

PROTOCOLO ESPECIAL COVID-19



ACTIVIDADES FITNESS 2020-2021



Normas de OBLIGADO CUMPLIMIENTO para el USO DE LAS INSTALACIONES

NO PUEDEN ACCEDER A LAS INSTALACIONES:

- Aquellas personas que han dado positivo en el test de COVID-19 en los últimos 14 días, aunque sean asintomáticos.
 - Aquellas personas que han estado en contacto con enfermos del COVID-19 en los últimos 14 días.
 - Si tiene fiebre y/o alguno de los síntomas descritos por sanidad.
1. La entrada a la instalación se realizará por la puerta principal, el control de accesos por huella digital y los tornos estarán desactivados hasta que nos hagan llegar las tarjetas compatibles con los lectores magnéticos.
 2. Se realizará un recorrido de entrada, bajando por las escaleras y rampas que se sitúan al lado de la zona de petanca, y la salida se hará por la puerta colindante a la principal desde la rampa de salida de vestuarios, siempre con el objeto de evitar cruces entre usuarios.
 3. Se colocará una alfombrilla con desinfectante en la entrada y un dosificador con hidrogel desinfectante.
 4. Dentro de oficinas, se atenderá a los usuarios de uno en uno.

NORMAS GENERALES:

- a. Los usuarios acudirán a la instalación con mascarilla. SOLO se la quitarán cuando sea estrictamente necesario.
- b. Al acceder a la Instalación, se identificarán en portería y deberán desinfectarse el calzado en la alfombrilla destinada a tal efecto y las manos con hidrogel que será proporcionado por el Club.
- c. Seguir manteniendo al menos 2 metros de distancia dentro de la instalación.

Normas de OBLIGADO CUMPLIMIENTO para el USO DE LAS INSTALACIONES

- d. No tener contacto físico en ningún momento.
- e. Utilizar geles desinfectantes y lavarse las manos periódicamente.
- f. Evitar tocarse la cara, nariz y ojos.
- g. Evitar tocar puertas, bancos, pasamanos o cualquier otro objeto que esté en la instalación.
- h. Los aparatos u otros utensilios materiales utilizados durante la sesión, se **desinfectarán** con OX-VIRIN / VIRICITOL, que cumple la norma UNE -EN 14476: Eficacia frente al virus con envoltura (CORONAVIRUS).
- i. Evitar usar los baños (salvo urgente necesidad) para evitar el contacto con otros usuarios.
- j. Los usuarios que necesiten beber agua, deberán traer su botella de casa o proveerse de ella en Bar, para no hacer uso de las fuentes.
- k. El aforo de duchas y vestuarios está establecido en el 50%.

Normas de OBLIGADO CUMPLIMIENTO para USUARIOS/AS Y MONITORES/AS

NO PUEDEN PARTICIPAR EN ACTIVIDADES:

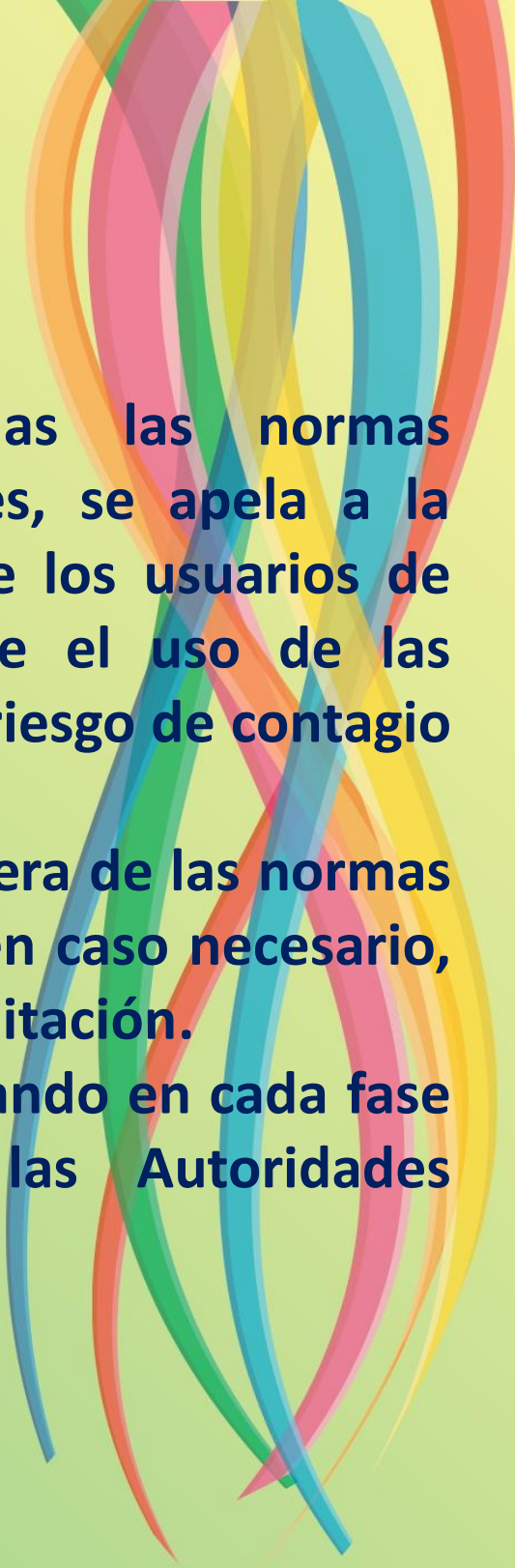
- Aquellas personas que han dado positivo en el test de COVID-19 en los últimos 14 días, aunque sean asintomáticos.
- Aquellas personas que han estado en contacto con enfermos del COVID-19 en los últimos 14 días.
- Si tiene fiebre y/o alguno de los síntomas descritos por sanidad.

MEDIDAS HIGIENICO-SANITARIAS INDIVIDUALES:

- En la medida de lo posible, no compartir material. Si se comparte, higienizarlo continuamente.
- Utilizar botella de agua individual llenada en domicilio.
- Usar siempre calzado.
- Cada participantes deberá llevar su propia esterilla o toalla para cubrir la que se le facilite en la instalación.
- Los enseres personales, al margen de la botella de agua, esterilla y/o toalla, no podrán ser introducidos en la sala de actividad.
- La actividad deberá ser individual , sin ningún tipo de contacto físico entre participantes y/o monitores/as y siempre manteniendo la distancia de seguridad mínima, según normativa vigente.
- El uso de mascarilla será recomendable en actividades realizadas en espacios cerrados, y obligatoria siempre y cuando no se pueda garantizar el mantenimiento de la distancia de seguridad interpersonal de al menos 1,5m. Si es posible, se mantendrá durante toda la sesión.

Normas de OBLIGADO CUMPLIMIENTO para USUARIOS/AS Y MONITORES/AS

- Las clases, previa inscripción, se mantendrán como grupos de convivencia estable, por lo que siempre estarán con su monitor/a. No existe la posibilidad de cambio de grupo/actividad durante el mismo mes.
- Los/as participantes, no interactuarán con otros en zonas interiores. Esperarán los diez minutos establecidos entre clases para que los anteriores salgan de la sala, se ventile y desinfecte la misma y posteriormente accederán al interior.
- Los técnicos, entrenadores, monitores/as, mantendrán en todo momento la distancia de seguridad y el uso de mascarilla.
- En caso de estornudar o toser, hacerlo sobre el codo, hombro o pañuelo de papel (nunca al aire)
- Queda prohibido escupir en el suelo (hacerlo en un pañuelo de papel o similar)
- Cada individuo gestionará sus propios residuos (envoltorios, envases, pañuelos de papel....)
- Si un/una participante **presenta síntomas**, deberá permanecer en su casa y contactar con el Centro de Salud y comunicarlo a Centro Deportivo Santiago o Club Escuela Gimnasia Rítmica Zaragoza, si procede, según los periodos de posible contagio y contacto previo que haya podido tener en las actividades (las autoridades sanitarias lo establecerán)
- En **caso de sospecha de un monitor/a**, autoaislamiento, uso de mascarilla, lavado de manos, e información al Club para organización de la atención de los/as usuarios/as. Contacto inmediato con su Centro de Salud y seguiremos las indicaciones oportunas de los organismos competentes.



Además de respetar todas las normas higiénico-sanitarias anteriores, se apela a la responsabilidad individual de los usuarios de estas instalaciones para que el uso de las instalaciones no suponga un riesgo de contagio para nuestra comunidad.

El incumplimiento de cualquiera de las normas anteriores será analizado y, en caso necesario, estará sujeto a posible inhabilitación.

Estas normas se irán modificando en cada fase según lo dispuesto por las Autoridades Competentes.

¡GRACIAS POR COLABORAR EN UNA VUELTA RESPONSABLE Y SOSTENIBLE!