

Apertura de Piscina Semiolímpica con medidas de restricción

- Solo tendrán derecho médicos colegiados y familiares mayores de 18 años de edad con carné de uso de instalaciones y estado financiero al día
- Está prohibido el uso recreativo de las piscinas, únicamente estará habilitada la semiolímpica con fines de entrenamiento deportivo o ejecución de ejercicios en el agua, en bloques de 1 hora, de los cuales 45 min son para el uso de la piscina y con 15 min para uso de vestidores, después de terminada la sesión de entrenamiento deberá desocupar el área de piscina para su debida limpieza y desinfección de las áreas.
- Las citas se registran de forma individual en la página de reservas o al número telefónico 22102293 (una sola cita no aplica para grupos familiares o burbujas sociales)
- Cada usuario tendrá derecho únicamente a 1 reservaciones diaria y debe realizarlo semanalmente en la página reservasclub.medicos.cr o al número telefónico 22102293.
- Horario de apertura: lunes a domingo

Horario lunes

Citas de asistencia presencial en Piscina		
Cita	Hora	Cantidad de Personas
Antes de las 10:00 am la piscina está cerrada por labores de Mantenimiento		
1 *	10:00 am a 10:45	8 - 2 por carril
2	11:00 am a 11:45	8 - 2 por carril
3	12:00 pm a 12:45	8 - 2 por carril
4	1:00 pm a 1:45 pm	8 - 2 por carril
5	2:00 pm a 2:45 pm	8 - 2 por carril
6	3:00 pm a 3:45 pm	8 - 2 por carril
7	4:00 pm a 4:45 pm	8 - 2 por carril
8	5:00 pm a 5:45pm	8 - 2 por carril

las citas # 1 seria para población vulnerable

Horario Martes, Miércoles y Viernes.

Citas de asistencia presencial en Piscina		
Cita	Hora	Cantidad de Personas
1	6:00 am a 6:45	8 - 2 por carril
2	7:00 am a 7:45	8 - 2 por carril
3	8:00 am a 8:45	8 - 2 por carril
4	9:00 am a 9:45	8 - 2 por carril
5 *	10:00 am a 10:45	8 - 2 por carril
6	11:00 am a 11:45	8 - 2 por carril
7	12:00 pm a 12:45	8 - 2 por carril
8	1:00 pm a 1:45 pm	8 - 2 por carril
9	2:00 pm a 2:45 pm	8 - 2 por carril
6	3:00 pm a 3:45 pm	8 - 2 por carril
7	4:00 pm a 4:45 pm	8 - 2 por carril
8	5:00 pm a 5:45pm	8 - 2 por carril

las citas # 5 seria para población vulnerable

Horario Jueves

Citas de asistencia presencial en Piscina		
Cita	Hora	Cantidad de Personas
1	6:00 am a 6:45	8 - 2 por carril
2	7:00 am a 7:45	8 - 2 por carril
3	8:00 am a 8:45	8 - 2 por carril
4	9:00 am a 9:45	8 - 2 por carril
5 *	10:00 am a 10:45	8 - 2 por carril
6	11:00 am a 11:45	8 - 2 por carril
7	12:00 pm a 12:45	8 - 2 por carril
8	1:00 pm a 1:45 pm	8 - 2 por carril
Después de las 2:00 pm la piscina está cerrada por labores de Mantenimiento		

las citas # 5 seria para población vulnerable

Horario Sábados y Domingos

Citas de asistencia presencial en Piscina

Cita	Hora	Cantidad de Personas
1	8:00 am a 8:45	8 - 2 por carril
2	9:00 am a 9:45	8 - 2 por carril
3*	10:00 am a 10:45	8 - 2 por carril
4	11:00 am a 11:45	8 - 2 por carril
5	12:00 pm a 12:45	8 - 2 por carril
6	2:00 pm a 2:45 pm	8 - 2 por carril
7	3:00 pm a 3:45 pm	8 - 2 por carril

las citas # 3 seria para población vulnerable

- El usuario deberá acatar el reglamento de uso de piscina vigente y las indicaciones dadas por el guardavidas o del instructor de Natación sin excepción alguna.
- Se permitirá el acceso de 2 personas por carril con previa cita. Cada usuario deberá mantenerse a uno de los lados del carril.
- Los usuarios que disponen de cita para uso de la piscina y son de la misma burbuja se les permitirá que coloquen sus artículos y se tomen sus descansos del mismo lado de la piscina. De no pertenecer en la misma burbuja, cada uno, deberán estar ubicados en cada extremo de la piscina
- Cada usuario deberá dejar sus artículos personales en el espacio asignado cerca de cada carril.
- El horario diferenciado para población vulnerables (personas con problemas respiratorios, problemas cardiacos, diabéticos, adultos mayores, persona con obesidad, problemas inmunológicos) será de 10:00 am a 10:45 am
- Ducharse antes de entrar a la piscina es de carácter obligatorio, para esto deberá utilizar las duchas externas esperando su turno para hacerlo.
- Deberá utilizar anteojos, gorra de natación y vestimenta adecuada para hacer uso de la piscina

- Cada usuario deberá traer su propia botella para hidratarse y sus utensilios deportivos.
- El uso del brazalete en las instalaciones es de carácter obligatorio. Llevará la leyenda del área deportiva a usar y la hora del rango de permanencia. De no portar el brazalete, no podrá hacer uso de las instalaciones.
- No se permitirá compartir los utensilios de natación con terceros.
- No se permitirá nadar a más de 2 personas en el mismo carril.
- No se permitirá el acceso a personas con síntomas o signos de resfrió o gripe.
- No se permitirá el acceso a las instalaciones a usuarios que no tengan cita o el ingreso de acompañantes.
- Se deberá mantener en todo momento la distancia de 1.8 metros entre cada usuario.
- Se utilizaran los vestidores y servicios sanitarios del club y se debe evitar las aglomeraciones en el área de las duchas.

Se deben acatar los protocolos de estornudo, lavado de manos y distanciamiento que están colocados en lugares visibles



Para consultas puede llamar al 22102293 o al correo electrónico gimnasiocmc@medicos.cr y mmolina@medicos.cr, la información para nuevas aperturas en las diferentes áreas deportivas se estarán anunciando en los diferentes medios de comunicación oficiales que tiene el colegio de Médicos.