



## PICCOLE REGOLE PER IL PARTECIPANTE

Per il buon svolgimento delle lezioni, per il rispetto dello spazio e del materiale e per il rispetto degli altri partecipanti, chiediamo gentilmente di prestare attenzione ad alcune regole:

- **UTILIZZARE SEMPRE LO SPOGLIATOIO PER CAMBIARSI**
- **NON CAMBIARSI O TOGLIERSI INDUMENTI SUDATI IN SALA**
- **NON PORTARE BORSE O ZAINI IN SALA**
- **INDOSSARE SEMPRE INDUMENTI PULITI E NON SOLO "ARIEGGIATI"**
- **UTILIZZARE GLI APPENDIABITI DIETRO LA PORTA DELLA SALA E NON LASCIARE INDUMENTI IN GIRO**
- **PULIRE SEMPRE LA BICICLETTA DOPO L'UTILIZZO SPRUZZANDO IL PRODOTTO SULLA CARTA E NON DIRETTAMENTE SULLA BICICLETTA**
- **IN CASO DI UTILIZZO DELLE NOSTRE FASCE CARDIO, ALLA FINE DELLA LEZIONE, RISCIACQUARLE E APPENDERLE SULL'APPOSITO SUPPORTO**

Grazie per la collaborazione.