



REGOLAMENTO CROSSFIT GREYSKULL

- La prenotazione alle classi tramite apposita app è possibile solamente con un abbonamento ed un certificato medico in corso di validità
- La partecipazione alle classi può avvenire solamente con prenotazione tramite l'apposita APP
- Per motivi di sicurezza sanitaria l'ingresso è subordinato alla misurazione della temperatura corporea, nel caso sia pari o superiore ai 37,5° non sarà possibile accedere alla struttura
- All'interno della palestra è vietato utilizzare le stesse scarpe usate per l'esterno. Durante le classi non si possono indossare ciabatte o stare a piedi nudi
- Al termine della classe pulire e disinfettare sempre l'attrezzatura utilizzata con gli appositi disinfettanti e strumenti messi a disposizione, ripulendo anche ogni traccia organica dal pavimento.
- Non è consentito lanciare a terra un bilanciere con un carico sotto i 40kg, così come manubri, kettlebell o altri oggetti
- E' vietato consumare cibi e bevande nell'area di allenamento. A tale scopo si può utilizzare l'apposita area.
- La direzione non risponde in ogni caso sul furto o danneggiamento degli oggetti. Si consiglia di utilizzare le apposite cassette per custodire tutti gli effetti personali di valore.
- Al fine di evitare assembramenti prima o dopo le classi, si consiglia di arrivare con massimo 10 minuti di anticipo ed in ogni caso si attende nella zona adibita in silenzio
- Prima di scalare o sostituire degli esercizi, chiedere sempre al Coach.
- Non si possono usare le attrezzature a disposizione in maniera diversa da come indicato dal Coach.
- Utilizzare un abbigliamento consono all'attività svolta, cambiandosi solo nello spogliatoio.
- I box di legno, come tutte le attrezzature, vanno trasportati alzandoli da terra e non trascinati.
- La magnesite può essere usata se necessaria ma non va sprecata e rimossa da ogni attrezzo al termine della classe.
- Qualsiasi comportamento contrario al regolamento è punibile con la diffida e/o allontanamento dal box senza riscatto della quota ancora da usufruire.