



1. Пре отварања теретане/фитнес клуба потребно је направити план рада у погледу организације радног времена и броја запослених (на пример: организовање онлајн часова и ангажовати минималан број запослених за обезбеђење процеса рада у теретани/фитнес клубу формирањем два или више тимова који ће се недељно смењивати у раду од куће и онлајн).

2. Ограничити број особа које истовремено бораве у теретани/фитнес клубу. Дужину боравка група у теретани/фитнес клубу прилагодити врсти и садржају активности.
3. Корисници услуга морају унапред заказати термин телефоном или електронском поштом и тада добијају обавештење о правилима и условима за коришћење. Улазак корисника мора бити контролисан од стране запослених на улазним вратима. На сајту теретане/фитнес клуба, на улазу на видном месту и у објекту обавезно морају бити истакнута правила понашања запослених и корисника услуга.
4. На уласку поставити дезобаријеру – сунђер или крпу натопљену дезинфекционим средством на бази хлора у складу са упутством произвођача.
5. Обезбедити дозер за дезинфекцију руку (пожељно бесконтактни) и јасно истакнуто обавештење о обавези дезинфекције руку при уласку.
6. Запослени и корисници треба да носе маску тако да маска прекрива нос, уста и браду.
7. Корисници услуга морају бити без симптома који указују на COVID-19 (повишена температура и један од знакова и симптома – кашаљ, краткоћа даха, отежано дисање, губитак чула укуса и мириса).
8. Корисници треба да дођу у теретану обучени за тренинг са свом потребном опремом и гардеробом, а обућу преузети на улазу у теретану, ставити у кесу и

окачити на месту посебно за то адаптираном поред улаза. Простор за пресвлачење обуће после сваког корисника очистити и дензификовати.

9. Свлачионице и складишта опреме за сада држати затворене, као и купатила за туширање после коришћења теретане.
10. У тоалетима обезбедити сапуне и папирне убресе и спроводити редовну дезинфекцију површина.
11. Све време рада теретане/фитнес клуба омогућити природно проветравање просторија. После сваке групе, а пре уласка наредне потребно је спровести поступак проветравања, чишћења, прања и дезинфекције просторија (за вежбање, свлачионица, тоалета) и справа и реквизита за вежбање.
12. Препорука је да кафетерије и слични простори где се служе вода, сокови или храна, а који се налазе у склопу теретане/фитнес клуба, не раде до даљњег, како би се спречило окупљање и задржавање већег броја особа на једном месту.
13. Пре напуштања теретане/фитнес клуба треба дезинфиковати руке, уклонити и одложити маску у канту за смеће и поново дезинфиковати руке. Сав отпад, у који спадају и употребљене маске, одлаже се у пластичну кесу која се мора везати пре одлагања у контејнер.
14. На отвореном простору могуће је организовати групне вежбе у којима нема директног контакта између учесника и уз поштовање физичке дистанце од најмање два метра.
15. Осигурати надзор над здравственим стањем запослених. Запослени треба свакодневно пре доласка на посао да мере температуру и проверавају да ли имају неки од симптома COVID-19. У случају појаве ових симптома запослени треба да се јави надређеном и не долази на посао док не добије инструкције свог изабраног лекара у дому здравља.

Напомена: Препоруке су подложне изменама у зависности од промене епидемиолошке ситуације.