



REGLAMENTO DE PILATES

- Retirar los zapatos al entrar y dejarlos junto con sus pertenencias en el mobiliario para dicho fin.
- Apagar el celular, en caso de esperar una llamada importante colocar el teléfono en modo vibración y atender la llamada fuera del salón para no interrumpir la clase.
- Traer hidratación, medias antiresbalantes, y una toalla delgada de fibra de rápida absorción.
- Abrir las ventanas y encender los ventiladores.
- Soltar los resortes una vez culmine su clase.
- Limpiar la cama, mancuernas, aros o cualquier otro implemento utilizado.
- Colocar los implementos utilizados en orden en el lugar indicado dentro del salón.
- Antes de salir del salón asegúrese de cerrar las ventanas y apagar los ventiladores.
- Evitar de asistir si hay síntomas de gripe, malestar corporal, tos o cualquier enfermedad viral o infecciosa.
- Lavar sus manos con jabón una vez culminada su clase.

AGRADECEMOS SU COLABORACION

Revisado y aprobado reunión de Junta Directiva 3029 de fecha 19 de septiembre 2022