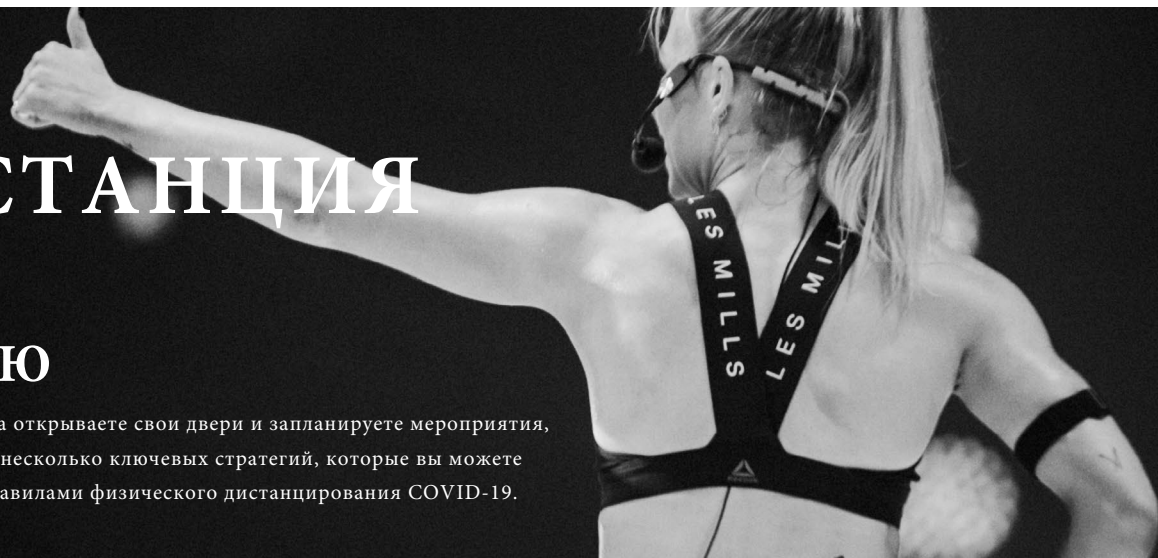


# МЕРОПРИЯТИЯ И СОЦИАЛЬНАЯ ДИСТАНЦИЯ

## ПОДГОТОВКА К МЕРОПРИЯТИЮ

COVID-19 изменил подход фитнес-клубов к проведению мероприятий. Когда вы снова открываете свои двери и запланируете мероприятия, вы должны помочь членам клуба чувствовать себя в безопасности и уверенности. Вот несколько ключевых стратегий, которые вы можете реализовать, чтобы мероприятия в вашем клубе было безопасным в соответствии с правилами физического дистанцирования COVID-19.



### КОММУНИКАЦИЯ - ЭТО КЛЮЧ

Создайте план информирования о событиях, в котором подробно излагается, как вы будете регулярно сообщать важные сообщения о новых способах работы и какие меры принимаются для обеспечения безопасности и информированности ваших посетителей. Дайте понять, что безопасность - ваш главный приоритет.

### ПРОРЯДИТЕ РЯДЫ

"Прорядите" ряд, чтобы между людьми было безопасное расстояние в 3 метра. Используйте два маркера/отметки по-бокам и маркер прямо спереди и прямо сзади. Такие ряды обеспечат безопасное расстояние между участниками на расстоянии 2-3 метра слева направо и на расстоянии более 1,5 метров от человека в следующем ряду.

### ПЕРСОНАЛЬНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

Попросите посетителей принести свои собственные бутылки, наполненные водой, полотенца, боксерские бинты/ перчатки и коврики для йоги, чтобы уменьшить вероятность нарушения безопасности через оборудование или кулер для воды.

### ЛУЧШИЙ ИЗ ЛУЧШИХ

Используйте один ключевой канал связи для важных обновлений. Люди могут пропустить важные сообщения, если вы поделитесь некоторыми через Facebook, а другие по электронной почте.

### ДЕРЖИТЕ ДИСТАНЦИЮ

Соблюдайте безопасную дистанцию в 2 метр между каждым из ваших участников на протяжении всего мероприятия, начиная с бесконтактной регистрации до всех зон тренировок.

### ЧИСТОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

Протрите все оборудование, включая штанги, диски, степ платформы и амортизаторы до и после использования.

### ВОЗМОЖНОСТИ РЕГИСТРАЦИИ

Продумайте все возможные варианты регистрации, чтобы обеспечить безопасное социальное дистанцирование на протяжении всего мероприятия и избежать очередей. Реализуйте бесконтактную регистрацию, если это возможно.

### ПОМНИТЕ О ПЕРЕРЫВАХ

Убедитесь, что в вашем расписании есть буферы, позволяющие посетителям входить и выходить из классов упорядоченным и безопасным способом. Вам нужно выделить время на уборку и избежать очередей людей.

### ОБУЧЕНИЕ+ИНФОРМИРОВАНИЕ

Проведите обучение вашей команды по новым процедурам, включая ваш план действий при обнаружении посетителей с признаками болезни.

### РАЗМЕТКА

Используйте маркировку (например, ленту) на полу, чтобы помочь участникам сохранить безопасное расстояние. Нанесите разметку, чтобы люди находились на безопасном расстоянии друг от друга.

### ПЛАНИРУЙТЕ ВАШИ КЛАССЫ

Работайте со своими инструкторами, чтобы заранее планировать свой класс и хореографию. Подумайте о конкретном формате класса, требуемом пространстве и том, какие треки им, возможно, понадобится адаптировать для поддержания соответствующего социального дистанцирования.

### ПРЕ-ПОДГОТОВКА

Предварительно отметьте места в классах для расположения участников, заранее настройте оборудование, штанги, диски, степы для каждого рабочего места

# МЕРОПРИЯТИЯ И СОЦИАЛЬНАЯ ДИСТАНЦИЯ

## ВО ВРЕМЯ СОБЫТИЯ



### ПОВЫСЬТЕ УРОВЕНЬ УВЕРЕННОСТИ

Используйте печатные и электронные объявления, чтобы подчеркнуть новые меры безопасности и охраны здоровья. Убедитесь, что объявления о состоянии здоровья могут быть просмотрены посетителями до того, как они войдут в клуб. Размещайте конкретные сообщения в наиболее подходящих местах, например, используя плакаты «Держите дистанцию», где люди могут выстроиться в очередь.

### АНОНС МЕРОПРИЯТИЯ

Пусть ваши инструкторы сделают объявления перед занятиями: представьте класс и объясните, как использовать пространство в дизайне класса. Попросите участников адаптировать свои движения, чтобы они знали свое личное пространство и поддерживали социальное дистанцирование.

### ПРОВЕТРИВАЙТЕ ПОМЕЩЕНИЕ

Поток свежего воздуха идеально подходит для быстрого рассеивания выдыхаемого воздуха.

### ОРГАНИЗУЙТЕ ПРОСТРАНСТВО

Используйте любое доступное пространство для увеличения вашего социального дистанцирования. Некоторые клубы проводят мероприятия на баскетбольных площадках, тренировочных площадках и даже на парковках.

### ДОБАВЬТЕ ФАНА

Мы знаем, что эти протоколы неинтересны, но они направлены на обеспечение безопасности вас и ваших посетителей. Не забудьте привнести веселье и страсть в ваши мероприятия и вызвать улыбку! Будьте в безопасности и будьте добры.

### БУТИЛИРОВАННАЯ ВОДА

Обеспечьте участников бутилированной водой для повторного наполнения бутылок с напитками на протяжении всего мероприятия.

### ДОНОСИТЕ ИНФОРМАЦИЯ

Используйте перерывы между классами для объявлений, чтобы объяснять правила социального дистанцирования и гигиены каждые 30-45 минут и попросите инструкторов поделиться этими напоминаниями до и после занятий.

### УПРАВЛЕНИЕ ПЕРЕДВИЖЕНИЕМ

Клубы по всему миру обеспечивают безопасные дистанции, проводя свои мероприятия с меньшей вместимостью. Создание плана передвижений по клубу и в зале облегчает людям возможность сохранения безопасной дистанции.

### ЗДОРОВЬЕ + ГИГИЕНА

Обеспечьте посетителей дезинфицирующими средствами для рук, салфетки, расположив их в разных местах.

### ДЕМОНСТРУЙТЕ ЧИСТОТУ

Помогите участникам чувствовать себя в безопасности, увеличивая частоту и видимость ваших медицинских и гигиенических процедур. Протирайте все оборудование, включая штанги, диски, степы и амортизаторы до и после использования.

### ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ МЕРЫ

Попросите участников вытереть свое собственное оборудование в качестве дополнительной меры после использования. Пусть участники оставят свое снаряжение после тренировки.

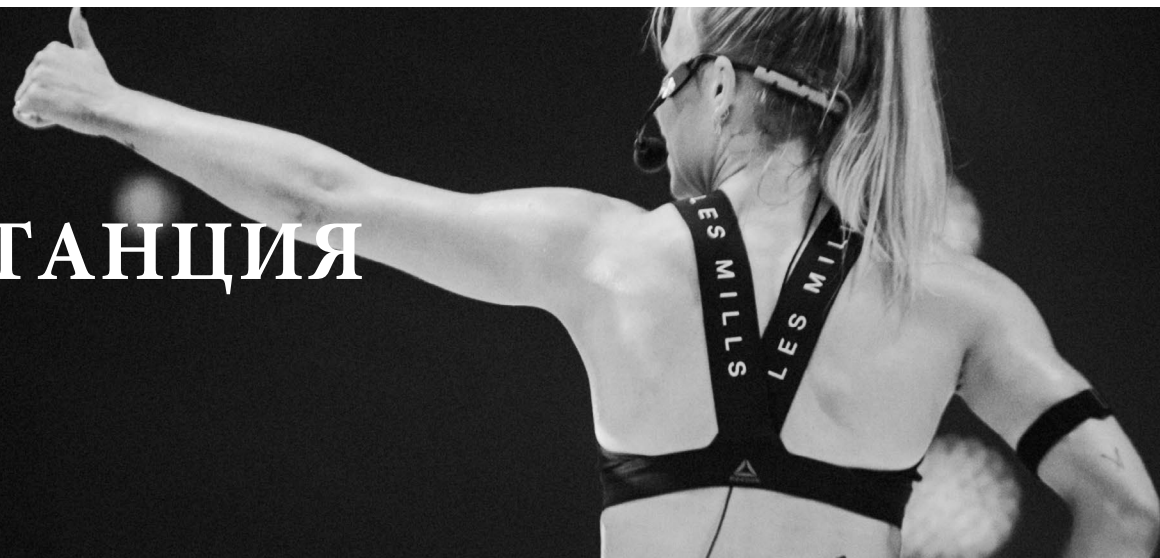
### НЕТ ОБЪЯТИЯМ И РУКОПОЖАТИЯМ

Никаких объятий или рукопожатий до или после занятий.

Эти рекомендации носят общий характер. Пожалуйста, следуйте всем местным рекомендациям правительства по безопасности Covid-19 для вашего района, а также указаниям Роспотребнадзора.

# МЕРОПРИЯТИЯ И СОЦИАЛЬНАЯ ДИСТАНЦИЯ

## ПОСЛЕ СОБЫТИЯ



### БЛАГОДАРНОСТЬ

Попросите инструкторов и команду мероприятия поблагодарить ваших участников за то, что они пришли. Отправьте последующее сообщение всем своим посетителям.

### СИЛА СООБЩЕСТВА

Показав вашим посетителям, что ваши мероприятия невероятное фитнес событие и при этом безопасное, это увеличивает вероятность того, что они вернуться к вам снова и порекомендуют друзьям и знакомым.

### ЧИСТО, ЧИСТО, ЧИСТО

Организуйте ваших уборщиков выполнять полную очистку любого оборудования, включая оборудование для тренировки, аудио оборудование и непосредственно залы на протяжении всего мероприятия