



Circular informativa No. 11 -

Sección de Remo del RCM.

27/6/2020

Apertura gimnasio de La Marina y 2ª sala de ergómetros

Por la presente informamos que a partir del próximo lunes vuelve a habilitarse el uso de la sala de gimnasio del edificio de La Marina , para el habitual de entrenamiento de pesas , circuitos , gimnasia , etc.

Se podrá acceder al mismo sin cita previa y cumpliendo la normativa de medidas de prevención del covid-19 existentes (las mismas que para el gimnasio de la sede social) . Teniendo en cuenta especialmente :

* La obligatoriedad de limpiar cada elemento que se utilice inmediatamente después de cada uso (discos, mancuernas, barras, kettels , bancos, etc). y dejarlos en su sitio , no por medio de la sala.

* No tener en uso al mismo tiempo varios juegos de mancuernas, discos, barras , etc. Se deben terminar de utilizar completamente y dejarlos limpios antes de pasar a otro ejercicio.

* Cada usuario debe utilizar una toalla para cubrir los bancos, máquinas, estertillas, etc, que vaya a utilizar ; y otra toalla distinta para secarse el sudor .

* Respetar el aforo de la sala , no acceder si está completo.

Hemos habilitado el antiguo restaurante como segunda sala de ergómetro . Trasladando allí los diez ergos que hasta ahora estaban de manera provisional en la sala de gimnasio . Las normas y recomendaciones para su uso son, obviamente, las mismas que ya conocemos todos del uso de ergómetros .

Un fuerte abrazo

Juan Carlos Marfil Rodríguez

Capitán de Remo - RCM