



Informations relatives à la COVID-19

Réservation, masque, serviette et carte sont obligatoires sans quoi **l'accès vous sera refusé.**

Pour assurer la santé et la sécurité de tous les utilisateurs et de tous les employés, **le masque sera obligatoire pour circuler dans la salle d'entraînement.**

Il vous sera possible de retirer votre masque lorsque vous serez immobilisé à un appareil pour faire votre exercice. De petits crochets seront disponibles pour suspendre votre masque à chaque station d'entraînement.

Une salle d'entraînement repensée, désinfectée et sécuritaire vous accueillera avec des mesures sanitaires renforcées et une gestion de l'achalandage sur place avec le nouveau système de réservation en ligne. 25 personnes par heure auront accès à la salle d'entraînement. Les plages horaires disponibles sont d'une durée de 50 minutes à l'exception des matins et de la dernière plage horaire de la journée. 10 minutes sont prévues à la fin de chaque plage horaire pour désinfecter et quitter les lieux.

Du désinfectant sera disponible à l'entrée, à la sortie ainsi que dans la salle d'entraînement. Des stations de nettoyage sont disponibles à des endroits stratégiques, la fréquence de nettoyage des surfaces les plus touchées a été augmentée et les utilisateurs doivent désinfecter les surfaces touchées immédiatement après utilisation.

Certains accessoires ne seront pas disponibles (TRX, élastiques, certaines poignées pour poulies, poids chevilles, cordes, etc.) cependant vous pouvez amener vos propres accessoires d'entraînement sans toutefois les partager.

Il sera obligatoire d'avoir votre serviette afin d'essuyer votre visage avant de remettre votre masque à chaque déplacement (un masque humide rend celui-ci inefficace). En aucun cas votre serviette ne doit être utilisée afin de désinfecter le matériel touché et les appareils.

Les entraînements à haute intensité sont à éviter dans la mesure du possible, une fréquence respiratoire et une sudation accrues sont des vecteurs de transmission. Lorsque vous suez considérablement, nous vous demandons de vous essuyer avec votre serviette avant de vous déplacer.

Bon entraînement!