



Procedure accesso cliente

- L'**accesso alla palestra** è consentito solo con prenotazione telefonica anticipata degli appuntamenti tramite front office al numero **3455984607** o **0532747914** o tramite nuova **APP Esercizio Vita**
- Arrivo in palestra massimo **5 minuti prima dell'appuntamento**
- Attendere ok per l'accesso **fuori dalla struttura** mantenendo le distanze di 1 metro e senza creare assembramenti
- Verrà misurata la **temperatura** corporea all'ingresso, verrà impedito l'accesso in caso di temperatura superiore a 37,5 C°
- **Obbligo della mascherina chirurgica** all'interno della struttura e durante gli spostamenti
- Utilizzare in palestra apposite **calzature previste e dedicate esclusivamente a questo scopo**
- **Tutti gli indumenti e oggetti personali** devono essere riposti dentro la borsa personale (non è consentito l'utilizzo degli appendiabiti), anche qualora depositati negli appositi armadietti; non è consentito l'uso promiscuo degli armadietti.
- Non sarà possibile per il personale del front office tenere in **custodia oggetti personali** dei clienti sprovvisti di borsa personale o lucchetto
- Vietato sostare in spogliatoio e **divieto utilizzo delle docce**
- **Disinfettare mani** con sapone o soluzione idro-alcolica prima di accedere in palestra e al termine dell'attività
- **Seguire i percorsi di segnaletica orizzontale e le indicazioni dei tecnici** per gli spostamenti in palestra per l'entrata e l'uscita
- Rispettare distanze di sicurezza di **1 metro per le persone in attesa all'esterno della struttura e 1 metro per le persone mentre non svolgono attività motoria**; di **2 metri durante l'attività motoria in struttura** (con particolare attenzione a quella intensa)
- Durante le operazioni al Check-In, al Front Office e per i colloqui con i tecnici e i responsabili è consigliato indossare la mascherina chirurgica
- **Gli accompagnatori non potranno accedere in struttura**, sarà compito degli operatori di riferimento accompagnare il cliente per l'inizio dell'attività
- **Obbligatorio l'utilizzo di asciugamano personale** sulle attrezzature e durante tutte le attività
- **Le sedute saranno di 55 minuti** con 5 minuti di tempo per l'entrata e 5 minuti di tempo per l'uscita
- E' **OBBLIGATORIO disinfettare gli attrezzi** dopo ogni utilizzo usando i materiali messi a disposizione dalla struttura
- **Non condividere borracce, bicchieri e bottiglie** e non scambiare con altri utenti oggetti quali asciugamani, accappatoi o altro
- Con **5 minuti di anticipo** rispetto al termine della seduta di allenamento l'**operatore avviserà che si dovrà lasciare la struttura**
- Gli spostamenti all'interno della palestra verranno **regolamentati dagli operatori e sarà possibile utilizzare solo le attrezzature segnalate**
- **Si consiglia il pagamento con bonifico anticipato sulla seguente banca di appoggio:** BPER Banca cod. IBAN IT32Y0538713003000035015480 indicando il nome del cliente ed il mese di riferimento nella causale



REGOLAMENTO INTERNO

Il presente Regolamento Interno stabilisce le principali norme di comportamento e/o funzionamento del Centro redatte in ottemperanza alle disposizioni previste dal Protocollo di regolamentazione del virus Covid-19 emanato il 24/4/2020 per l'accesso agli ambienti di lavoro

MODALITÀ DI ACCESSO:

- L'accesso alla struttura è possibile solo appuntamento, non è consentito l'ingresso nel centro al di fuori dell'orario di prenotazione della seduta
- Il Cliente sarà preventivamente informato che potrà accedere ai locali solo se non presenta alcun sintomo di contagio (febbre superiore a 37,5°C o altri sintomi influenzali) e non sussistano condizioni di pericolo (provenienza da zone a rischio, contatto con soggetti positivi al virus nei 14 giorni precedenti) impegnandosi a osservare e rispettare tutte le disposizioni delle Autorità e del Centro munendosi di mascherina chirurgica personale, mantenendo la distanza di sicurezza (1 metro per le persone in attesa all'esterno della struttura e 1 metro per le persone mentre non svolgono attività motoria; di 2 metri durante l'attività motoria in struttura) e osservando le regole e comportamenti corretti sul piano dell'igiene. Si informa che la mancata osservazione di dette disposizioni comporterà l'annullamento dell'appuntamento, ovvero l'interdizione all'accesso nei locali dello centro.
- Prima dell'ingresso verrà effettuata una rilevazione della temperatura corporea, verrà impedito l'accesso in caso di temperatura superiore a 37,5 C°
- L'ingresso è possibile solo per i clienti dotati di mascherina chirurgica; è obbligatorio l'utilizzo del liquido detergente in dotazione del centro per la sanificazione delle mani all'inizio e al termine dell'appuntamento; sono vietati le strette di mano e ogni altro contatto fisico.
- Durante le operazioni al Check-In, al Front Office e per i colloqui con i tecnici e i responsabili è consigliato indossare la mascherina chirurgica
- L'ingresso al centro è contingentato, si dovrà pertanto attendere il proprio turno di ingresso all'esterno della struttura sempre conservando i comportamenti necessari per il distanziamento sociale.
- Prima di accedere ai locali della palestra è obbligatorio il cambio delle scarpe utilizzate all'esterno con scarpe da ginnastica pulite (mai utilizzate all'estero e riservate alla palestra) non sarà possibile effettuare l'attività senza aver effettuato il cambio. E' inoltre consigliato presentarsi con vestiti adeguati all'attività sportiva per non sostare troppo tempo negli spogliatoi
- Utilizzare la segnaletica orizzontale e le indicazioni degli operatori per muoversi all'interno della struttura nel rispetto delle norme
- Non sono consentiti l'accesso e l'attesa in struttura da parte degli accompagnatori

UTILIZZO DEL BADGE di IDENTIFICAZIONE

- Ad ogni cliente verrà consegnata una tessera badge nominativa da scansionare nell'apposito lettore e che verrà usata per dare il consenso all'accesso e segnalare la presenza nella struttura
- Il passaggio del badge è obbligatorio e l'accesso sarà possibile solo in questi casi:
 - Il numero dei clienti presenti in struttura consente l'ingresso di un nuovo cliente
 - L'appuntamento è stato prenotato
 - L'abbonamento mensile è stato pagato regolarmente
- I badge di identificazione d'accesso alla palestra sono strettamente personali, non possono essere ceduti a terzi a titolo gratuito o dietro compenso e sono da utilizzare obbligatoriamente per vidimare il proprio arrivo in struttura.

SPOGLIATOI E ZONE COMUNI

- L'accesso agli spogliatoi è obbligatorio per il cambio delle scarpe
- E' vietata la sosta prolungata negli spogliatoi e nelle zone comuni della struttura per evitare la possibilità di assembramenti
- E' consigliato presentarsi con vestiti adeguati all'attività sportiva per non sostare troppo tempo negli spogliatoi

Esercizio Vita Società Cooperativa Sociale O.N.L.U.S. Via Don Giovanni Calabria, 13 – 44124 Ferrara

www.eserciziovita.it Mail: info@eserciziovita.it Tel: 0532747914 Cell: 345 5984607

REA FE 203168 – CF/PI 01846620381



- Durante il periodo della pandemia è vietato utilizzare le docce.
- La palestra è dotata di spogliatoi e armadietti, il cui uso è gratuito e consigliato alla clientela utilizzando un lucchetto personale (da procurare a cura del cliente). A fine seduta l'armadietto va lasciato vuoto e aperto, a disposizione degli altri utenti. Esercizio Vita non è responsabile dei beni introdotti nel centro e/o depositati negli armadietti degli spogliatoi. Invitiamo i nostri clienti a non portare all'interno del centro oggetti di valore e/o comunque non necessari all'attività sportiva.
- E' obbligatorio collocare i propri indumenti o beni personali dentro borse o sacche prima di riporli negli appositi armadietti presenti negli spogliatoi, è vietato lasciare indumenti sugli appendiabiti, sulle panchine o per terra per evitare possibili contaminazioni;

UTILIZZO DELLE ATTREZZATURE, DEI MACCHINARI E PROGRAMMI PERSONALIZZATI

- L'utilizzo dei macchinari è consentito previa autorizzazione dei tecnici per consentire l'ottemperanza alle norme sulla sanificazione e sul distanziamento sociale
- Attrezzature e macchinari possono essere utilizzati unicamente allo scopo per il quale sono preposti, e nel modo indicato dal costruttore. A tale proposito il cliente viene personalmente istruito una prima volta, in caso di bisogno consultare un istruttore;
- Per lo svolgimento di alcuni corsi e per effettuare correttamente alcuni movimenti è obbligatorio l'uso delle calze antiscivolo (il personale di riferimento informerà i clienti di questa necessità)
- Rispettare distanze di sicurezza di 1 metro per le persone in attesa all'esterno della struttura e 1 metro per le persone mentre non svolgono attività motoria; di 2 metri durante l'attività motoria in struttura (con particolare attenzione a quella intensa)

FINE ALLENAMENTO E USCITA

- Le sedute hanno la durata di 55 minuti con 5 minuti di tempo per l'entrata e 5 minuti di tempo per l'uscita
- Con 5 minuti di anticipo rispetto al termine della seduta di allenamento l'operatore avviserà che si dovrà lasciare la struttura

NORME GENERALI

- Attenersi alle norme della buona educazione, di provata moralità, di correttezza nei rapporti interpersonali che non dovranno in alcun modo disturbare gli altri utenti.
- Utilizzare la palestra unicamente allo scopo per cui essa è prevista.
- E' obbligatorio stendere un asciugamano pulito ed asciutto su ogni superficie degli attrezzi e delle strutture della palestra in contatto con il proprio corpo.
- Disinfettare con gli appositi prodotti a disposizione gli attrezzi e le macchine con le quali è stato in contatto non appena terminato l'uso.
- Riporre negli appositi cestini lattine e bottiglie vuote, così come ogni altro rifiuto;
- Indossare sempre delle ciabatte durante l'uso delle docce e negli spogliatoi;
- Avvisare tempestivamente la Direzione della palestra in caso di guasti alle attrezzature o mancanze comportamentali degli altri utenti;
- Scansionare la tessera personale nell'apposito lettore ad ogni ingresso;
- La Direzione si riserva di modificare il presente regolamento con preavviso di almeno 30 giorni agli utenti;

È VIETATO

- Accedere ai locali della palestra con scarpe indossate all'esterno;
- Fumare all'interno dei locali della palestra, negli spogliatoi e nei servizi igienici;
- Disturbare ed intralciare nell'allenamento gli altri utenti con il proprio comportamento;
- Introdurre ogni tipo di animale nei locali della palestra, negli spogliatoi e nei servizi igienici;
- L'ingresso in palestra senza aver scansionato la tessera personale;

Esercizio Vita Società Cooperativa Sociale O.N.L.U.S. Via Don Giovanni Calabria, 13 – 44124 Ferrara

www.eserciziovita.it Mail: info@eserciziovita.it Tel: 0532747914 Cell: 345 5984607

REA FE 203168 – CF/PI 01846620381



- L'accesso alle sedute di allenamento senza prenotazione

REGOLAMENTO ATTIVITA' e PAGAMENTI

- Il pagamento della quota di abbonamento è anticipato e deve essere effettuato entro la prima settimana del mese o dall'inizio dell'attività
- Gli abbonamenti sono mensili e corrispondono al mese solare (esempio: gennaio dal 01 al 31)
- Le sedute che cadono in occasione delle festività nazionali non sono recuperabili o stornabili dall'abbonamento.
- Nel caso in cui non si possa usufruire del mese intero (4 settimane 100% della tariffa), se concordato anticipatamente, la quota sarà riproporzionata in base alle settimane previste per chiudere la mensilità con le seguenti percentuali (arrotondate all'euro): 1 settimana 25%, 2 settimane 50%, 3 settimane 75%, e l'aggiunta di € 5,00 fissi per spese di segreteria.
- Per i nuovi clienti che iniziano e chi rinnova un abbonamento dopo un periodo di sosta verranno applicate tariffe al 25% per ogni settimana senza l'aggiunta delle spese di segreteria
- La disdetta alla prenotazione deve essere comunicata al più presto, le sedute non disdette sono considerate come fatte. In caso di assenza prolungata delle attività causa malattia, la Direzione si riserva di valutare la sospensione/rimborso dell'abbonamento solo se tempestivamente comunicato dal cliente e in presenza di un certificato medico. Per qualsiasi altra interruzione del servizio da parte del cliente non è possibile la sospensione o il rimborso.
- L'ingresso in palestra è consentito solo su appuntamento. Le sedute settimanali vengono concordate alla fine della prima seduta di valutazione, e verranno stabilite per tutto il periodo. Per i percorsi Bianco e Verde si raccomanda di preoccuparsi di comunicare il rinnovo della prenotazione sulle nuove mensilità, le eventuali variazioni occasionali, le soste ed i rientri.
- Negli abbonamenti riferiti solo ai corsi di gruppo non è possibile modificare i giorni o gli orari delle sedute. Lo spostamento delle sedute tra i vari corsi attivi è possibile solo se concordato con gli operatori ed è vincolato ai posti disponibili. Si raccomanda di preoccuparsi di comunicare il rinnovo della prenotazione sulle nuove mensilità, le eventuali soste ed i rientri.
- I corsi posturali hanno una programmazione che è fissa dal mese di settembre al mese di maggio, per i mesi estivi di giugno, luglio e agosto gli orari e le giornate dei vari corsi possono subire delle modifiche o delle riduzioni.
- Per mantenere la prenotazione degli orari e dei giorni dopo un periodo di sosta (es. rientro di gennaio o settembre) è richiesto il versamento di un acconto.
- Per i percorsi Bianco, Verde, Giallo, Arancio e Personal Training esistono due tipologie di abbonamento: Abbonamento base e Abbonamento Formula Recupero.

ABBONAMENTO BASE

○ La formula abbonamento base dà il diritto a prenotare le sedute settimanali in base alla frequenza scelta. Trattandosi di abbonamenti a prenotazione vi è la possibilità di spostare la seduta con un'altra dello stesso percorso entro la stessa settimana, e comunque non oltre la fine del mese. Eventuali sedute perse non possono essere recuperate nelle settimane successive. La disdetta alla prenotazione deve essere comunicata al più presto, le sedute non disdette sono considerate come fatte.

ABBONAMENTO FORMULA RECUPERO

○ Per l'abbonamento in formula recupero vengono garantite le sedute in base alla frequenza scelta. Per il recupero di eventuali sedute perse ESERCIZIO VITA dà la possibilità di spostarle entro la fine del mese successivo, solo se l'abbonamento di entrambi i mesi sono pagati (quindi saranno aggiunte). La disdetta di una prenotazione deve essere comunicata 12 ore prima dell'inizio della stessa, altrimenti risulterà persa; l'assenza nella lezione prenotata per il recupero non dà diritto ad un nuovo recupero.

- Per i percorsi Bianco, Verde, Posturali, Dolce è possibile sottoscrivere un **abbonamento TRIMESTRALE**.
- I periodi degli abbonamenti trimestrali sono fissi e coprono i seguenti periodi: gen-feb-mar oppure apr-mag-giu oppure lug-ago-sett oppure ott-nov-dic, sono riferibili sempre all'abbonamento mensile standard, quindi senza possibilità di recupero e non sono rimborsabili.
- E' possibile usufruire di uno sconto famiglia (5%) non cumulabile con altre promozioni solo nel caso di 3 parenti di primo grado iscritti contemporaneamente e a mensilità piena ai percorsi Bianco, Verde o alle attività di gruppo
- Per tutte le richieste di combinare i servizi verrà prodotto un preventivo personalizzato

Esercizio Vita Società Cooperativa Sociale O.N.L.U.S. Via Don Giovanni Calabria, 13 – 44124 Ferrara

www.eserciziovita.it Mail: info@eserciziovita.it Tel: 0532747914 Cell: 345 5984607

REA FE 203168 – CF/PI 01846620381



- L'orario di arrivo è vincolante per lo svolgimento del programma previsto. Sono tollerati al massimo 5 minuti di ritardo, trascorsi i quali non sarà garantito il servizio completo e la seduta verrà conteggiata.
- Tutte le attività sono organizzate con criteri di numero chiuso. La sospensione anche temporanea comporta la perdita del posto. La riammissione è subordinata alla disponibilità di posti liberi. Chi già frequenta i corsi ha la precedenza nella riconferma del proprio turno ed orario per il mese successivo, per eventuali cambiamenti di turno ed orario è necessario effettuare la prenotazione con il pagamento dell'abbonamento. È gradita prenotazione del posto del mese entrante per favorire l'organizzazione. Per maggiori informazioni rivolgersi in segreteria.

METODI DI PAGAMENTO

- Contanti
- Bancomat, Carte di Credito (Bancoposta)
- **Bonifico bancario CONSIGLIATO:** BPER Banca cod. IBAN IT32Y0538713003000035015480 indicando il nome del cliente ed il mese di riferimento nella causale

E' possibile **devolvere il 5%** della dichiarazione dei redditi ad una cooperativa ONLUS. E' sufficiente apporre la firma nell'apposito spazio nella dichiarazione ed aggiungere il nostro codice fiscale **01846620381** Questa sottoscrizione non comporta alcun aumento dell'onere tributario. **GRAZIE!**

PROMEMORIA SEDUTA di VALUTAZIONE

NOME e COGNOME					
DATA :					
LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
TECNICO :					

REGOLAMENTO SEDUTA di VALUTAZIONE

- Abbigliamento: scarpe da ginnastica pulite e da utilizzare solo in palestra, vestiti comodi es. tuta da ginnastica, T-Shirt, asciugamano e bottiglietta d'acqua.
- Armadietto porta oggetti: gli spogliatoi del centro sono dotati di armadietti, il cui uso è gratuito e consigliato alla clientela utilizzando un lucchetto personale (da procurare a cura del cliente). A fine seduta l'armadietto va lasciato vuoto e aperto, a disposizione degli altri utenti.
- Pagamento: il pagamento della seduta ORO si effettua dopo il colloquio iniziale per la conferma della prenotazione. E' possibile pagare in contanti, con bancomat e carte di credito.