

重新开放指南

健身房和室内运动课程

以下内容旨在作为对绿色阶段重新开放规则的简明总结,并不替代遵循所有适用联邦,州和地方法律和法规的需要。

另请参见:

疾病控制与预防中心 (CDC) 清洁和消毒

需要的防护措施

口罩

- 为员工提供口罩。
- 要求员工和顾客在现场时始终佩戴口罩,所有顾客之间能够保持至少 6 英尺距离的户外运动除外。这可以包括户外运动课程和/或户外健身设备的使用。考虑将人与人之间的距离增加至 6 英尺以上以提高安全性。
- 戴口罩可能会限制某些活动(例如,高强度有氧活动)。这一要求将根据 COVID-19 紧急情况的允许进行调整。

屏障

- 在接待区安装塑料屏障,以将员工和顾客进行物理分隔。

隔离

- 每天检查每个工作人员的症状,如果他们出现咳嗽、气短、发烧、发冷、肌肉痛或新出现味觉或嗅觉丧失,请阻止他们继续留在现场。
- 要求所有顾客在进入设施前检查自己的症状。
- 并不需要进行现场测温。如果测温,请使用非接触式温度计,不允许温度达到 100.4 或更高的任何人留在现场。
- 如果工作人员或顾客感染 COVID-19 或检测结果呈阳性,企业和机构必须采取额外的预防措施,以防止

病毒进一步传播,如 COVID-19 期间必要企业和机构指南 ([Guidance for Essential Businesses and Organizations During COVID-19](#)) 中所述。必要的预防措施包括致电 215-685-5488 联系 PDPH 以报告阳性病例。

距离

- 调整工作分配,以确保员工在轮班时彼此之间能够保持 6 英尺的距离。
- 盖住或用绳子隔开设备,以确保顾客之间保持至少 6 英尺的距离。
- 使用地板贴标或其他视觉提示来鼓励顾客之间保持间隔。
- 尽可能使用非接触支付方式。
- 尽可能增加室外空气的循环。

减少拥挤

- 将设施内每 1,000 平方英尺的公共和非公共空间的进入人数限制为最多 5 名员工和顾客。
 - 公开张贴此临时占用率限制。
- 将参加团体运动活动的人数(瑜伽、动感单车、运动课程)限制为 10 人,并确保他们彼此之间以及与教练之间仍至少保持 6 英尺的距离。
 - 请注意,更剧烈的运动似乎意味着更大的风险。对于更剧烈的活动:增加参与者之间的间距,对口罩使用保持警惕,考虑在户外上课。

洗手

- 在入口和每个房间设置洗手站或放置洗手液,并使用显眼的标牌推广使用。
- 给工作人员每小时一次的洗手时间。

清洁

- 至少每 4 小时用消毒剂擦拭高频接触表面。详情请参阅 [CDC](#) 指南。
- 在顾客使用之间用消毒剂擦拭健身器材。

沟通

- 就 COVID-19 症状和预防对工作人员和主顾进行教育。
- 在设施张贴醒目的标牌:
 - 要求所有工作人员和参与者佩戴口罩。
 - 要求保持至少 6 英尺的物理距离。
 - 要求患病人员或在过去 14 天内与 COVID-19 患者有过接触的人员不要进入。