

# PLANNING HORARI 60 MINUTS RESERVATS FASE III

A continuació us informem de com es distribuiran aproximadament els minuts de reserva que heu fet i com ajudar-vos a augmentar els minuts destinats a l'activitat física.

Recordeu que els torns tindran una **limitació màxima de 50 minuts** d'activitat física. Si podeu venir canviats i no utilitzeu els vestuaris, aprofitareu més aquesta estona.

Es podrà reservar un torn per dia. Si un cop sou al club voleu enllaçar dos torns, caldrà que ho demaneu al tècnic de l'espai. En cas de disponibilitat d'espai, us podreu quedar, mantenint un descans entre torns.

## US RECORDEM COM ESTAN DISTRIBUÏDES LES HORES DE RESERVA:

- **Hora reserva FITNESS.** Hora reserva + 30 minuts (exemple: 07:30, 08:30, etc..)
- **Hora reserva CLASSES DIRIGIDES.** En funció de l'hora de classe.
- **Hora reserva PISCINES.** Hora reserva (exemple: 07:00, 08:00, etc..)
  - **Accés instal·lació:** Des de 5 minuts abans de l'hora de reserva.
  - **Inici activitat física:** A partir de l'hora de reserva quan vulguis.
  - **Fi activitat física:** Hora reserva + 50 minuts.

## PLANNING TEMPS RESERVA

### 5 MINUTS ABANS RESERVA.

- Ser davant la porta del club.
- Començarem protocol d'accés.
- Podreu entrar i esperar-vos al passadís dels vestuaris.
  - Sempre que hi hagin llocs disponibles, sinó caldrà que espereu.
  - Degut a les restriccions d'aforament, recomanem als usuaris de Fitness que no els utilitzin si no és imprescindible.

### SIGUES PUNTUAL I APROFITA LA TEVA HORA

### HORA RESERVA + 50 MINUTS.

- El socorrista/monitor us avisarà que heu d'acabar la vostra activitat física.
- Si accediu als vestuaris després de fer esport, sigueu àgils per aconseguir que hi hagi sempre espais disponibles.

## RECORDATORI NORMES VESTUARIS

- Cal seure als llocs marcats amb la frase CANVIA'T AQUÍ.
- Hi haurà la meitat de les dutxes obertes.
- No es poden utilitzar les taquilles.

*Moltes gràcies per la teva col·laboració*