



## LINEE GUIDA PER ARRAMPICARE IN MODO SICURO

- **È obbligatorio entrare e permanere all'interno dell'impianto sportivo con la mascherina** che copra bocca e naso. Si può togliere la mascherina solo per arrampicare.
- **L'attività è suddivisa in fasce orarie di 2 ore: ore 19-21 e 21-23.**
- Per garantire il rispetto delle distanze vengono ammesse al **massimo 30 persone per ogni fascia oraria.**
- **È necessario prenotarsi**, attraverso l'apposito sito (<https://www.supersaas.it/schedule/infogekoclimb>), per la giornata e la fascia oraria desiderata.
- È consigliabile presentarsi qualche minuto prima dell'inizio dell'orario previsto per permettere allo staff di effettuare tutte le operazioni previste.
- E' necessario presentarsi muniti di **autodichiarazione stampata e firmata** (che si trova al link sotto)
- Se un arrampicatore non ha prenotato ma nella fascia oraria desiderata non è ancora stato raggiunto il numero massimo di persone consentito, può rivolgersi alla reception e chiedere di essere ammesso.
- Nel caso in cui non sia possibile presentarsi all'orario prenotato è opportuno **avvisare telefonicamente** o via mail il personale. **Ripetute prenotazioni a vuoto verranno penalizzate.**

# Prima di prenotarvi leggete con attenzione il protocollo per accedere alla palestra e arrampicare in sicurezza.

## NORME IGIENICHE GENERALI

- Nel **periodo di apertura della palestra la porta di entrata nella zona della segreteria viene lasciata aperta** per evitare di toccarle con le mani.
- **Si può accedere solo con una temperatura inferiore a 37.5°.** La temperatura viene controllata, prima dell'accesso all'area dedicata all'arrampicata, dallo staff utilizzando un termometro contactless.
- È obbligatorio **entrare e permanere all'interno dell'impianto sportivo con la mascherina** che copra bocca e naso. Si può togliere la mascherina solo per arrampicare
- **Evitare** di toccarsi occhi, naso e bocca con le mani.
- È opportuno starnutire e/o tossire in un fazzoletto evitando il contatto delle mani con le secrezioni respiratorie; se non si ha a disposizione un fazzoletto, starnutire nella piega interna del gomito.
- Fazzoletti, mascherine monouso e guanti dopo essere stati usati devono essere **gettati nell'apposito contenitore per il successivo smaltimento differenziato.**
- **È obbligatorio igienizzarsi le mani al momento dell'entrata e continuare a farlo durante il periodo di permanenza** (l'uso del magnesio liquido in base alcoolica è un buon coadiuvante nella sanificazione delle mani). Sono state predisposte in posizioni strategiche delle postazioni per la disinfezione delle mani, dotate di dispenser di gel igienizzante. Tutti gli utenti sono invitati ad usarle una prima volta al momento dell'entrata e poi con continuità durante l'attività.
- È possibile, nel caso in cui lo si preferisca, utilizzare il proprio gel igienizzante.
- Nel corso di tutta la permanenza nell'impianto sportivo va rispettata la regola di **distanziamento tra le persone di almeno 2 metri.**
- È raccomandato a tutte le **persone presenti nella zona dedicata all'arrampicata di non sostare sotto la verticale di un atleta che scala.**
- **I soggetti che fanno sicura devono sempre igienizzarsi le mani prima di toccare la corda della persona che si accinge ad iniziare la scalata e indossare la mascherina.**
- **I frequentatori devono aspettare l'inizio del periodo prenotato facendo la coda nella zona specificamente indicata fuori dalla porta di entrata.**
- In **coda devono indossare la mascherina e rispettare la distanza di sicurezza.** Prima di essere ammessi il personale verifica la loro prenotazione e che la temperatura non superi i 37.5°.

### **NOLEGGIO ATTREZZATURA**

- È possibile noleggiare solo imbraghi e gri-gri. Il resto dell'attrezzatura deve essere personale.
- Per garantirne la sanificazione delle attrezzature dopo il noleggio, gli oggetti noleggiati saranno sottoposti ad una quarantena di 72 ore: l'utilizzatore, al momento della riconsegna, deve mettere l'attrezzatura utilizzata negli appositi contenitori per il successivo stoccaggio da parte dello staff.

### **ATTREZZATURA PERSONALE**

- È possibile arrampicare con la corda personale o utilizzando l'autobelay presente.
- Il moschettone dell'autobelay deve essere disinfettato dopo ogni uso con l'apposito prodotto messo a disposizione.
- Spogliatoi e docce non possono essere utilizzati e quindi gli utenti devono venire già vestiti da arrampicata.
- Non è possibile stare all'interno dell'area o arrampicare scalzi e/o a torso nudo.
- L'attrezzatura ed i vestiti non utilizzati devono essere riposti all'interno del proprio zaino o della propria borsa.
- Le scarpette d'arrampicata vanno utilizzate solo nell'area di arrampicata, in tutte le altre aree dell'impianto sportivo devono essere indossate calzature idonee.
- Non è possibile lasciare in custodia presso la palestra attrezzatura personale (corde, scarpe, imbraghi, zaini ecc.).

### **CIBO E BEVANDE**

- È opportuno portare con sé una borraccia e non dividerla con altri.

### **ALTRE STRUTTURE**

- La struttura di allenamento denominata training station non è utilizzabile.