

Checklist de limpieza

Intervalos	→	7x	3x	2x	2x	2x	1x	2x	1x	1x	según
Áreas	↓	semana	semana	semana	semana	semana	semana	mes	mes	3 meses	necesidad
WC / Duchas /		Lu - Do		Lu - Ju	Ma - Vi	Mi - Sa					
Vestuarios:											
Paredes	x										
Inodoro	x										
Lavabo	x										
Basura y dispensador jabón	x										
Espejos y Estanterías	x										
Secador de manos	x										
Suelo	x										
Esquinas y rodapiés	x										
Desagües	x										
Bancos	x										
Taquillas de chicas zona 1			x								
Taquillas de chicas zona 2				x							
Taquillas de chicos zona 1			x								
Taquillas de chicos zona 2				x							
Taquillas de chicos zona 3					x						

Checklist de limpieza

Cuarto de limpieza		x	x	x	x	x							
Slingzone													
Slingzone estructura (seco)		x			x								

Checklist de limpieza

Intervalos	→	1x	1x	1x	según							
Áreas	↓	semana	mes	mes	1/4 año	necesidad						
Día		Lu	Ma	Mie	Jue	Vie	Sab	Dom			medio año	
Zona Power												
Power máquinas (seco)			x	x		x	x	x				
Power máquinas (mojado)		x			x							
Power espejos		x	x	x	x	x	x	x				
Power suelo con aspiradora			x		x		x					
Esquinas y rodapiés				x		x		x				
Sala boxeo												
Sala de boxeo sacos y puerta				x				x				
FTA												
Cage suelo aspirar		x			x							
Cage máquina / estructura (seco)			x		x			x				
Pasillos (mojado)		x	x	x	x	x	x	x				

Tiempo de limpieza concretos	
Cintas:	1 cinta = 2-5 min
Elípticas:	1 elíptica = 1-3 min
Bicis:	1 bici = 1-3 min
Escaleras:	1 escalera = 2-4 min
Remos:	1 remo = 2-3 min
Steppers:	1 stepper = 1-2 min
Máquina:	1 máquina =
Vestuarios:	chicas = 45-50 min / chicos = 60-70 min
Baños:	15-20 min
Bici Spinning	1 bici = 2-3 min
Limpieza suelo (aspirar) zonas grandes*	20 - 22 min por zona
Limpieza suelo (aspirar) salas clases	14 - 16 min por sala
Limpieza suelo (mopa) salas clases	10 - 12 min por sala
Limpieza suelo (fregar) salas clases	13-15 min por sala
Limpieza soportes material sala clases	10 - 15 min

*Cardio, zona de máquinas, zona de peso libre