



UNIVERSIDAD COMPLUTENSE
MADRID

Medidas básicas de seguridad obligatorias en las instalaciones de los Gimnasios de la UCM

- Para poder acceder a las instalaciones del gimnasio es necesario reservar día y hora. Los usuarios no podrán acceder a la instalación antes de la hora que tengan reservada.
- Debe respetarse en todo momento el aforo de las salas.
- El uso de mascarilla será obligatorio en todo momento, también durante la práctica deportiva
- Uso obligatorio de los dispensadores de gel desinfectante al entrar a la instalación.
- Se respetará en todo momento la distancia de seguridad, 1,5 metros, con el resto de usuarios.
- Se podrá hacer uso de los vestuarios y de las duchas del Edificio de la Conserjería. No obstante, se recomienda a los usuarios ducharse en casa.
- El uso de toallas para la protección de los aparatos es obligatorio.
- Los usuarios deberán desinfectar cada elemento de la sala después de su uso.
- Se utilizará calzado exclusivo para el acceso a la instalación.
- No está permitido acceder con acompañantes, salvo en aquellos supuestos de personas que puedan precisar asistencia.
- En los aseos la ocupación máxima será de una persona, salvo en el caso de personas que precisen asistencia, que podrán estar acompañadas.
- No se pueden introducir bolsas o mochilas dentro de la Sala de musculación.
- Las fuentes de agua permanecerán cortadas, es importante llevar botella de uso personal.
- Los usuarios no podrán consumir alimentos dentro de las instalaciones.
- Una vez finalizada la actividad no se podrá permanecer en la instalación.

Otras normas generales

- No acudas a la instalación si tienes fiebre (más de 37'5º), tos seca, dolor de garganta o dificultad para respirar.
- En caso de encontrarte mal informa al personal de las instalaciones.
- Respeta la distancia de seguridad con otras personas.
- Respeta la señalización.