

## **Protocollo Pain Cave**

Per offrirti la migliore esperienza di allenamento in un ambiente sano e sicuro, abbiamo adottato misure igienico-sanitarie per prevenire la diffusione del contagio da *Covid-19* e regole di comportamento che assicurino il distanziamento sociale, abbattendo il rischio di contagio sia per via aerea che per cross-contamination.

## **Prenotazione dei Servizi del Centro**

Ti invitiamo a scaricare o ad aggiornare l'app che ti permetterà l'accesso a Pain cave, consentito da ora solo su prenotazione obbligatoria e con orario contingentato. Sempre tramite l'app dovrai prenotare il tuo Servizio nel Centro, come da Condizioni Generali consultabili sul Sito [www.paincave.it](http://www.paincave.it). Ti chiediamo come sempre di osservare le pattuizioni delle condizioni generali per la cancellazione della tua attività.

## **Prima dell'accesso**

Prima dell'accesso a Pain cave, potrà essere rilevata la temperatura corporea (Ordinanza Regione Lombardia n.555 del 20 Maggio 2020), devi indossare la mascherina chirurgica e mantenerla indossata all'ingresso e all'interno delle aree, ma non sarà obbligatoria durante l'utilizzo della Postazione di Indoor Cycling né sotto la doccia. Ad ogni accesso a Pain Cave devi auto dichiarare il tuo stato di salute relativamente al Covid-19. La dichiarazione, completa dei tuoi dati e dell'informativa privacy, sarà generata automaticamente dalla app nel momento in cui scansionerai il QR code per l'apertura della porta di accesso a Pain Cave. Leggi con attenzione, conferma la dichiarazione che, tramite app, ti sarà inoltrata all'indirizzo e-mail indicato in sede di Registrazione.

## **Accesso**

L'accesso al Centro è riservato ai clienti autorizzati. La possibilità di accesso, se pur contingentata, resta h24. Puoi accedere a Pain Cave solo dai 45 minuti prima dell'utilizzo della postazione prenotata e non oltre l'inizio dell'utilizzo, ad es. se hai una prenotazione alle 20:00 puoi accedere tra le 19:15 e le 20:00.

## **Regole obbligatorie per l'accesso, per la permanenza e per l'uscita:**

- In ogni circostanza, mantieni sempre la distanza minima di un metro da ogni altra persona.
- Togliere le scarpe e indossare calzari.
- Utilizzare corner con dispositivi e presidi per la tua sicurezza: sanificare le mani con soluzione alcolica al 62% messa a disposizione dallo staff.
- Nel caso di accesso al Centro con la propria bici, sanificare tutte le ruote spruzzando soluzione alcolica, messa a disposizione.
- Seguire percorso su tappeto di gomma nero sino a spogliatoio (maschile o femminile).
- Accedere allo spogliatoio dove depositare abiti e propri averi nelle buste di plastica, che saranno reperibili nello stesso spogliatoio. Anche negli spogliatoi trovi un altro corner, dedicato ai dispositivi e presidi per la tua sicurezza; l'entrata agli spogliatoi è contingentata, a un massimo di tre individui per il maschile, e due per il femminile. Raccomandiamo comunque di rispettare scrupolosamente il social distancing, seguendo anche le indicazioni sugli armadietti da utilizzare.
- Raccomandiamo di utilizzare lo spogliatoio (maschile o femminile) nel tempo massimo di 15 minuti, così da permetterne a tutti l'uso e, unitamente, mantenere il distanziamento sociale.
- Igienizzare sempre doccia e/o toilette dopo ogni utilizzo con le soluzioni messe a disposizione.

## **Areazione Centro – distanze e sanificazione**

- Metrature del Centro: la sala di Indoor Cycling misura 168m<sup>2</sup>, con una volumetria di 616 m<sup>3</sup>. Alla massima capienza, ogni persona all'interno della sala ha a disposizione una superficie di 34m<sup>2</sup> e una volumetria di 123m<sup>3</sup>, confacenti la possibilità, anche se contingentata, di usufruire dei Servizi del Centro.
- N.5 apparecchi “IRSAP” con capacità di ricambio di 900 metri cubi/h.
- N.5 fan coil posizionati nel Centro, sanificati (disinfettante RIFRAX SAN – UNI EN 14476/2015 - virucidi). Gli impianti di climatizzazione sono allestiti con lampade, con azione germicida.
- Le Postazioni nel Centro sono posizionate a distanza adeguata da permettere di godere del Servizio scelto in modo sano e sicuro, quindi per nessun motivo possono essere spostate. In ogni circostanza, la distanza minima tra le postazioni è di 3,5 metri.
- Il Centro si è dotato di una lancia a vapore che viene utilizzata più volte al dì al fine di un'ulteriore sanificazione di tutte le superfici.

## **PERMANENZA in PAIN CAVE**

In Pain cave tutte le Postazioni sono disposte per garantire un adeguato distanziamento e, prima e dopo l'utilizzo di ogni Postazione, è obbligatorio pulire la Postazione, al termine dell'utilizzo, con i prodotti messi a disposizione da IC e presenti nel Centro, in considerazione dell'emergenza epidemiologica (Covid-19). Ti ricordiamo che è obbligatorio tanto l'uso dell'asciugamano, quanto la sanificazione della Postazione dopo ogni uso.

Siamo felici di averti con noi, ma ti suggeriamo di contenere la tua permanenza nel Centro per permettere a tutti di usufruire del Servizio, rispettando il distanziamento sociale.

Per una situazione nuova ci vogliono regole nuove che riguardano gli spazi fisici, le modalità di utilizzo delle Postazioni e le interazioni in Pain cave.

Contattaci per ogni dubbio o suggerimento, reperibili sul Sito o sulla App. Grazie!

Lo staff di Pain cave