

Si ritorna in palestra: distanziamenti, turni e "suite" di allenamento

Date : 29 maggio 2020

Anche in Lombardia lunedì 1 giugno potranno riaprire palestre e piscine. Una fase 2 che in questi luoghi è molto più complessa che per altre attività, attenendosi a regole molto scrupolose dato che si tratta di luoghi dove ci può essere un maggiore contatto fisico. Per capire come i gestori si stanno preparando a riaccogliere i propri clienti abbiamo fatto un giro in quattro strutture della provincia.

La palestra Olympus di Varese

La palestra **Olympus al Campus di Varese** è pronta a riaprire con le sue **"suite" sportive**. «Appena è iniziata questa emergenza - spiega il direttore del centro sportivo di via Pirandello **Stefano Puricelli** - abbiamo cominciato a progettare la riapertura. Nonostante non fosse ancora chiaro cosa sarebbe accaduto, noi guardavamo ai paesi asiatici che ci stavano precedendo. Ci è stato chiaro immediatamente che nulla sarebbe stato più come prima».

Dalla fine del lockdown totale, la palestra Olympus è diventato un cantiere per ricostruire completamente spazi e percorsi: «Abbiamo costruito delle **"suite", spazi personali di 5 metri quadri da prenotare, ben delimitati e distanziati**. Ogni cliente ha a disposizione **mezz'ora per fare l'attività scelta**. Trova tutti gli strumenti di cui ha bisogno, sanificati. Una volta terminata la seduta, ripulisce tutto per l'utente successivo che arriva dopo circa 10 minuti. Ognuno può fare **un'ora e mezza di attività alla settimana** così da accogliere tutti i nostri iscritti».

Ogni giorno, **la palestra viene santificata profondamente due volte**: una all'apertura e una tra le 14 e le 15 quando vengono sospese le attività. «L'organizzazione delle sedute, delle lezioni e delle prenotazioni viene gestita attraverso **un'app** che ci permette di regolare i flussi». **All'ingresso, il personale misurerà la temperatura e inviterà a togliersi le scarpe**. Gli spogliatoi sono aperti ma ridotti al minimo, senza phon e con gli armadietti limitati : gli abiti vanno messi nelle proprie borse.

Anche la piscina, che è stata svuotata e sanificata completamente, riapre per un numero ridotto di utenti: «La piscina è stata divisa in corsie e abbiamo creato postazioni di 7 metri quadri. L'impianto di areazione è stato igienizzato : **l'aria che viene immessa è sempre fresca**, non c'è ricircolo».

Durante l'attività fisica, non sarà obbligatorio indossare né guanti né mascherina: «Diciamo che la mascherina è raccomandata se si svolge un'attività blanda, senza potenza cardiaca. Moltiplicheremo poi i dispenser di igienizzanti».

Con spazi delimitati e presenze contingentate, **la palestra ipotizza un calo di presenze del 50%**: «La nostra media è di circa 600 clienti al giorno. Andiamo incontro alla bella stagione, un periodo che storicamente registra un calo di accessi del 30%. In questo momento torna utile: avremo modo di testare e affinare il sistema così da adottare tutte le migliorie in vista della ripresa autunnale».

La palestra Golden Gym a Busto Arsizio

La palestra **Golden Gym a Busto Arsizio** è una delle realtà storiche nel settore in città. Aperta dal 1982 la palestra di via Indipendenza è gestita da **Fabio Gallazzi**, ex-body builder agonista che ha iniziato proprio tra quelle mura ad allenarsi, fino a quando non ne è diventato il proprietario: «Siamo pronti ad aprire da circa 15 giorni - racconta - c'è un po' di ansia ma anche tanta voglia di ripartire e rivedere questo luogo vivo».

Ci racconta che nell'ambiente delle palestre c'è un po' di malcontento per il fatto che sono stati tra i primi a chiudere e gli ultimi a riaprire: «Hanno trattato la nostra categoria un po' come si trattano gli untori - commenta amaramente - e hanno messo sullo stesso piano palestre da 1000 clienti e realtà come la nostra che ne ha 150. Avrebbero dovuto lasciar decidere le riaperture ai sindaci e non a chi sta a Roma o Milano».

Polemiche a parte spiega come funzionerà la ripartenza: «Gli ambienti sono stati sanificati e predisposti per il distanziamento. **I clienti potranno entrare solo su appuntamento**, gli spogliatoi potranno essere utilizzati solo per cambiarsi le scarpe, terremo una **distanza di 3 metri tra uno e l'altro** e per questo la capienza massima sarà di 15 persone (la palestra è di 350 metri quadri), non si dovrà indossare la mascherina durante l'attività fisica e ogni attrezzo dovrà essere igienizzato dopo ogni utilizzo».

Fabio Gallazzi spera di potersi rialzare in fretta ma dipenderà da molti fattori: «Abbiamo perso tre mesi netti di fatturato - racconta -; ho ricevuto i 600 euro di marzo e aprile ma servono fondi per coprire questo buco che si è creato. Anche per i prossimi mesi prevediamo un calo del fatturato perché non tutti si fidano a tornare ora in palestra».

Due palestre a Uboldo e Lainate

Anche nel Saronnese le palestre si preparano a riaprire. Nell'impianto dell' "**Area Sport & Fitness Club**" di Uboldo si è proceduto a costruire **un percorso ad hoc per l'accesso**, con un ingresso e un'uscita separate. Le aree all'interno della struttura, divise tra l'area attrezzi e le sale dedicate ai corsi di fitness, sono state **organizzate con del nastro adesivo posto sulle superfici** per delimitare gli spazi e garantire una distanza di due metri e mezzo tra gli utenti. Tanti attrezzi sono stati eliminati per guadagnare spazio e garantire il distanziamento interpersonale all'interno della struttura, mentre l'area esterna rimarrà chiusa.

Diverse misure di prevenzione anche nella struttura "**Gestisport**" di Lainate. Anche qui percorsi

differenti per l'ingresso e l'uscita: tutte le attività avverranno solo su prenotazione preventiva, con **un tempo limite di 75 minuti** per fruire dell'area attrezzi. Ogni sette giorni prima dell'apertura avverrà una pulizia totale dell'impianto tramite appositi macchinari, e giornalmente si svolgeranno igienizzazioni e sanificazioni tramite pompe elettriche nebulizzanti. **I corsi di fitness vengono distanziati di 15 minuti** l'uno dall'altro: questo lasso di tempo sarà dedicato al ricambio dell'aria con l'apertura delle porte d'emergenza e alla sanificazione dell'ambiente e degli strumenti utilizzati alla presenza degli istruttori. Si cercherà di sensibilizzare il più possibile l'utilizzo degli armadietti mantenendo la distanza di un metro, e tutto ciò che sarà depositato al loro interno (scarpe, indumenti e accessori vari) dovrà essere contenuto all'interno di borse o sacchetti