



매사추세츠 주 안전 기준

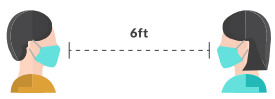
“피트니스 센터 및 헬스 클럽”은 개인 피트니스 트레이닝 접근 및/또는 강습을 제공하는 피트니스 시설이라고 정의되고, 이에는 다음과 같은 피트니스 활동이 포함되지만, 그에 국한되지 않습니다.

- a. 웨이트 및 저항력 트레이닝
- b. 크로스 트레이닝
- c. 요가
- d. 무술
- e. 스핀 클래스
- f. 극기 훈련

실내 및 실외 운동 시설, 예컨대, 체조, 테니스, 및 수영을 위한 시설은 (독립형 시설이든 또는 피트니스 센터나 헬스 클럽의 일부이든 상관없음) [EEA 영업 재개 사이트](#)에 나와 있는, 청소년 및 성인 스포츠 지침 및 수영장 지침을 준수해야 합니다.

이 기준에 따라 실내 및 실외 피트니스 시설은 둘 모두 영업을 허가되지만, 피트니스 센터 및 헬스 클럽에게는 질병의 전파의 위험을 감소시키기 위해 실외 수업/활동을 제공하도록 강력히 권장합니다.

의무적인 안전 기준



사회적 거리두기

각 시설은 방문객 출입을 모니터링하고, 사회적 거리두기에 만전을 기하며, 수용 인원을 항상 다음과 같이 제한해야 합니다.

- 지방 정부 건축과 또는 지방 정부의 다른 기록 유지 기관에 기록된 시설의 수용 인원 허가서에 기록된 바와 같은 그 시설의 최대 허가 수용 인원의 40%
- 허가된 수용 인원 제한이 기록에 없는 시설은 입장할 수 있는 실내 또는 실외 공간의 1,000평방 피트당 8명을 들어갈 수 있습니다.
- 어느 경우에도, 시설 내 사방이 막힌 공간은 1,000평방 피트당 8명의 수용 인원을 초과할 수 없습니다.
- 모든 수용 인원수와 계산에는 방문객, 직원, 및 다른 종사자가 포함되어야 합니다.

운동 구역들은 최소한 14피트 떨어진 간격이 되도록 모든 운동 기구들을 (역기, 기구, 러닝 머신, 자전거, 등) 배치합니다. 장벽이 설치된 경우 기구들의 간격은 최소한 6피트 격리에 맞추어 조정될 수 있습니다.

기구의 간격두기가 가능하지 않은 경우, 14피트 거리두기를 유지하기 위해 기구는 차단되어야 합니다(예컨대, 하나 걸러 배치된 기구).

고객에게 공간 도처에서 이동하는 동안 최소 6피트 떨어져 있도록 권장하는 시각적 표지들을 (경계선, 통로, 표지판, 등) 설치합니다.

드나드는 사람의 접촉을 최소화하도록, 방문객 흐름을 관리하기 위해 방향이 표시된 경로를 설정합니다(예컨대, 일방 통행 방 출입구, 일방 통행 경로). 이 정책에 관한 표지판을 잘 보이도록 게시합니다.

종사자의 점심 시간과 휴식 시간에 시차를 두고, 한 장소에 있을 수 있는 최대 인원수를 규제하며, 종사자들 간에 최소한 6피트의 물리적 거리두기를 꼭 하도록 합니다.

근로자들이 모일 가능성이 있는 공용 공간과 고밀도 구역(예: 휴게실, 식사 구역)을 폐쇄하거나 6피트의 물리적 거리두기를 할 수 있도록 재구성합니다.

고객들이 필시 모이거나, 로비 및 대기 구역과 같이, 사회적 거리두기가 가능하지 않은 다른 공용 공간들을 폐쇄하거나 재구성합니다.

의학적 병태나 장애로 인해 안전하지 않은 경우를 제외하고 모든 종사자와 방문객은 안면 덮개를 착용해야 합니다.

고객이 격렬한 피트니스 활동을 하는 동안 안면 덮개를 착용할 수 없는 경우, 물리적 거리두기는 최소한 14피트가 되어야 합니다. 고객이 피트니스 활동을 하는 동안 안면 덮개를 착용하는 경우, 물리적 거리두기는 최소한 6피트가 되어야 합니다.

서비스 카운터와 같이, 물리적 거리두기가 가능하지 않은 구역에는 물리적 칸막이를 설치하십시오.

단체 피트니스 수업에서는, 참석자들 간에 14피트의 물리적 거리두기가 항상 유지되어야 합니다. 단체 피트니스 기구들 사이에 물리적 장벽이 설치된 경우, 6피트 물리적 거리두기가 유지되어야 합니다.

권장 모범 관행

가능한 경우 기구들 사이에 플라스틱 장벽을 설치하는 것을 고려합니다. 장벽은 기구를 사용하는 어떤 사람으로부터 호흡을 효과적으로 차단할 정도로 높아야 합니다. 장벽이 설치되면, 장벽을 정기적으로 청소해야 합니다.

프리 웨이트, 덤벨, 등을 사용하는 고객들의 간격두기를 권장하는 “운동 구역”을 설정하는 것을 고려합니다.

비-접촉 결제 및 서명 방식을 권장합니다.



매사추세츠 주 안전 기준

의무적인 안전 기준



위생 규약

비누와 흐르는 물이 포함된 현장 손 씻기 시설에 대한 접근에 만전을 기하고, 손을 자주 씻을 수 있도록 종사자들에게 충분한 휴식 시간을 허용합니다. 알코올을 60% 함유한 알코올-계 손 소독제를 대체재로서 사용할 수 있습니다.

종사자와 고객을 위한 공간 도처에 손 소독제와 일회용 물티슈를 충분히 비치하여 기구의 사용 전후에 그들의 손과 기구를 소독할 수 있게 합니다.

일회용 물티슈를 (러닝 머신, 자전거, 로잉 머신과 같은) 각개 대형 기구 옆에 그리고 (프리 웨이트와 같은) 소형 기구를 갖춘 각 구역 옆에 비치해야 합니다.

트레이너에게 각 수업 전후에 손을 씻고 각 수업 중에 자주 소독하라고 요구합니다.

모든 기구는 사용한 후 다시 사용하기 전에 소독해야 합니다. 어떤 기구도 소독하지 않은 상태에서 다른 고객이 사용하거나 보관 선반/용기에 다시 보관하지 않아야 합니다.

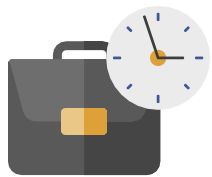
고객에게 필요한 소독을 용이하게 하기 위해 한 번에 한 가지 기구를 사용하도록 (예컨대, 순환식 트레이닝 또는 다중 기구를 사용하는 "수퍼 세트"를 제한함) 권장합니다. 업소는 각 기구에 소독 용품을 비치하여 고객이 한 번 사용한 후 다시 사용하기 전에 깨끗이 닦을 수 있게 해야 합니다.

어느 기구의 소독이 (또는 직원의 그 기구를 모니터링하는 것이) 가능하거나 현실적이지 아닌 경우에는, 이 기구는 사용을 금지해야 합니다.

고객에게 가능하면 (스핀 운동화, 점프 로프, 요가 매트, 등) 자신의 개인 운동 기구를 사용하도록 권장합니다. 공용 물품을 사용하는 경우, 그것을 매번 사용한 후 다시 사용하기 전에 소독해야 합니다.

종사자 및 손님에게 위생과 안전 규약을 상기시키는 시각적 표지판을 현장 전역에 비치합니다.

사회적 거리두기가 유지될 수 있다면, 분수식 식수대를 리필 스테이션으로만 사용하는 것을 허용합니다. 고객과 종사자는 자신의 물병을 가져오거나 업체에서 구매해야 합니다.



직원 배치 및 운영

적절한 물리적 거리두기가 항상 유지되고 사용한 기구를 한 번 사용한 후 소독하는 한, 가능하면 실외 운동, 강습, 수업을 권장합니다.

개인 트레이너는 가능한 한 고객으로부터 6피트 거리를 유지해야 하고 오래 계속되는 가까운 접촉을 최소화해야 합니다. 개인 트레이너는 안면 덮개를 착용해야 합니다. 개인 트레이닝 수업 중에 사용한 어떤 기구도 매번 사용한 후, 또는 고객이 수업 중에 그 기구를 사용한 유일한 사람이라면 수업 종료 시 소독해야 합니다.

질병 전파를 줄이기 위해 다음을 포함한 위생 및 기타 조치를 포함하여 종사자에게 최신 안전 정보와 주의사항들을 교육합니다.

- 사회적 거리두기, 손 씻기, 안면 덮개의 적절한 사용
- 가정에서 온도와 증상 점검을 포함한 자가 검사
- 직원이 아프면 출근하지 않도록 조치를 강화함
- 증상이 심해질 경우 언제 의사 진료를 받아야 하는지
- 어느 기저 질환으로 인해 개인이 바이러스에 감염되고 중증을 앓게 되기가 더 쉽게 될 수 있는지

종사자들 간의 접촉을 최소화하고 혼잡을 줄이기 위해 근로시간과 교대조를 조정합니다(일정이 다르거나 출근/퇴근 시간이 다른 작업팀).

고객에게 사전에 수업을 신청하도록 요구합니다.

업소에서는 다음을 확인하여 각 교대 시 종사자를 선별검사해야 합니다.

- 종사자가 발열(100.0도 이상) 또는 오한, 기침, 숨참, 인후통, 피로, 두통, 근육통/몸살, 콧물/울혈, 새로운 미각 또는 후각 상실, 또는 오심, 구토 또는 설사와 같은 증상을 겪고 있지 않습니다.
- 종사자는 코로나19로 확진된 개인과 "가까운 접촉"을 하지 않았습니다. "가까운 접촉"은 코로나19 검사 결과 양성으로 확진된 사람과 동일한 가정에서 살거나, 코로나19 검사 결과 양성으로 확진된 사람을 돌보거나, 코로나19 검사 결과 양성으로 확진된 사람과 15분 이상 6피트 이내에 있거나, 코로나19 검사 결과 양성으로 확진된 사람이 증상을 보이는 동안 그 사람의 분비물과 직접 접촉한 것(예: 함께 쓰는 주방 도구, 앞에서 기침 등)을 의미합니다.
- 종사자가 의사 또는 지역 보건소 직원에게서 자가 격리하라는 요청을 받지 않았습니다.
- 상기 기준을 충족하지 못한 종사자는 귀가시켜야 합니다.

잠재적 접촉자 추적을 지원하기 위해 종사자와 고객에 대한 기록(이름, 날짜, 시간, 연락처 정보)을 유지합니다.

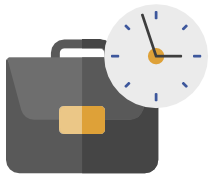
대기 구역을 폐쇄하거나 제한하고, 별개의 수업 시간이 있는 강습-기반의 활동의 경우에는, 고객에게 강습 10분전까지 밖에서 또는 차에서 기다려달라고 하십시오.

피트니스 룸의 철저한 청소와 적절한 환기를 할 수 있도록, 그리고 혼잡을 막도록 강습을 한 후 다시 강습을 하기 전에 30분 시간대를 잡아 놓습니다.



매사추세츠 주 안전 기준

의무적인 안전 기준



직원 배치 및 운영

매번 교대하는 동안 소독, 청소, 및 감독을 담당하는 직원을 분명하게 지정합니다.

종사자는 몸이 아픈 경우 집에 머물러야 합니다.

고용주가 직장에서 확진자 발생을 통지받으면, 고용주는 해당 직장이 소재한 시 또는 타운 내의 지역 보건위원회(Local Board of Health: LBOH)에 통지하고 보건위원회에서 합당하게 조언해 달라는 요청을 받는 대로 필시 접촉하였을 접촉자들에게 격리 및 자가 격리를 하도록 지역 보건위원회와 협조합니다. CDC 또는 DPH의 지침 및/또는 지역 보건 위원회(LBOH)의 요청에 따라 다른 종사자의 검사를 권고할 수 있습니다.

매사추세츠 주의 직장에 대한 의무적인 안전 기준에 서술된 바와 같은 중요한 보건 정보 및 관련 안전 조치들에 대한 공지문을 종사자와 방문객에게 게시합니다.

6피트 사회적 거리두기를, 특히 탈의실에서 시행하기 위해 사물함을 폐쇄하거나 표시합니다. 사물함은 매번 사용한 후 소독해야 합니다. 업소에서는 사물함 근처에 또는 탈의실에 소독용 물티슈를 비치해야 합니다.

모든 공용 및 개별 칸막이 샤워실을 폐쇄합니다. 수영장에 딸린 샤워실은 영업 재개 웹사이트에 나와 있는 수영장에 대한 지침을 따를 수 있습니다.

수건을 분명히 라벨로 표식된 (사용 전 대 사용 후) 위생 용기에 보관하도록 요구합니다. 수건을 세탁하고 건조시킬 적절한 온도를 사용해야 합니다. 직원은 수건을 취급하는 동안 적절한 보호구를 (장갑 및 안면 덮개를) 착용해야 합니다. 수건은 털지 않아야 합니다.

관련 서비스의 영업은 허용될 수 있고 각 환경에 대한 부문별 안전 규약을 따라야 합니다. 몇 가지 예에는 다음이 포함됨:

- 업소 내 아이-돌봄 서비스: 아이-돌봄 지침을 따라야 합니다.
- 바/음식 서비스: 식당 지침을 따라야 합니다.
- 수영장: 수영장 지침을 따라야 합니다.
- 운동 시설 (예, 테니스 코트): 성인 및 청소년 스포츠 지침을 따라야 합니다.
- 마사지: 가까운 접촉 개인 서비스 지침을 따라야 합니다.
- 사우나, 열탕 욕조, 및 한증실: 4단계 전에는 영업할 수 없습니다.

선풍기는 실내에서 사용하지 않아야 하고 다른 고객들로부터 멀리 떨어져 향하는 경우에만 실외 강습에 사용해야 합니다.

실내 및 실외 스포츠 지침에 대해서는, EEA 영업 재개 사이트를 참조하십시오.

권장 모범 관행

비정형 운동(예, 개방 역기 룸)을 하는 고객을 위해 수용 인원 제한을 시행하기 위해 예약 시스템을 사용하여 "교대조"를 운영하는 것을 고려합니다.

질병 통제 센터 지침에 따라 (예를 들어, 나이 또는 기저 질환으로 인해) 코로나19에 특히 취약한 종사자에게는 집에 머물 것을 권장합니다.

증상이 있거나 코로나19 감염이 알려지거나 의심되는 사람과 가까운 접촉을 한 종사자는 자발적으로 고용주에게 알리도록 권장합니다.

코로나19 검사 결과 양성으로 확진된 종사자는 청소/소독 및 접촉자 추적을 위해 직장의 고용주에게 알리도록 권장합니다.

오로지 취약 계층에 속한 사람들만을 위한 특정한 운영 시간을 따로 잡아 두는 것을 고려합니다.

직원들의 이동을 제한하고 운동 구역을 분리하여 가능한 한 동선이 겹치는 것을 최소화합니다.



청소 및 소독

화장실에서 공동으로 접촉하는 표면을 (예, 변기 좌석, 문 손잡이, 변기실 손잡이, 싱크통, 종이 타월 디스펜서, 비누 디스펜서) 자주 그리고 CDC 지침에 따라 청소합니다.

현장을 자주 청소하고 소독합니다(최소한 하루 한 번, 가능하면 더 자주).

날짜, 시간 및 청소 범위를 포함한 청소 일지를 기록합니다.

이동이 많은 구역과 접촉이 많은 표면을(예: 문 손잡이, 난간, 기구, 등) 자주 소독을 실시합니다.

종사자, 고객 또는 납품업자가 확진되는 경우, 현행 CDC 지침에 따라 현장을 폐쇄하고 24시간을 기다린 후 직장을 청소하고 소독합니다.

모든 피트니스 기구 또는 서로 만지는 물체를 (예, 스피너 운동화, 점프 로프, 덤벨, 등을) 매번 사용한 후 즉시 소독합니다. 어떤 시점에서든 고객은 다른 사람들이 만졌던 물체를 CDC 지침에 따라 먼저 소독되지 않은 상태에서 접촉하지 않아야 합니다.

권장 모범 관행

가능한 경우 공기흐름을 늘리기 위해 창문과 문을 엽니다.