

MESURES SANITAIRES EN LIEN AVEC LA COVID-19 SPÉCIFIQUES AUX COURS DE PILATES

En tout temps :

- Distance entre les participants : 2m

Avant le cours :

- Lavez-vous les mains et les pieds avec la solution hydroalcoolique en entrant dans votre local;
- Placez-vous sur un des tapis, c'est votre espace pour le cours;
- Vérifiez que vous avez tout le matériel à porter de main de votre tapis;
- Répondez honnêtement aux questions de santé Covid posées par le/la spécialiste;
- Donnez votre présence au spécialiste.

Pendant le cours:

- Limitez vos déplacements; garder votre bouteille d'eau et votre serviette à proximité;
- Vérifiez que vous avez tout votre matériel à porter de main, vous ne pourrez pas aller chercher du matériel ;
- Le cours sera de 50 minutes pour permettre le nettoyage.

Après le cours:

- Nettoyer le matériel utilisé et les tapis (membres), le spécialiste passera avec le liquide désinfectant;
- S'il y a eu des exercices au sol, nettoyez le plancher là où les pieds ont touché;
- Nettoyez le système de son, si utilisé;
- Sortez par la porte au fond du local.

**MERCI DE VOTRE COLLABORATION À FAIRE DU SLAB
UN ENDROIT SÉCURITAIRE **