

MĂSURI DE PREVENȚIE COVID-19

Dansatori și părinți

- Dansatorii trebuie să folosească dezinfectantul de mâini când intră în sala de dans.
- Dansatorii trebuie să urmeze instrucțiunile profesorilor tot timpul.
- **Vă rugăm să nu participați la cursuri dacă aveți febră, frisoane, tuse, dificultăți respiratorii, dureri de gât sau alte simptome de boală.**

Profesorii

- Profesorii trebuie să folosească dezinfectantul de mâini când intră în sala de dans.
- Între cursuri, profesorii vor dezinfecta toate suprafețele atinse frecvent.
- Profesorii vor ajuta dansatorii să păstreze distanța socială pe toată durata cursurilor, cât și la sosirea și plecarea din sala de dans.
- Profesorii nu vor intra în sală dacă au febră, frisoane, tuse, dificultăți respiratorii sau dureri de gât.

Sosirea în sala de dans

- Dansatorilor li se va pune la dispoziție dezinfectant de mâini la sosirea în sală. De asemenea, este recomandat ca fiecare dansator să aibă propriul dezinfectant.
- Pe cât posibil, dansatorii trebuie să vină deja schimbați în hainele de dans (cu părul strâns bine în coadă).
- În vestiare se va permite accesul pe rând, câte o persoană deodată. Sunteți rugați să nu ocupați vestiarele mai mult decât este necesar și nu ocupați toaleta pentru a vă schimba de haine.
- Pantofii de dans vor fi încălțați în sala de dans.
- Sunteți rugați să curățați și să dezinfectați pantofii înainte de a veni la curs dacă îi mai folosiți și în alte locații.
- Dansatorii trebuie să aștepte până când semnul de pe ușa sălii va indica "Este curat".
- La sosire, descălțați-vă de pantofii de stradă pe hol și permiteți ieșirea din sală celor ce trebuie să plece înainte de a intra.
- Evitați orice contact frontal în spații strâmte ca cel din cadrul ușii.
- Dansatorii sunt rugați să-și țină toate obiectele personale într-un singur loc. Dacă aveți o haină, sunteți rugați să nu o agățați în cuierul de lângă ușă, ci s-o țineți lângă propria geantă.

Intrarea și ieșirea din sala de dans

- Când sosiți, sunteți rugați să permiteți ieșirea oricui este pe punctul de plecare.
- Păstrați distanța de cel puțin 1 m în timp ce așteptați. Aceeași distanță se aplică și la plecare.
- Părinții trebuie să sosească în fața clădirii cu 5 minute înainte de sfârșitul cursului pentru a se asigura că dansatorii pot pleca imediat după cursuri.
- Dansatorii sunt rugați să iasă din sală cu cel mult 10 minute după terminarea cursurilor, pentru a permite timp suficient pentru curățenie înainte de următorul curs.

Distanțarea socială

- Scaunele din sală sunt rezervate dansatorilor. Pe cât posibil, părinții nu își vor aștepta copiii în sală, ci afară din clădire. Când nu este posibil, părinții se vor descălța de pantofii de stradă și vor purta mască pe toată durata petrecută în sală.
- Sala are spații marcate pe podea pentru a permite dansatorilor să mențină distanța corectă. Dansatorii vor rămâne în aceste spații pe durata exercițiilor.
- Pe durata repetării unui dans întreg, cursanții vor dansa pe rând, unul câte unul, iar ceilalți vor aștepta pe scaune, cu cel puțin un scaun liber între ei.
- Momentan, niciun echipament al sălii care necesită atins frecvent nu va fi folosit (saltele, benzi de rezistență, mingi, prosoape etc.). Dansatorii trebuie să-și aducă propriile saltele/prosoape/benzi etc.
- Când pleacă de la sală, dansatorii vor pleca pe rând, distanțați unii față de alții până afară.

Proceduri toaletă

- Dansatorii sunt rugați să folosească toaleta acasă, pe cât posibil, pentru a limita folosirea toaletei din sala de dans.
- Toaleta nu va fi folosită pentru schimbarea hainelor.

Proceduri în sală

- Toate suprafețele atinse frecvent vor fi curățate înainte și după toate cursurile. Asta include, dar nu se limitează la: mânere de uși, întrerupătoare, robinete și buton toaletă, scaune și mese

Program cursuri

- Participarea la cursuri se va face doar pe bază de confirmare zilnică. Se apelează la seriozitatea dansatorilor în această privință pentru a permite o folosire cât mai eficientă a timpului profesorului și a timpului petrecut în sala de dans.
- Durata cursurilor a fost ușor modificată pe durata verii pentru a permite suficient timp pentru ieșirea/intrarea în sală, cât și suficient timp pentru curățenie.
- Pentru că durata cursurilor a fost modificată, se va ține cu strictețe la începerea și terminarea cursurilor la timpul programat. Cei ce nu pot fi punctuali, își asumă timpul pierdut din curs.
- Cursurile de fitness vor continua online miercuri.
- Cei ce au ezități în privința participării la cursurile de grup sau care vor să-și maximizeze timpul petrecut în sală, își pot programa cursuri private.
- Dacă vor, în limita disponibilității, dansatorii vor putea închiria sala pentru exersat pe cont propriu (și vor fi rugați să urmeze măsurile de prevenție COVID-19). Supravegherea parentală este obligatorie pentru dansatorii sub 18 ani, pentru că, spre deosebire de cursurile private, această variantă nu ar fi supervizată de profesor.
- Pe durata acestei perioade, se va ține o evidență scrisă a participării la cursuri.

Informații suplimentare

- Părinții sau rudele dansatorilor sunt rugați, pe cât posibil, să-i aștepte afară. Dansatorii trebuie aduși până și luați din fața clădirii. Părinții nu trebuie să întârzie la preluarea copiilor.
- Dezinfectantul pentru mâini va fi disponibil pe toată durata cursurilor.
- Toate sticlele de apă trebuie să aibă etichetă cu numele. Sunteți rugați să veniți cu sticlele pline și sticle de apă suplimentare în cazul în care e nevoie mai mare pe durata cursurilor.
- Dansatorii trebuie să poarte părul strâns bine la spate pentru a minimiza nevoia de a atinge fața. Împletiturile și cozile de cal funcționează bine (și dacă aveți îndoieli, folosiți două elastice).
- Dansatorii care nu își pot lega propriile șireturi ar trebui să le înlocuiască cu elastic.
- Dacă dansatorii își folosesc pantofii de dans pentru a repeta și în afara sălii de dans, vor trebui să-i curețe și dezinfecteze înainte de a intra în sală.
- Măștile nu sunt obligatorii, dar dansatorii le pot purta atunci când nu dansează, dacă își doresc. Măștile nu pot fi purtate pe durata participării la curs.