



Последнее обновление: 8 сентября  
2020 г.

## Руководство по возобновлению деятельности на первом и втором этапах: фитнес-клубы и их аналоги

**На основании документа:** Исполнительный Указ № 20-27, Свод Законов штата Орегон с дополнениями и изменениями (ORS) 443.441, 433.443, 431A.010

**Применимость:** Настоящее руководство распространяется на фитнес-клубы и их аналоги, включающие в себя, среди прочего, спортзалы, фитнес-центры, персональных тренеров, танцевальные студии и центры восточных единоборств в округах на первом и втором этапах.

**Приведение в исполнение:** В той мере, в какой это руководство требует соблюдения определенных положений, оно подлежит исполнению в соответствии с пунктом 26 Исполнительного указа 20-27.

**Определения:** Для целей настоящего руководства действуют следующие определения:

- «Полноконтактные виды спорта» - это виды спорта, которые предполагают необходимость или существенную вероятность постоянного устойчивого сближения или физического контакта между участниками, и включают, помимо прочего, футбол, регби, борьбу, черлидинг, баскетбол, хоккей, танцы, водное поло, мужской лакросс.
- «Виды спорта, предполагающие контакт на среднем или минимальном уровне» включают, помимо прочего, софтбол, бейсбол, футбол, волейбол, женский лакросс, флаг-футбол.
- «Бесконтактные виды спорта» включают, помимо прочего, теннис, плавание, гольф, бег по пересеченной местности, легкую атлетику, боковые/бесконтактные группы поддержки и танцы.

## Дистанцирование и размещение:

### Фитнес-клубы и их аналоги обязаны:

- Ограничить вместимость максимум до 100 человек в помещении или 250 человек на открытом воздухе, не превышая при этом численность 250 человек в помещении и на открытом воздухе, или количества человек, включая персонал, на основании определения вместимости (квадратные метры / заполненность, как указано ниже), в зависимости от того, что меньше.
- Ограничить количество присутствующих на занятиях фитнесом максимально возможным для помещения (если обеспечивается дистанция в 6 (шесть) футов).

- Рассмотреть возможность проводить занятия фитнесом на открытом воздухе, если это безопасно, не нарушает местные предписания и если занимающиеся и инструкторы могут находиться на расстоянии шести футов. Ограничить количество тренажеров так, чтобы между ними было не менее 6 (шести) футов. Если оборудование невозможно переместить соответствующим образом, его использование должно быть запрещено.
- Запретить полноконтактные виды спорта.
- Допускать использование спортивных залов только для занятий неконтактным спортом или индивидуального развития навыков, не требующих контакта с другими людьми.
- Для персональных тренировок необходимо соблюдать физическую дистанцию 6 (шесть) футов между тренером и клиентом. Тренеру и клиенту следует тщательно вымыть руки с мылом или воспользоваться санитайзером для рук (с содержанием спирта 60-95%) непосредственно до и после занятия.

## Деятельность:

### Фитнес-клубы и их аналоги обязаны:

- Ознакомиться и внедрить указания, приведенные в [«Руководстве по ношению масок, лицевых щитков и повязок на территории штата»](#).
  - Весь персонал и клиенты обязаны носить маску, лицевой щиток или повязку на лицо во время занятий в помещении. Весь персонал и клиенты обязаны носить маску, лицевой щиток или повязку во время занятий на открытом воздухе в тех случаях, если нельзя соблюсти физическую дистанцию в 6 (шесть) футов.
- Обеспечить безопасность и должную функциональность сооружений и оборудования после продолжительного периода закрытия. Эти задачи должны выполняться на основании инструкций по техническому обслуживанию и стандартных операционных процедур.
- Закрыть фонтанчики для питья кроме тех, которые предназначены для бесконтактного наполнения бутылок.
- Закрыть сауны и парные.
- Использовать бассейны для свободного плавания, уроков плавания и прочих занятий водными видами спорта в соответствии с [Руководством для лицензированных плавательных бассейнов, спа-бассейнов и спортплощадок на первом и втором этапах](#).
- Закрыть детские комнаты.
- Изучить и соблюдать [«Инструкции для летних школьных лагерей»](#) в отношении любых детских и молодежных программ.
- Разместить [хорошо читаемые информационные указатели](#) со списком симптомов COVID-19, призывающие сотрудников и посетителей с симптомами оставаться дома, а также со списком контактов на случай необходимости получения помощи.

- Использовать [информационные указатели](#), призывающие соблюдать физическую дистанцию на территории организации, включая, среди прочего, фойе, зоны приема пищи, раздевалки, а также зоны часто используемого оборудования.
- Обязать персонал контролировать соблюдение требований по физическому дистанцированию и дезинфекции.
- Обеспечить надлежащую работу вентиляционных систем. Максимально увеличить циркуляцию наружного воздуха и вентиляцию с помощью открытых окон и дверей. В помещениях вентиляторы следует использовать только тогда, когда окна или двери открыты на улицу для циркуляции воздуха помещения и наружного воздуха. Не открывать окна и двери, если это угрожает безопасности сотрудников, детей или клиентов.
- При возможности, обеспечить проход только в одном направлении к оборудованию, беговым дорожкам и пр. (и от них). Использовать информационные указатели для организации одностороннего движения.
- Организовать места для мытья рук или санитайзер (с содержанием спирта 60-95%) на территории для использования сотрудниками и клиентами.
- Руководствоваться [«Инструкцией для ресторанного сектора»](#) по вопросам, связанным с обращением с пищевыми продуктами, если это применимо для конкретной организации.
- Ознакомиться и внедрить указания, приведенные в [«Общем руководстве для работодателей»](#).

Насколько это возможно, фитнес-клубам и их аналогам следует (однако они не обязаны):

- Рассмотреть возможность установки прозрачных пластиковых или стеклянных барьеров перед прилавками для обслуживания клиентов или в других местах, где затруднительно поддерживать расстояние между сотрудниками и клиентами не менее шести (6) футов.
- Рассмотреть возможность посещения клуба по предварительной записи в целях ограничения количества посетителей. Рекомендовать к посещению часы вне пиковой нагрузки так, как определено руководством организации.
- Рассмотреть возможность проводить виртуальные занятия фитнесом, особенно для лиц, которым грозят существенные осложнения COVID-19, например, для клиентов старше 60 лет или клиентам с сопутствующими заболеваниями.
- Рекомендуется организовать одностороннее движение с отмеченными указателями входа и выхода, но при этом не следует загромождать пути к пожарным выходам. Использовать информационные указатели для организации одностороннего движения.
- Настоятельно рекомендовать клиентам приносить на занятия собственноручно наполненные бутылки с водой.

## Раздевалки:

***Если фитнес-клуб или его аналог разрешает пользоваться раздевалками, то фитнес-клубы или их аналоги обязаны:***

- Разработать и внедрить план по ограничению одновременного количества пользователей душей и раздевалок.
- Разработать и внедрить план по соблюдению физической дистанции между людьми не менее 6 (шести) футов.
- Следить за тем, чтобы не превышалась максимальная вместимость раздевалки. Учитывая общую площадь раздевалки в квадратных футах, определить максимальную вместимость раздевалки из расчета не менее 35 квадратных футов на человека.
- Выделить персонал для контроля соблюдения физической дистанции людьми, в том числе на входах, выходах, в уборных и других помещениях, где могут скапливаться люди.

## Уборка и дезинфекция:

### Фитнес-клубы и их аналоги обязаны:

- Выполнять тщательную уборку на всей территории перед возобновлением деятельности после продолжительного перерыва.
- Использовать дезинфицирующие средства, указанные в [Списке одобренных Агентством по защите окружающей среды \(Environmental Protection Agency, EPA\) средств](#)<sup>1</sup> для борьбы с вирусом SARS-CoV-2, вызывающим COVID-19. Специализированных продуктов, маркированных как «анти-COVID-19» еще нет, однако многие способны уничтожать человеческий коронавирус, информация о чем имеется на этикетке или на веб-сайте.
- Требовать от сотрудников или посетителей протирать все оборудование (например, мячи, оборудование, тренажеры и пр.) сразу же перед и после использования с применением дезинфицирующих средств, включенных в список одобренных EPA средств для борьбы с вирусом SARS-CoV-2, вызывающим COVID-19. Допустимо использование 70-95% спиртового раствора.
- Часто обрабатывать и дезинфицировать рабочие зоны, людные места и поверхности, к которым часто прикасаются посетители и сотрудники.
- Производить тщательную уборку в туалетных комнатах не менее двух раз в день и обеспечить наличие в течение всего дня надлежащих санитарных принадлежностей (например, мыла, туалетной бумаги, дезинфицирующих средств для рук с содержанием спирта 60-95%).

Насколько это возможно, фитнес-клубам и их аналогам **следует** (однако они не обязаны):

- Настоятельно рекомендовать клиентам мыть руки водой с мылом в течение 20 секунд и/или пользоваться санитайзером для рук (с содержанием спирта 60-95%) непосредственно перед и после занятия, а также несколько раз в течение занятия.

---

<sup>1</sup> <https://www.epa.gov/pesticide-registration/list-n-disinfectants-use-against-sars-cov-2>

- Перед возобновлением деятельности промывать водопроводные трубы еженедельно в то время, когда в помещении никого нет. Застой воды в водопроводных трубах может вызвать условия, способствующие появлению легионеллы и других вредных бактерий (см. [«Инструкцию по возобновлению функционирования водоснабжения зданий после продолжительного перерыва»](#)).

## Проверка клиентов:

### Фитнес-клубы и их аналоги обязаны:

- Фиксировать контактную информацию клиентов, дату и время их посещения. Если отдел общественного здравоохранения установит связь заведения со случаем COVID-19, от руководства клуба может потребоваться передать эту информацию в целях отслеживания контактов. Если не потребуется иное, эта информация может быть уничтожена спустя 60 дней после посещения.

Насколько это возможно, фитнес-клубам и их аналогам следует (однако они не обязаны):

- Проверять клиентов перед посещением клуба, задавая следующие вопросы:
  - Есть ли у Вас новый или усиливающийся кашель?
  - Есть ли у Вас высокая температура?
  - Есть ли у Вас затруднение дыхания?
  - Был ли у Вас контакт с лицами с симптомами COVID-19 или с лицами, которым был поставлен диагноз COVID-19 за последние 14 дней?

Если клиент отвечает «да» на любой из контрольных вопросов, попросите его вернуться домой и не возвращаться до тех пор, пока не пройдет минимум 24 часа после исчезновения всех симптомов, включая высокую температуру, без приема медикаментов, или минимум 14 дней после контакта с лицом, у которого имеется кашель, высокая температура или поставлен диагноз COVID-19.

- Настоятельно рекомендовать клиенту с симптомами заболевания немедленно покинуть помещение и не возвращаться до тех пор, пока не пройдет минимум 24 часа после исчезновения всех симптомов, включая высокую температуру.
- Настоятельно рекомендовать клиентам, которым угрожают серьезные осложнения COVID-19 (лица старше 60 лет и лица с сопутствующими заболеваниями) оставаться дома для снижения риска заражения.

## Дополнительные ресурсы:

- [Плакаты с предупреждающими надписями, которые можно развесить](#)
- [Руководство по ношению масок, повязок и лицевых щитков на территории штата](#)
- [Общее руководство ОНА для работодателей](#)
- [Указания CDC для администраторов парков и мест отдыха и развлечений](#)

**Доступность документа:** для лиц с ограниченными возможностями или лиц, говорящих на языке, отличном от английского, ОНА может предоставить информацию в альтернативных форматах, например, в переводе, крупным шрифтом или шрифтом Брайля. Обратитесь к Мавел Моралес (Mavel Morales) по номеру 1-844-882-7889 или 711 ТТУ, либо по электронной почте [ONA.ADAModifications@dhsosha.state.or.us](mailto:ONA.ADAModifications@dhsosha.state.or.us).