Ginásio e centro de fitness

Checklist para áreas de treino, vestiários, zonas de piscina e salas de aulas de grupo.

O ginásio é o único espaço onde os sócios veem a limpeza a acontecer, e onde o suor, o equipamento partilhado e o chão molhado tornam a higiene visível. Esta lista põe a desinfeção das máquinas e os vestiários em primeiro lugar, e dá aos estúdios e à receção as suas listas curtas.

Edifício _____ Data _____ Colaborador _____

Área de treino

- [ ] Limpar e desinfetar todas as superfícies das máquinas
- [ ] Aspirar ou passar a esfregona no chão
- [ ] Repor os postos de spray desinfetante
- [ ] Limpar os espelhos
- [ ] Esvaziar todos os caixotes do lixo

Vestiários e duches

- [ ] Limpar e desinfetar duches, bancos e cacifos
- [ ] Passar a esfregona no chão com desinfetante
- [ ] Repor sabonete, champô e os postos de toalhas
- [ ] Limpar espelhos e lavatórios
- [ ] Esvaziar todos os caixotes do lixo e cestos de toalhas

Sala de aulas de grupo

- [ ] Passar a esfregona ou aspirar o chão da sala
- [ ] Limpar espelhos e barra
- [ ] Desinfetar os equipamentos (tapetes, bolas, elásticos)
- [ ] Esvaziar o lixo