

Guía para la reapertura:

Gimnasios, centros de baile aeróbico o ejercicio, escuelas de gimnasia, escuelas de natación, clubes de tenis, pistas de patinaje sobre ruedas o sobre hielo, escuelas de yoga y establecimientos similares

Directrices recomendadas para la revisión de temperaturas y las políticas de los empleadores

Los centros de acondicionamiento físico deben considerar la opción de usar un termómetro infrarrojo sin contacto para medir la temperatura de los empleados todos los días. Se recomienda enviar a casa a los empleados que tengan una temperatura mayor a 100.4 °F (38 °C) hasta que ya no tengan fiebre ni síntomas de COVID-19. El empleado que mida las temperaturas debe usar máscara. Los empleadores deben considerar la opción de implementar políticas y prácticas flexibles y comprensivas en cuanto a los permisos por enfermedad, y tomar en cuenta las necesidades de los empleados mayores de 65 años de edad o que estén en otras poblaciones vulnerables.

Directrices de saneamiento y desinfección

- Usar desinfectantes con base de alcohol que sean apropiados para centros de acondicionamiento físico, y colocar estaciones de desinfección para uso de los clientes del gimnasio.
- Antes de abrir, los centros de acondicionamiento físico y deportes recreativos deben desinfectar todas las instalaciones y los equipos.
- Las superficies tales como perillas, mostradores y otros objetos que se toquen con frecuencia deben limpiarse y desinfectarse con regularidad.
- Limpiar y desinfectar los baños y vestidores con regularidad, especialmente las superficies de alto contacto, y asegurarse de que tienen suministros para el lavado de manos.

- Alentar a los clientes a traer su propio equipo personal, como tapetes de yoga, toallas, raquetas, etc.
- Asegurarse de que los empleados y clientes tengan acceso a instalaciones y suministros para lavarse y desinfectarse las manos, y considerar la opción de colocar desinfectante de manos con base de alcohol en las instalaciones para uso de los clientes.
- Los empleados deben lavarse las manos correctamente, seguir la etiqueta respiratoria y evitar el uso de los teléfonos, escritorios, oficinas y otros lugares y equipos de trabajo de otros empleados.
- Tener un plan o alentar a los clientes a limpiar y desinfectar todo el equipo compartido, como raquetas de tenis, casilleros, balones de básquetbol, etc. Todo el equipo debe limpiarse y desinfectarse antes y después de cada uso.
- Alentar a los clientes a desinfectar todos los equipos de ejercicio antes y después de cada uso.
 - Los centros más grandes pueden considerar la opción de asignar a empleados a salas o áreas específicas para asegurarse de que los equipos se desinfecten con rapidez después de que se usen.
 - Los empleados que desinfecten equipos debe usar guantes.
- Considerar la opción de proporcionar mascarillas a los empleados que interactúen regularmente con el público en general.
- Pedir a los clientes que eviten tocar los artículos de otros clientes, como raquetas de tenis y otros equipos recreativos.
- Considerar la opción de limpiar y desinfectar con regularidad los bebederos y las estaciones de llenado de botellas de agua, o invitar a los clientes a traer su propia agua.

Directrices de distanciamiento social.

- Pedir a los clientes que presenten síntomas de fiebre o enfermedad que pospongan sus actividades en el centro de acondicionamiento físico, por el bien y la seguridad de la comunidad.
- En la medida de lo posible, alentar a los clientes y empleados a mantener un distanciamiento social de seis pies.
- A criterio de los entrenadores y participantes, el entrenamiento podría requerir que estén a menos de seis pies para mantener la seguridad física de todos. Los entrenadores y participantes que no deseen participar no deben ser obligados a hacerlo.
- Minimizar las interacciones cara a cara entre empleados y clientes. Implementar maneras para hacer reservaciones, pagos y otras compras por internet o por otros medios que no requieran contacto.
- Considerar la opción de colocar carteles y señales en distintos puntos del centro que recuerden con frecuencia a los clientes que tomen medidas para prevenir la propagación de COVID-19. Estos mensajes pueden incluir información acerca de:
 - Quedarse en casa si están enfermos o no se sienten bien, y qué hacer si están enfermos.
 - Cubrirse con un pañuelo desechable al toser o estornudar, y luego tirarlo a la basura. o Lavarse las manos con frecuencia con agua y jabón durante al menos 20 segundos, especialmente después de ir al baño, antes de comer y después de limpiarse la nariz, toser o estornudar.
 - Usar desinfectante de manos que contenga al menos 60% de alcohol si no hay agua y jabón disponibles.
 - Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca con las manos sin lavar.
- Posponer o cancelar eventos, como torneos, que promuevan que se reúnan personas.
- Limitar la cantidad de participantes en las clases de acondicionamiento físico para mantener el distanciamiento social recomendado de seis pies.
- En la medida de lo posible, los gimnasios deben considerar la opción de mover sus equipos de ejercicio para asegurarse de que los clientes mantengan un distanciamiento social de seis pies mientras los usan.

Las superficies tales como perillas, mostradores y otros objetos que se toquen con frecuencia deben limpiarse y desinfectarse con regularidad.



Considerar la opción de mover los equipos de ejercicio para garantizar el distanciamiento social

Consulte a su gobierno municipal sobre indicaciones adicionales o los requisitos para reabrir.