

# MEDIDAS PREVENTIVAS FRENTE AL CORONAVIRUS USUARIOS GIMNASIO

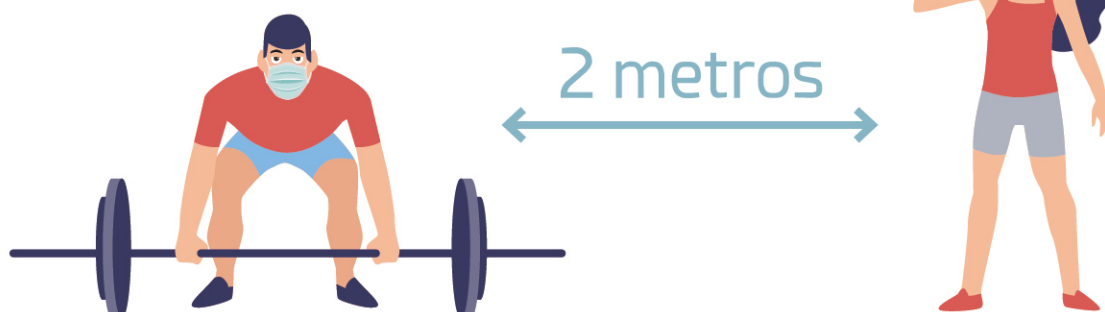


## HIGIENE PERSONAL



Lavarse las manos con agua y jabón o desinfectarlas con gel hidroalcohólico.

## DISTANCIA DE SEGURIDAD



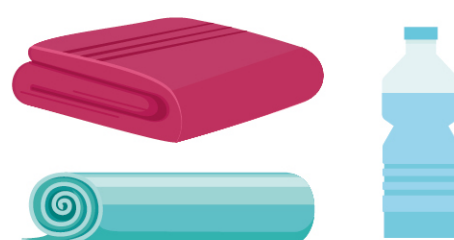
Mantener la distancia de seguridad de 2 metros y respetar el aforo.

## PROTECCIÓN



Uso obligatorio de mascarilla en el gimnasio y recomendable durante la realización de actividades.

## PREVISIÓN



Traer toalla, esterilla y botella de agua.

## LIMPIEZA



Limpiar y desinfectar el material antes y después de utilizarlo.

## PREVENCIÓN



Evitar tocarse cara, nariz y ojos y cubrirse la boca al toser o estornudar.  
Evitar el saludo con contacto físico.

## PRECAUCIÓN

En el vestuario, llevar la mascarilla para el uso del secador de pelo.



## ATENCIÓN



En la sala, evitar estar detrás de otros usuarios cerca de zonas de corriente de aire.



# SI TIENES SÍNTOMAS, QUÉDATE EN CASA