

|  |  |
| --- | --- |
|  | **ΚΛΕΙΣΤΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ ΑΓΙΟΥ ΝΙΚΟΛΑΟΥ Τμήμα Διοικητικής Επιστήμης και Τεχνολογίας ΕΛΜΕΠΑ**  ΚΑΡΤΑ ΥΓΕΙΑΣ  **ΑΘΛΟΥΜΕΝΟΥ** |
|  | **Επώνυμο:** |
|  | **Όνομα:** |
|  | **Πατρώνυμο:**  **Ημερ. Γέννησης:** |
|  | **ΑΜΚΑ:** |
|  | **ΑΔΤ:** |
|  | **Αρ. Μητρώου\*:** |
| **Στοιχεία Επικοινωνίας φοιτητή:** | \*όπου απαιτείται. |
| **Τηλέφωνο**  **Email:** | **Ο/Η Κάτωθι Ιατρός, πιστοποιεί πως ο/η ανωτέρω επιτρέπεται να γυμνάζεται στο Γυμναστήριο του Ελληνικού Μεσογειακού Πανεπιστημίου (ήπια αθλητική δραστηριότητα), έχοντας υποβληθεί στις προβλεπόμενες ιατρικές εξετάσεις, χωρίς να διατρέχει κανένα κίνδυνο για την υγεία του.** |
|  | **Ημερομηνία:** |
|  | **Υπογραφή – Σφραγίδα Ιατρού** |

Δηλώνω ότι παραχωρώ το δικαίωμα χρήσης των προσωπικών μου δεδομένων στο ΕΛΜΕΠΑ και στην Εταιρεία Αξιοποίησης & Διαχείρισης της Περιουσίας του ΕΛΜΕΠΑ αποκλειστικά για τους σκοπούς έκδοσης της κάρτας υγείας μου για τη χρήση του γυμναστηρίου.

Logo

Description automatically generated

**ΚΛΕΙΣΤΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ ΑΓΙΟΥ ΝΙΚΟΛΑΟΥ**

**Τμήμα Διοικητικής Επιστήμης και Τεχνολογίας - ΕΛΜΕΠΑ**

* **Η Κάρτα Υγείας Αθλούμενου ισχύει για ένα (1) έτος από τη θεώρηση της.**
* **Η Κάρτα Υγείας Αθλητή θεωρείται από τον Ιατρό του ΕΛΜΕΠΑ, Ιδιώτη Ιατρό ή Ιατρό από Δημόσιο φορέα ή Ιατρό που παρακολούθησε µετεκπαιδευτικά σεµινάρια του Ε.Κ.Α.Ε. και εξέτασε τον/την αθλούμενο/νη.**
* **Η Κάρτα Υγείας Αθλούμενου συνιστά αυτοτελές έγγραφο και δεν συνδέεται με οποιοδήποτε Δελτίο Αθλητικής Ιδιότητας.**
* **Η Κάρτα Υγείας Αθλητή προσκομίζεται υποχρεωτικά, ως βασική προϋπόθεση για τη χρήση του γυμναστηρίου.**

**Βασικοί κανόνες λειτουργίας γυμναστηρίου και για την αποφυγή διασποράς του Covid-19:**

- Αποφυγή συνωστισμού

- Χρήση αλκοολούχου αντισηπτικού ή/και πλύσιμο των χεριών πριν την έναρξη και στο τέλος της

άσκησης καθώς και πριν από κάθε μετακίνηση σε άλλο όργανο.

- Απολύμανση των οργάνων πριν την χρήση τους με ειδικό αλκοολούχο διάλυμα.

- Εφαρμογή κανόνων φυσικής απόσταση 1,5-2 μέτρων.

- Χρήση προσωπικών ειδών υγιεινής και πετσέτας.

- Χρήση ατομικού μπουκαλιού νερού.

- Χρήση ατομικών οργάνων γυμναστική εάν είναι εφικτό από το μέγεθος τους (μπάλες, στρώματα κτλ).

- Αποφυγή κοινωνικών επαφών, εναγκαλισμών και χειραψιών, στους χώρους του γυμναστηρίων.

- Πλύσιμο των ρούχων και πετσετών, που χρησιμοποιήθηκαν στο γυμναστήριο, στο πλυντήριο με κοινό

απορρυπαντικό σε υψηλή θερμοκρασία (60ο C).

- Αποφυγή χρήσης χώρων γυμναστηρίου αν το άτομο ανήκει σε ομάδα υψηλού κινδύνου.

- Δεν είναι δυνατή η χρήση των αποδυτηρίων στο Γυμναστήριο.