

## **RIASSUNTO DELLE DISPOSIZIONI**

- ★ Se hai febbre o sintomi influenzali → resta o recati immediatamente a casa;
  
- ★ Resta negli spazi sociali lo stretto necessario:
  - mantieni le distanze, indossa guanti e mascherina;
  - cestina subito i fazzoletti di carta usati;
  - non toccarti bocca, naso, occhi con le mani.
  
- ★ E' necessario prenotare l'uscita in barca e concordare il rientro contattando il 351-2938519 negli orari di apertura.
  
- ★ Usa remi e forcole personali, se li possiedi.
  
- ★ E' possibile uscire solo da soli o con un convivente senza limitazioni. E' possibile uscire con un'altra persona solo utilizzando barche che consentano la distanza di 2mt tra i vogatori (mascareta, sandolo a 2 remi, pupparino a 2 remi).
  
- ★ Usa la mascherina durante tutto l'allenamento (puoi rimuoverla durante lo sforzo fisico intenso). Puoi rimuovere i guanti durante la voga.
  
- ★ Per la sicurezza di chi verrà dopo, al rientro pulisci sempre il girone del remo, la forcola, il martello e ogni cosa toccata.
  
- ★ Segui eventuali ulteriori direttive dei membri del Consiglio.

Grazie, il Consiglio Direttivo