

## 체육관 및 헬스장 운영 재개 프로토콜: 부록 L

2020년 6월 12일 금요일로 효력 발효

### 최신 업데이트:

2020년 8월 11일: 힘든 야외 활동을 하는 동안에는 안면 가리개가 필요하지 않지만, 이러한 활동 중에는 다른 활동을 하는 사람과 최소 8 피트 이상의 거리가 필요합니다. 또한 근로자의 보상 혜택도 명확히 추가했었습니다.

로스앤젤레스 카운티 공중 보건국은 특정 체육관 및 피트니스 시설 운영을 안전하게 재개할 수 있도록 과학자 및 공중 보건 전문가들이 지지하는 단계적 접근 방식을 채택했습니다. 아래의 요건은 보건 담당관이 운영 재개를 허용한 특정 체육관 및 피트니스 시설에만 적용됩니다. 해당 업종은 주지사가 특정 소매업체에 도입한 조건 외에도, 본 체육관 및 피트니스 시설 점검표에 명시된 조건을 준수해야 합니다.

추후 통지가 있을 때까지 모든 체육관과 헬스장은 야외에서 운영해야 합니다. 야외 운영은 캐노피나 다른 그늘막에서 수행할 수 있지만, 캐노피 또는 그늘막의 측면이 닫히지 않고 외부 공기가 충분히 순환되는 경우에만 가능합니다. 야외 수영장은 개방할 수 있습니다. 모든 직원과 고객들에게 격렬한 야외 활동을 할 때를 제외하고 항상 안면 가리개를 착용해야 한다는 사실을 상기시키십시오. 이런 활동을 할 때는 다른 사람과 적어도 8 피트 거리를 두어야 합니다.

참고: 이 문서는 추가 정보 및 자료가 확보되면 업데이트될 수 있으므로 최신 버전은 로스앤젤레스 카운티 웹사이트 <http://www.ph.lacounty.gov/media/Coronavirus/>에서 정기적으로 확인하십시오.

본 점검표는 다음 사항을 포함합니다.

- (1) 직원 건강을 보호하기 위한 직장의 정책 및 실천 방법
- (2) 신체적 거리 두기를 위한 확실한 조치
- (3) 감염 관리를 위한 확실한 조치
- (4) 직원 및 일반 대중과의 소통
- (5) 중요 서비스를 공정하게 제공하기 위한 확실한 조치

귀하의 시설 재개 프로토콜을 계획할 때 위 5가지 핵심 부분이 반드시 명시되어야 합니다.

본 지침에 적용되는 모든 사업체는 아래에 열거된 해당 조치를 이행해야 하며, 이행하지 않은 조치가 귀하의 시설에 왜 적용되지 않았는지 그 이유를 설명할 수 있어야 합니다.

사업체 이름: \_\_\_\_\_

시설 주소: \_\_\_\_\_

소방법에 따른 최대 허용 인원: \_\_\_\_\_

대중에게 출입을 허용하는 공간의  
대략적인 총 평방 피트: \_\_\_\_\_

**A. 직원 건강을 보호하기 위한 작업장의 정책 및 실천 방법  
(시설에 해당하는 사항을 모두 표시하십시오)**

- 집에서 업무를 수행할 수 있는 모든 직원에게 재택근무를 지시합니다.
- 취약계층 직원(만 65세 이상, 임산부, 만성적인 질환이 있는 직원)에게 가능하면 집에서 수행할 수 있는 업무를 할당하고, 해당 직원은 담당 의료 서비스 제공자나 직업 보건 서비스 기관과 상의하여 적절한 직장 복귀 시기를 결정합니다.
- 직원들의 재택근무 기회를 늘리기 위해 가능한 범위 내에서 업무 과정을 재구성합니다.
- 신체적 거리 두기를 극대화하기 위해 근무시간을 엇갈리게 배치하거나, 시차 또는 교대 근무 일정을 수립합니다.
- 모든 직원에게 아프거나 COVID-19 확진자에게 노출된 경우 출근하지 말라고 지시합니다. 모든 직원은 해당되는 경우 공중 보건국(DPH)의 자가 고립 및 격리 지침을 준수해야 한다는 사실을 알고 있습니다. 직원들이 질병으로 집에 머물러야 할 때 불이익을 받지 않도록 시설의 휴가 정책을 검토하고 수정합니다.
  - 직원들이 집에 머무를 때 경제적으로 힘들지 않도록 정부 또는 고용주가 지원하는 휴가 혜택에 관한 정보를 직원들에게 제공합니다. [가족 우선 코로나바이러스 대응법안](#)에 따른 직원의 병가 권리를 포함한 유급 병가와 COVID-19 근로자 보상 혜택 및 주지사의 [행정 명령 N-62-20](#)에 따른 **3월 19일부터 7월 5일 사이에 발생하는 COVID-19 노출**과 업무의 관련성 추정법 및 근로자 보상 혜택을 받을 권리 등을 지원하는 정부 [프로그램](#)에 관해 추가 정보를 참조하십시오.
- 한 명 이상의 직원이 확진 판정을 받았거나 COVID19(사례)와 일치하는 증상을 보인다는 통보를 받으면, 고용주는 해당 사례자가 [자택 고립](#)하도록 하고, 직장에서 사례자에게 노출된 모든 직원을 즉시 [자가 격리](#)하도록 하는 계획 또는 프로토콜을 가지고 있습니다. 이 고용주의 계획은 시설에서 추가 노출이 발생했는지 여부를 결정하여 COVID-19 관리 조치를 추가해야 할 수 있어야 하므로, 모든 격리 대상 직원에게 진단 검사를 제공하거나 받을 수 있도록 마련하는 프로토콜을 시설의 계획에 포함하도록 고려합니다. [직장에서 COVID-19에 대응](#)에 관한 보건국의 지침을 참조하십시오.
- 직원들이 작업장에 들어오기 전에 [직원 증상 점검](#)을 시행합니다. 증상 점검은 기침, 숨 가쁨, 호흡곤란, 발열이나 오한, 그리고 직원이 지난 14일 동안 COVID-19에 걸렸다고 알려진 사람과 접촉했는지 여부 관련 점검을 포함해야 합니다. 이러한 점검은 원격으로 하거나, 직원이 도착하는 즉시 직접 할 수도 있습니다. 가능하면 현장에서 체온을 점검합니다.
- 직장 내에서 14일 이내에 3건 이상의 확진자를 확인한 경우, 고용주는 이 집단발병을 공중 보건국에 (888) 397-3993 또는 (213) 240-7821로 보고합니다. 직장에서 집단발병이 확인되면 공중 보건국은 감염 관리 지침 및 권고, 기술적 지지 및 시설별 관리 조치를 포함한 집단발병 대응책을 시행할 것입니다. 공중 보건국은 집단발병 조사를 위해 시설에 사례관리자를 배정하여 시설의 대응에 도움을 줄 것입니다.

- 다른 사람과 접촉해야 하는 직원에게 코와 입을 가리는 적절한 안면 가리개를 무료로 제공합니다. 직원은 근무 중에 다른 사람들과 접촉하거나 접촉할 가능성이 있을 때 항상 가리개를 착용합니다. 담당 의료 서비스 제공자로부터 안면 가리개를 착용해서는 안 된다는 지시를 받은 직원은 건강 상태가 허락하는 한도 내에서 아래에 위생 천이 달린 안면보호대를 착용하여 주정부의 지침을 준수해야 합니다. 천이 턱 아래에 딱 맞게 제작된 안면보호대가 선호됩니다. 단방향 밸브가 있는 마스크를 사용하면 안 됩니다. 직원이 개인 사무실이나 섰을 때 직원 키를 초과하는 단단한 칸막이가 있는 큐비클에 혼자 있을 때는 안면 가리개를 착용할 필요가 없습니다.
- 직원들에게 매일 안면 가리개를 세탁 또는 교체하라고 지시합니다.
- 모든 작업대는 최소 6피트 이상 떨어져 있습니다.
- 휴게실, 화장실 및 기타 공용 구역은 다음 일정에 따라 자주 소독합니다.
  - 휴게실 \_\_\_\_\_
  - 화장실 \_\_\_\_\_
  - 기타 \_\_\_\_\_
- 휴게실에서 직원 사이에 육(6) 피트 거리가 항상 유지될 수 있도록 휴식 시간을 서로 엇갈리게 배정합니다.
- 시설에서 근무하는 임시직 또는 계약직 근로자들에게도 COVID-19 예방 정책에 대한 적절한 교육을 받았는지, 필요한 물품과 개인 보호 장비(PPE)가 있는지 확인합니다. 임시직 및/또는 계약직 근로자를 제공하는 회사와 사전에 이런 책임에 대해 의논합니다.
- 직원들은 주변에 다른 사람들이 있으면 안면 가리개를 착용해야 합니다. 근로자는 피트니스 시설, 사무실 또는 회사 소유 차량으로 다른 사람과 함께 이동할 때 안면 가리개를 소지하고 있어야 하고 이를 착용해야 합니다. 안면 가리개의 착용은 근무 중에 신체적 거리 두기를 실천할 수 없을 때 특히 중요합니다 (예: 회원의 운동을 도와주는 개인 트레이너 및 직원). 안면 가리개는 공유하면 안 됩니다. 고용주는 모든 직원에게 안면 가리개를 제공해야 합니다.
- 직원들이 마스크를 일관되고 올바르게 착용하도록 하기 위해 식사를 하거나 음료를 마시는 것을 권장하지 않습니다. 다만, 다른 사람들과 신체적으로 거리가 있고, 마스크를 안전하게 벗을 수 있는 휴식 시간은 예외입니다.
- 소독제 및 관련 용품을 직원들이 사용할 수 있도록 다음 장소에 비치합니다:
 

---
- COVID-19에 효과적인 손 소독제를 모든 직원이 사용할 수 있도록 다음 장소에 비치합니다:
 

---
- 직원들이 손을 씻을 수 있도록 잦은 휴식 시간을 허용합니다.
- 본 프로토콜 사본을 모든 직원에게 배포합니다.
- 각 직원에게 개인 도구, 장비 및 작업 공간을 할당합니다. 여러 사람이 함께 만지는 물건은 최소화하거나 제거합니다.
- 고용 조건과 관련된 것 이외의 본 점검표에 설명된 모든 정책은 배달 직원 및 제3자로 사내에 머무는 다른 회사 직원에게도 모두 적용됩니다.
- 선택 사항 - 기타 조치를 설명하십시오:
 

---

**B. 물리적 거리 두기를 확실히 하기 위한 조치**

- 일반 대중에게 제공되는 모든 체육관 및 헬스장 운영은 야외에서 운영됩니다. 야외 운영은 캐노피나 다른 그늘막에서 수행할 수 있지만, 캐노피 또는 그늘막의 측면이 닫히지 않고 외부 공기가 충분히 순환되는 경우에만 가능합니다. 야외 공간 수용 인원은 50%나 직원과 손님 모두가 항상 최소 6피트 신체적 거리를 유지할 수 있는 수준으로 제한합니다.
  - 직원들은 화장실 사용, 휴식 취하기, 필수 사무 운영의 수행, 비품 및 자재들은 건물 안팎으로 매일 옮기기 위해 체육관/헬스장의 실내 공간에 계속 출입할 수 있습니다. 회원들은 체육관/헬스장에 언제든지 또는 어떤 이유로든 출입할 수 없습니다.
- 가능하면 시설에서 수용 인원을 관리하기 위해서 회원들이 야외 시설 공간을 예약할 수 있도록 예약 시스템을 시행합니다. 예약 시스템을 통해 회원들에게 예약 도착 시간 24시간 전에 연락하여 예약 시간을 확인하고 본인 또는 가족 중 누군가가 COVID-19 증상을 보이는지 물어봅니다. 회원이 증상이 있는 것 같다고 대답하면, 아프지 않은 경우에만 피트니스 시설을 이용할 수 있다고 상기시킵니다. 이런 의사소통은 가능한 경우 앱, 이메일, 문자로도 할 수 있습니다.
- 회원들이 시설 외부에 줄을 서지 않도록 하고, 수용 인원 유지를 돕기 위해 야외 헬스 공간의 입구에 직원을 배치하는 것을 고려해야 합니다.
- 모든 회원은 야외 헬스 공간에서 있는 동안 천으로 된 안면 가리개를 착용해야 합니다. 회원이 야외 수영장에서 수영하고 있을 때 또는 매우 격렬한 활동에 참가할 때 착용 의무에서 제외됩니다(이런 격렬한 활동을 할 때는 다른 사람과 최소한 8 피트의 거리를 두어야 할 것입니다). 이는 모든 성인과 만 2 세 이상의 어린이에게 적용됩니다. 담당 의료 서비스 제공자가 안면 가리개를 착용하지 말라고 지시한 사람은 착용 의무에서 면제됩니다. 직원과 회원의 안전을 위해 안면 가리개를 준비하지 못한 회원에게 제공할 안면 가리개를 준비해 줍니다.
- 체육관의 수용 인원은 50% 이하로 제한합니다. 실제로 운동하는 회원만 야외 시설에 있을 수 있습니다. 회원은 예약 시간까지 차에서 대기해야 합니다.
- 에어로빅, 요가, 춤과 같은 단체 수업은 야외에서 진행되어야 하고 회원들 사이에 최소 6피트의 신체적 거리 두기를 보장할 수 있도록 수강 인원 수를 제한하는 것으로 변경해야 합니다.
  - 단체 수업은 거리 두기 요건이 유지될 수 있고 사람간 신체 접촉이 없는 경우에만 제공됩니다.
  - 에어로빅, 스피닝(실내 자전거 타기) 또는 훈련과 같은 강도가 높은 유산소 운동 수업이나 일립티컬 운동기구, 러닝머신 또는 계단형 운동기구와 같은 기구는 개인과 장비의 간격을 6피트가 아닌 최소 8피트 간격으로 배치할 것을 고려합니다.
- 6피트 미만의 거리에서 밀접 접촉이 필요한 접촉이 많은 프로그램을 중지합니다. 여기에는 단체 스포츠 경기, 단체전, 농구팀 선발 또는 조직된 경기와 같은 활동이 포함됩니다.
- 실외 스포츠 코트는 개인 연습이나 운동 내내 6피트의 신체적 거리를 유지할 수 있는 활동을 할 때만 이용할 수 있습니다. 사람들이 코트를 사용하기 위해 대기할 때는 이용자별 코트 사용 시간 제한 정책을 시행합니다. 대기 중인 이용자는 신체적 거리 두기를 실천해야 합니다.
- 화씨 100도 이상에서 진행되는 요가 수업은 권장되지 않습니다.
- 개인 트레이너는 회원과 6피트 거리를 유지하고 안면 가리개를 착용하는 경우에만 허용됩니다. 회원들은 강습을 받는 동안 안면 가리개를 착용해야 하며, 코와 입 모두를 가리는 안면 가리개는 착용하는 동안 편안히 숨을 쉴 수 있을 정도만 운동해야 합니다.

- 야외에서 안전하게 사용할 수 있는 장비는 야외로 옮기고 회원들이 서로 최소 육(6) 피트 거리를 유지할 수 있도록 장비에 표시를 해 둡니다. 테이프나 다른 표시를 사용해 고객들이 줄에서 기다리는 동안 서로 그리고 다른 사람들과 6피트 거리를 유지하도록 돕습니다. 회원들이 장비에 도착하면 줄을 서서 기다릴 수 있도록 대기 줄의 시작 선부터 6피트 간격으로 대기 선을 표시합니다.
- 시각적 신호와 안내판을 이용해 야외 시설 공간의 유동 인구가 한 방향으로 이동하도록 합니다.
- 야외의 모든 장비와 기기의 공간을 최소 6피트 간격으로 배치하거나 일부 장비/기기 사용을 빼거나 중단하여 신체적 거리를 확보합니다.
- 직원들에게 야외 체육관 공간 전체에서 직원 간 그리고 회원들과 서로 최소 육(6) 피트 거리를 유지하라고 지시합니다. 직원들은 결제나, 상품이나 서비스를 전달하거나, 기타 필요한 경우 잠시 회원에게 가까이 다가갈 수 있습니다.
- 스파 서비스는 허용되지 않습니다.
- 소매점 운영, 보육 시설 및 식사 서비스와 같은 비필수 서비스의 중단을 고려합니다. 헬스장에서 이러한 편의 시설을 운영하는 경우, 해당 활동 관련 카운티 공중 보건국의 프로토콜을 검토하고 따라야 합니다.
- 체육관의 수영장 시설은 카운티의 공공 수영장 프로토콜을 준수하고, 수영장이 야외에 있으면 운영을 계속할 수 있습니다.

### C. 감염 관리를 위한 조치

- HVAC 시스템은 정상 작동 상태이며, 가능한 최대로 작동하여 환기를 증가시킵니다. 휴대용 고효율 공기청정기 설치, 건물의 공기 필터를 최고 효율로 업그레이드, 모든 직장 영역에서 외부 공기 및 환기량을 증가시키기 위한 기타 개조 등을 고려해 봅니다.
  - 회원이 시설에 들어오기 전에 증상 점검을 시행합니다. 증상 점검은 기침, 숨 가쁨, 호흡곤란, 발열이나 오한 여부를 포함해야 합니다. 이러한 점검은 회원에게 직접 시행하거나, 온라인 시스템으로 체크인 할 때 점검 또는 이러한 증상이 있으면 시설에 들어올 수 없다는 [안내판](#)을 시설 입구에 게시하는 것으로 대체할 수 있습니다.
  - 비접촉 결제 및 체크인 기기를 준비하거나, 준비가 불가능하면 기기를 규칙적으로 소독합니다. 설명하십시오:
- 
- 체육관 또는 헬스장 시설 건물의 직원이 자주 통행하고 자주 사용하는 구역인 휴게실과 계단, 계단 통로, 에스컬레이터, 난간, 엘리베이터 제어기 등 입출구역은 하루 종일 철저히 청소합니다.
  - 개인 운동 기구와 장비, 문손잡이, 손 세정 시설 등 일반적으로 접촉하는 표면을 자주 소독합니다.
  - 회원들에게 개별 운동 장비, 매트 및 기기를 제공된 소독용 물티슈로 소독하도록 요구합니다. 헬스장 전체에 안감이 있는 비접촉식 휴지통을 비치하여 사용한 물티슈를 폐기할 수 있도록 합니다.
    - 회원이 운동한 후 장비를 청소/소독할 수 없거나 원치 않으면, 해당 회원에게 "청소 준비" 태그를 제공하여 장비를 사용한 후 장비에 걸도록 하고, 다음 사람이 사용하기 전에 직원이 장비를 소독합니다.
  - 다목적 세척제 및 소독제를 필요한 만큼 충분히 구비해 두고, 모든 직원이 사용 교육을 받도록 합니다. Cal/OSHA 요구 사항 및 제조업체의 지침에 따라 제품을 안전하게 사용하고 세척할 때 필요한 개인 보호 장비를 착용합니다.

- ❑ 직원이 소독하는 장소는 환기(공기 흐름)를 충분히 해줍니다.
- ❑ 위생 시설은 직원들만 사용할 수 있습니다. 위생 시설은 운영을 유지하고 위생 물품을 항상 구비해 둡니다. 필요하면 비누, 종이 타월 및 손 소독제를 추가로 제공합니다. 가능하면 동작 인식 싱크대 손잡이, 비누 디스펜서, 소독제 디스펜서, 종이 타월 디스펜서를 포함한 비접촉식 기기를 설치합니다.
- ❑ 쓰레기통을 정기적으로 비웁니다.
- ❑ 회원들에게 청소 직원 또는 관리 직원으로부터 6피트 거리를 유지하라고 상기시킵니다. 회원들이 이 프로토콜을 따르는지 직원들이 정기적으로 확인하는 과정을 실시합니다. 직원들이 보복이나 앙갚음의 두려움 없이 이런 정보를 공유할 수 있도록 보장합니다.
- ❑ 청소할 장소가 많다면 청소를 도와줄 제3자 청소 회사 옵션을 필요에 따라 이용합니다.
- ❑ 회원들이 모든 소형 장비 및 액세서리(예: 운동 밴드, 로프, 매트, 폼 롤러 등)를 활용할 수 있도록 체크아웃 시스템을 시행하는 것을 고려합니다. 이런 제품을 반환할 때 세척 및 소독하는 과정을 개발합니다.
- ❑ 회원들에게 본인의 물병을 준비할 것을 권장합니다. 회원들에게 수건과 매트를 직접 준비해 오도록 권장하고 시설에서 수건이나 개인 위생 제품의 제공을 중단할 것을 고려합니다.
- ❑ 모든 수건, 천 걸레 또는 기타 세탁 물품의 경우 고객이 사용한 수건이나 기타 물품을 보관할 수 있는 밀폐 용기를 제공합니다. 시설 내부 세탁 과정 또는 상업 세탁 서비스를 통해 해당 물품이 적절히 세탁될 때까지 사용하지 않도록 합니다. 모든 깨끗한 천은 깨끗하고 밀폐된 공간에 보관합니다. 더러운 천이나 빨래를 취급하는 직원은 장갑을 착용합니다.
  - 수건과 기타 물품을 카운터에서 셀프로 이용할 수 있도록 하지 말고, 요청 시에만 직원이 제공하도록 합니다.
- ❑ 접수 구역 및 헬스장 내 모든 장소에서 잡지, 서적, 셀프서비스 식수대 (비접촉식 제외) 및 기타 물품을 포함한 고객을 위한 편의 시설을 제거해야 합니다.
- ❑ 직원이 청소 제품을 선택할 때는 환경 보호국(EPA) 목록에서 COVID-19에 사용하도록 승인된 제품을 사용하고 제품의 지침을 따릅니다. 신종 바이러스 병원체에 대해 효과적이라고 표시된 소독제나 가정용 표백제 희석 용액(물 1갤런당 표백제 5큰술), 또는 표면에 적합한 알코올이 최소 60% 함유된 용액을 사용합니다. 직원들이 화학 제품을 안전하게 사용할 수 있도록 제조업체의 지침 및 Cal/OSHA 요구 사항에 관한 교육을 제공합니다. 직원들은 세척제 또는 소독제를 사용할 때 제품 지침에 따라 장갑과 기타 보호 장비를 착용합니다. 캘리포니아 공중 보건국에서 권장하는 천식 보호 세척 방법을 따릅니다.
- ❑ 휴대용 고효율 공기청정기 설치, 건물의 공기 필터를 최고 효율로 업그레이드, 사무실 및 기타 공간에서 외부 공기 및 환기량을 증가시키기 위한 기타 개조 등을 고려합니다.
- ❑ 공중 화장실은 폐쇄합니다.
- ❑ 야외 체육관/헬스장 공간에 일반 대중이 사용할 수 있도록 손 소독제, 휴지, 쓰레기통을 비치합니다.
- ❑ 선택 사항 - 기타 조치를 설명하십시오 (예: 노인 전용 시간 제공):

#### D. 일반 대중과 소통하기 위한 조치

- ❑ 본 프로토콜의 사본을 시설의 모든 공공 출입구에 게시합니다.
- ❑ 회원들이 줄을 서는 입구에 눈에 잘 띄는 장소에 안내판을 게시하여 직원과 회원들에게 제한 수용 인원, 시설 출입 금지, 사회적 거리 두기 요건 및 수영장을 제외한 장소에서 항상 안면 가리개를 착용해야 한다는 사실을 알립니다. 안면 가리개를 착용하고 운동하는 동안 과도하게 운동하지 말라고 회원들에게 주위를

주는 안내판을 게시합니다.

- 사업체는 온라인 매체(웹사이트, 소셜미디어 등)를 통해 영업시간, 안면 가리개 필수 착용, 야외 운영, 수용 인원 제한, 사전 예약, 선불과 관련된 정책 및 기타 관련 사항에 대한 정확한 정보를 제공합니다.

**E. 중요 서비스를 공정하게 제공하기 위한 확실한 조치**

- 손님/회원에게 중요한 서비스를 우선적으로 제공합니다.
- 원격으로 제공할 수 있는 매매 또는 서비스는 온라인으로 제공합니다.
- 이동에 제한이 있는 회원 및/또는 공공장소에 가면 위험한 회원도 서비스를 이용할 수 있도록 조치를 마련합니다.
  - 노인을 포함한 고위험군 또는 건강상 취약한 계층만 예약을 받아 출입을 허용하는 특별 시간대를 지정하는 것을 고려해 보십시오.

위에 포함되지 않은 모든 추가 조치는 별도의 페이지에 기재해야 하며, 해당 내용을 본 문서에 첨부해야 합니다.

본 프로토콜에 질문이나 의견이 있다면  
다음 담당자에게 문의하십시오.

사업체 담당자 이름: \_\_\_\_\_

전화번호: \_\_\_\_\_

마지막 개정일: \_\_\_\_\_