

Règlement interne Centre BodyBrain

Réouverture le lundi 19 avril 2021

Evaluation des risques

Les clients présentant des symptômes d'infection au coronavirus ne sont pas autorisés à participer à l'entraînement.

En cas d'infection au coronavirus, le client est tenu d'en informer le centre.

Organisation des séances d'entraînement

Le port du masque est obligatoire.

Arrivée et départ au et du lieu d'entraînement

- Les règles de distanciation sociale de 1.5 m doivent être respectées lorsque les clients attendent à l'extérieur, lorsqu'ils se trouvent dans le centre et lorsqu'ils quittent les locaux.
- Tout contact corporel est à éviter.

Durée et déroulement de l'entraînement

Arrivée au centre : 10 min. avant l'heure de réservation

Echauffement : 5 min.

Renforcement musculaire : 30 min.

Entraînement cognitif (Exergames) : 10 min.

Etirements : 5 min.

Départ du centre : 10 min. après la fin de l'entraînement

- La durée de l'entraînement doit être strictement respectée. Elle donne ainsi aux autres clients la possibilité de venir s'entraîner.
- Toute annulation de séance sera annoncée 48 heures à l'avance, faute de quoi elle sera facturée.

Prescriptions d'hygiène, règles de conduite et nettoyage

Nettoyage de surface

- Pendant les heures d'ouverture, les clients sont responsables du nettoyage du matériel qu'ils utilisent eux-mêmes en ayant recours au désinfectant et au papier de nettoyage fournis.
- Le client est tenu de placer sa serviette coton sur l'équipement utilisé ou sur le siège ou la surface d'appui. Les serviettes microfibres ne sont pas autorisées.

Lavage des mains et désinfectants

- Des désinfectants sont à la disposition des clients à l'entrée.
- Les clients doivent se laver les mains avant et après l'entraînement.
- Du savon est disponible dans l'espace sanitaire.

Infrastructure / Equipements

Encombrement / conditions prévalant sur le lieu d'entraînement

Le nombre maximal de clients qui se trouvent simultanément dans le centre est fixé à trois. Cela garantit qu'une distance de 1.5 m puisse être garantie à tout moment.

Vestiaire / Douche

Il est en principe conseillé au client de se changer et de se doucher chez lui. Toutefois, deux zones sont prévues en cas de nécessité de le faire sur place.

Important: tous les participants se conduisent à tout moment de manière solidaire, s'assurent du respect du plan de protection du mieux possible au titre de leur responsabilité individuelle et respecte les consignes et recommandations de l'OFSP.