

PROTOCOLO DE APERTURA Y USO DE LA INSTALACIÓN: POLIDEPORTIVO MUNICIPAL DE NAZARET. NORMAS DE ACCESO Y USO. FASE II DESESCALADA

1. DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES DEPORTIVAS, HORARIOS, AFORO Y USUARIOS/AS

ACTIVIDAD DEPORTIVA PERMITIDA FASE II:	Entrenamientos individuales de deportes acuáticos. Entrenamientos individuales de deportes colectivos. Entrenamientos y competición 2x2 tenis. Grupos. Entrenamientos individuales tiro con arco.
HORARIOS UTILIZACIÓN INSTALACIONES:	Jornada de mañana: De 8:00 a 14:00 h. Jornada de tarde: De 15:00 a 20:30 h.
AFORO MÁXIMO:	Máximo 100 deportistas. En función de las solicitudes de los deportistas, federaciones (tecnificación) y los clubes se confeccionará un planing para compatibilizar los entrenamientos, cumpliendo las limitaciones de aforo y distanciamiento social.
AFORO ESPACIOS MÁXIMO:	- Pistas de tenis: 4 jugadores. Clases dirigidas: 6 deportistas y un técnico. - Piscina: 8 nadadores, 1 por cada calle. Entrenamientos clubes: 12 nadadores y un técnico - Campo de fútbol 11: 18 deportistas y un técnico. - Campo de fútbol 8: 10 deportistas y un técnico. - Pista polideportiva cubierta: 10 deportistas y un técnico. - Pista polideportiva transversal cubierta: 6 deportistas y un técnico.
FRANJAS HORARIAS PISCINA:	De 9:00 a 10:00 h. baño libre Limpieza y desinfección. De 10:45 a 11:45 h. baño libre Limpieza y desinfección. De 12:30 a 13:30 h. baño libre Limpieza y desinfección. De 16:00 a 17:00 h. baño libre Limpieza y desinfección. De 17:45 a 18:45 h. entrenamientos clubes Limpieza y desinfección. De 19:30 a 20:30 h. baño libre Limpieza y desinfección.
FRANJAS HORARIAS TENIS:	De 9:00 a 13:00 h. Limpieza y desinfección. De 16:30 a 20:30 h. Limpieza y desinfección.
FRANJAS HORARIAS PABELLÓN Y CAMPOS DE FÚTBOL:	De 10:00 a 14:00 h. Limpieza y desinfección. De 16:00 a 20:00 h. Limpieza y desinfección.
FECHA APERTURA E INICIO DE LA ACTIVIDAD:	A partir del lunes 1 de junio de 2020 se activará el servicio de cita previa. Está previsto la apertura de la instalación EL MIÉRCOLES 3 DE JUNIO DE 2020.
REGISTRO DE ENTRADA/SALIDA DEL PERSONAL E	Habrà un registro de entrada y salida del personal a la instalación en la que se recogerà los datos personales del deportista (nombre, apellidos, fecha de nacimiento, nº DNI, condición de deportista, club, hora de entrada, hora de salida y observaciones).

 	PROCEDIMIENTO	Revisión nº 1	Página 2 de 5
PROTOCOLO DE APERTURA Y USO DE LA INSTALACIÓN: POLIDEPORTIVO MUNICIPAL DE NAZARET. NORMAS DE ACCESO Y USO. FASE II DESESCALADA			

INCIDENCIAS EN LA INSTALACIÓN:	A la entrada toda persona tendrá que cumplimentar un documento de cumplimiento de las pautas de funcionamiento y declaración responsable de que no tiene síntomas y que no ha estado en contacto con personas que hayan sido diagnosticadas con posterioridad por covid-19. (Descargar web y cumplimentar en casa).
---------------------------------------	---

2. CONTROL DE ENTRADA A LA INSTALACIÓN.

- Tan solo accederán al centro las personas debidamente autorizadas (cita previa).
- En esta fase los deportistas y entrenadores/as tan solo podrán entrenar llegando al Centro por sus propios medios, entrenando y saliendo a continuación.
- Solamente habrá un único punto de entrada al recinto, el acceso será por recepción (zona habitual de entrada) con un único sentido de circulación hacia la cafetería. La salida de los/as usuarios/as se realizará por el túnel y valla de vehículos junto conserjería, de esta forma se evitará cruzarse en los pasillos de la instalación.
- Todas las entradas tienen que ser escalonadas, que permita controlar el aforo de la instalación, sin que se puedan acumular dos personas cerca del control de entrada.
- En la zona en el acceso a la instalación y en el lugar señalado, los mismos usuarios/as procederá a la limpieza y desinfección de:
 - Manos y calzado, así como el material y el equipamiento personal de entrenamiento.
- Es posible que en algún momento se tome la decisión de llevar un control de síntomas en la misma entrada de la instalación (temperatura por medio de termómetro láser y/o preguntar por síntomas u otros a definir por responsables de la instalación de acuerdo con pautas de Sanidad).
- Se firmará una declaración responsable por parte del deportista y entrenador/a a la entrada de la instalación.

Observaciones:

- Colocación de carteles informativos en la entrada.
- Habilitación de un espacio para realizar el procedimiento de desinfección de manos, calzado, material y equipamiento del deportista y del entrenador.
- Colocación en entrada-recepción de señales en el suelo para turno de espera (para el caso de que se citen a varias personas a la misma hora).
- La información se realizará por teléfono.
- Colocación en los pasillos de señales indicadoras del sentido para circular de los/as usuarios/as o la prohibición de circular por los mismos.
- Exposición de carteles informativos sobre medidas higiénicas sanitarias.

OTRAS PAUTAS GENERALES:

- Se espera que todas las personas que accedan a la instalación durante esta fase cumplan estrictamente todas estas normas. Su incumplimiento puede dar pie a la expulsión de la instalación.
- Si es posible, tanto los deportistas como los/as entrenadores/as deberán utilizar su equipamiento deportivo propio personal que deberá ser desinfectado a la entrada de la instalación.
- Se espera por parte de todos que se mantenga en el centro unas pautas estrictas de aseo personal, conducta y cuidado para evitar contagios en todas las situaciones y también

medidas preventivas antes de la entrada. Las pautas son las recomendadas para la población general por Sanidad, como llevar mascarilla, mantener distancia de seguridad en todo momento, etcétera.

- Todos/as (deportistas, entrenadores/as personal) deben hacer una vigilancia activa de sus síntomas y llevar a cabo registro de la temperatura corporal dos veces al día, mañana y noche.
- El deportista/entrenador/a deberá avisar en el momento que presente algún de estos síntomas:
 - Fiebre. Temperatura >37 °C.
 - Tos seca.
 - Picor en la garganta, dolor de garganta.
 - Opresión en el pecho.
 - Dificultad para respirar.
 - Lesiones violáceas en pies y/o manos.
 - Erupción cutánea eritematosa o urticaria.
 - Diarrea.
 - Vómitos.
 - Dolores musculares o articulares.
 - Cefalea (dolor de cabeza).
 - Pérdida del gusto y/o del olfato.
 - Estado Confusional.
 - Mareo o síncope.
- Se debe llevar mascarilla en todo momento, exceptuando la realización de los entrenamientos.
- Los deportistas, los/as entrenadores/as, así como cualquier otra persona, tienen que poder permanecer en todo momento sin verse expuestos a contactos próximos, **2 metros mínimo en situación de parado será el estándar de la instalación**. En la parte de entrenamiento se especifican distancias para la actividad de entrenamiento.
- Las circulaciones por dentro de la instalación, incluyendo pasillo, se tienen que hacer manteniendo la distancia de seguridad de 2 metros. Hay que restringir las circulaciones al mínimo posible y cuando nos encontramos con alguien tenemos que recordar mantener la distancia y no pararnos. Lo mismo se aplica al baño y lavabo, si está ocupado (aforo 1 usuario/a) esperar a una distancia adecuada. Los vestuarios permanecerán cerrados excepto para el uso de la piscina en esta fase, se habilitará un aseo frente las pistas de tenis siendo desinfectado constantemente, evitando su uso tanto como sea posible.
- Se recomienda el uso de guantes y cintas o pañuelos para el cabello.
- También se recomienda usar gafas para evitar tocarse los ojos.
- Se evitará andar descalzo en todo momento.
- Estará prohibida cualquier reunión física. Para hacerlas, los entrenadores tienen que recurrir a las reuniones virtuales.
- Los deportistas (excepto nadadores) que entran y salen tendrán que venir con la ropa de entrenamiento y volver a casa con ella, para evitar el uso de los vestuarios por razones de proximidad y de la presencia de aerosoles que pueden favorecer los potenciales contagios. Toallas, y demás elementos propios utilizados se guardarán debidamente antes de salir de la instalación.
- Se aconseja el lavado de ropa de entrenamiento a 60º para su desinfección.
- Se precintarán todas las fuentes de agua y las personas usarán botellas de uso individual.
- El personal presente en la instalación será el mínimo imprescindible para la actividad.

3. INSTALACIONES DEPORTIVAS Y ENTRENAMIENTOS

 	PROCEDIMIENTO	Revisión nº 1	Página 4 de 5
	PROTOCOLO DE APERTURA Y USO DE LA INSTALACIÓN: POLIDEPORTIVO MUNICIPAL DE NAZARET. NORMAS DE ACCESO Y USO. FASE II DESESCALADA		

- Los entrenamientos en todos los casos serán efectuados de manera individual, prohibiéndose todo contacto físico o proximidad. Obligatorios grupos cerrados.
- Los/as entrenadores/as tendrán que programar los entrenamientos de forma que las normas de distancia, aforo y medidas preventivas contra el contagio se cumplan rigurosamente. No se podrá compartir material ni equipamiento deportivo.
- Los deportistas podrán entrenar en la instalación llegando a la instalación por sus medios, entrenando y saliendo a continuación al acabar el entrenamiento. Los entrenamientos se realizarán en horarios prefijados que los entrenadores habrán negociado con la dirección de la instalación, los entrenadores harán el mismo horario.
- Independientemente de las pautas específicas para cada situación, la separación entre deportistas, como regla general, tiene que ser incluso mayor en entrenamiento que en situaciones sociales, puesto que el sudor y el movimiento pueden hacer llegar gotas más allá del que establecen las pautas generales de la epidemia. (Se establecen 5 metros como mínimo y aumentarla siempre que sea posible hasta 10 m si se corre detrás de otros deportistas).

4. NORMAS USO DE LA PISCINA CUBIERTA Y VESTUARIOS.

- Las personas mayores de 65 años tendrán preferencia entre las 8:00 y las 10:00.
- Los usuarios tendrán que reservar previamente el carril de la piscina en el que tendrán que nadar.
- Se establecerán, en lo posible, circuitos de tráfico (puerta de acceso, puerta de salida, turnos de acceso y turnos de salida).
- El uso del vestuario se realizará según las características de cada instalación:
 - Se marcarán con cinta los espacios vitales de cada usuario, tratando de mantener en todo momento la distancia de seguridad.
 - Los vestuarios se utilizarán solo para cambiarse, no se podrá utilizar ni la taquilla ni la zona de duchas.
 - Una vez se dispongan a acceder a la zona de piscina, la puerta de acceso, en su caso, quedará abierta (igual que la de acceso al propio vestuario).
- Los usuarios dejarán sus pertenencias en los bancos/gradas existentes, que se separarán y se delimitará su uso. Si bien, siempre que sea posible, se habilitará un espacio específico, delimitado en cintas adhesivas y vallas, en la playa de piscina en frente la calle utilizada, para dejar las pertenencias personales de los nadadores/as.
- Se ducharán antes de acceder al agua.
- El socorrista los recibirá y los ubicará al carril asignado.
- Se limitará el uso de la piscina a un usuario por carril.
- Se limitará el tiempo de natación a 45 minutos por usuario/a, dejando 15 minutos para cambiarse. De esta forma, se establecerán turnos de una hora para acceder, nadar y salir. El socorrista será el encargado de gestionar este tiempo en coordinación con recepción.
- La salida será siguiendo el circuito o recorrido preestablecido.
- No se podrá utilizar el ascensor (a excepción de personas con movilidad reducida).

