKO DU. INSTALAZIOAN ERE EZIN DIRA UTZI.
- ERRESERBAK APLIKAZIOAREN BITARTEZ EDO KIROLDEGIARI DEITUTA EGINGO DIRA.
- ERRESPETATU DISTANTZIA ERABILTZAILEEN ARTEAN.
- ZURE HAMAKAN ZAUDENEAN MUSUKOA KENDU DEZAKEZU. MUGITZEKO MUSUKOA JARRI BEHARKO DUZU.



SOLARIUM TERRAZA

- NO SE PONDRÁN HAMACAS DE LA INSTALACIÓN, CADA PERSONA DEBERÁ DE TRAER LA SUYA.
- LAS RESERVAS SE REALIZARÁN A TRAVÉS DE LA APP O LLAMANDO AL POLIDEPORTIVO.
- DEBERÁ DE RESPETARSE LA DISTANCIA DE SEGURIDAD ENTRE HAMACAS.
- CUANDO SE ESTÉ EN LA HAMACA SE PODRÁ QUITAR LA MASCARILLA. PARA MOVERSE DEBERÁ PONERSE MASCARILLA EN TODO MOMENTO.



TENIS / PADEL PISTAK

- 2-4 LAGUNEZ OSATUTAKO TALDEZ JOLASTU DAITEKE.
- 55 MIN-KO ERRESERBAK EGINGO DIRA.
- EZIN DA JOKALARI BAKOITZAREN DENBORA BATU.



PISTAS DE TENIS / PADEL

- SE PODRÁ RESERVAR CON GRUPOS DE 2-4 PERSONAS.
- SERÁN RESERVAS DE 55 MIN.
- NO SE PUEDEN SUMAR LOS TIEMPOS DEL GRUPO DE JUGADORES.



KIROL MEDIKUNTZA / FISIOTERAPIA ZERBITZUAK

- **HITZORDUA HARTU BEHARKO DUZU.**
- **MUSUKOA ERAMAN BEHARKO DUZU.**
- **ITXOIN ZERBITZUAREN SARRERAN DAGOEN ESERLEKUAN DEITUA IZAN ARTE.**



SERVICIOS DE MEDICINA DEPORTIVA / FISIOTERAPIA

- **SE NECESITA CITA PREVIA.**
- **LA MASCARILLA ES IMPRESCINDIBLE.**
- **ESPERA A LA ENTRADA DEL SERVICIO EN LA ZONA DE ESPERA HASTA QUE TE LLAMEN.**

KIROL ANITZ KANTXA

- MUSUKOA DERRIGORREZKOA IZANGO DA MOMENTU GUZTIAN.
- ALDAGELAK EZINGO DIRA ERABILI.
- BAKOITZAK BERE BALOI EDO MATERIALA EKARRI BEHARKO DU.
- EREMU BAKOITZA 4 BIZIKIDEK ERABILI AHALKO DU.
- 24 ORDUKO AURRERAPENAREKIN ERRESERBA DAITEZKE.
- 2 ORDU LEHENAGO ORDU GEHIGARRIAK HAR DAITEZKE LIBRE BADAGO.

CANCHA POLIDEPORTIVA

- LA MASCARILLA SERÁ DE USO OBLIGATORIO EN TODO MOMENTO.
- NO SE PODRÁN USAR LOS VESTUARIOS.
- CADA USUARIO TENDRÁ QUE TRAER SU BALÓN O MATERIAL.
- CADA ESPACIO SE PODRÁ USAR POR 4 PERSONAS CONVIVIENTES.
- SE PUDEN RESERVAR CON 24 H DE ANTELACIÓN.
- SE PODRÁ DISFRUTAR DE HORAS ADICIONALES SIEMPRE QUE DOS HORAS ANTES ESTÉN DISPONIBLES.