

## PROTOCOLO DE APERTURA Y USO DE LA INSTALACIÓN: VELÓDROMO LUIS PUIG NORMAS DE ACCESO Y USO. FASE II DESESCALADA

### 1. DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD DEPORTIVA, HORARIOS, AFORO Y USUARIOS/AS

|                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>ACTIVIDAD DEPORTIVA PERMITIDA FASE II:</b>                                | Entrenamiento individual específico en pista de atletismo y ciclismo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>HORARIOS UTILIZACIÓN INSTALACIONES:</b>                                   | Jornada de mañana: De 9:00 a 14:00 h.<br>Jornada de tarde: De 16:00 a 21:00 h.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>AFORO MÁXIMO PISTA:</b>                                                   | <b>Máximo 50 deportistas.</b><br>En función de las solicitudes de los atletas, federación (tecnificación) y los clubes se confeccionará un planing para compatibilizar el entrenamiento simultáneo de varias pruebas, cumpliendo las limitaciones de aforo y distanciamiento social.                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>AFORO ESPACIOS MÁXIMO:</b>                                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Salto longitud y triple: 4 atletas.</li> <li>- Altura: 4 atletas.</li> <li>- Pértiga: 4 atletas.</li> <li>- Lanzamientos Peso: 4 atletas.</li> <li>- Pista 60 m Velocidad y Vallas: 8 atletas.</li> <li>- Cuerda 200m atletismo: 6 atletas.</li> <li>- Pista ciclismo: 8 ciclistas</li> <li>- Gimnasia rítmica: 12 gimnastas</li> </ul>                                                                                                                                                    |
| <b>FRANJAS HORARIAS:</b>                                                     | De 9:00 a 11:00h (Cuerda atletismo 200m)<br>Limpieza y desinfección.<br>De 12:00 a 14:00h (Pista ciclismo)<br>Limpieza y desinfección.<br>De 16:00 a 18:00h (Cuerda atletismo 200m L-X-V) (Pista ciclismo M-J)<br>Limpieza y desinfección.<br>De 19:00 a 21:00h (Cuerda atletismo 200m M-J) (Pista ciclismo L-X-V)                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>USUARIOS/AS (y orden de prioridad para la reserva de la instalación):</b> | 1.- Deportistas clasificados de alto nivel y alto rendimiento de atletismo y ciclismo.<br>2.- Deportistas mayores de 14 años, incluidos en el Programa Tecnificación Atletismo CTD Petxina/ (a través de la FACV).<br>3.- Deportistas profesionales de atletismo y ciclismo<br>4.- Deportistas federados (FACV-FCCV). Tendrán prioridad aquellos/as que pertenezcan a entidades ya abonados a la instalación.<br>5.- Restos de deportistas. Tendrán prioridad aquellos/as que pertenezcan a entidades ya abonados a la instalación. |
| <b>SOLICITUD DE USO DE LA INSTALACIÓN MEDIANTE CITA PREVIA:</b>              | A través de teléfono de la instalación o e-mail de la misma.<br><b>Telf: 96 390 26 40 (Información)</b><br><b>E-Mail. <a href="mailto:Polideportivoluispuig@fdmvalencia.es">Polideportivoluispuig@fdmvalencia.es</a> (Reservas)</b><br>En función de la demanda se podrá establecer un máximo de sesiones o horas de entrenamiento por deportista a la semana.<br>Es obligatorio el pago del precio público correspondiente. Se aplicará en su caso la bonificación de temporada de la entidad.                                     |
| <b>FECHA APERTURA E INICIO DE LA ACTIVIDAD:</b>                              | A partir del martes 9 de junio de 2020 se activará el servicio de cita previa.<br>Está previsto la apertura de la instalación EL MARTES 9 DE JUNIO DE 2020.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>REGISTRO DE ENTRADA/SALIDA DEL</b>                                        | Habrà un registro de entrada y salida del personal a la instalación en la que se recogerà los datos personales del atleta (nombre, apellidos,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |

|                                                                                                                                                                     |                                            |               |               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|---------------|---------------|
|   | <b>PROCEDIMIENTO</b><br><b>FDM-I540103</b> | Revisión nº 1 | Página 2 de 4 |
| <b>PROTOCOLO DE APERTURA Y USO DE LA INSTALACIÓN: VELÓDROMO LUIS PUIG. NORMAS DE ACCESO Y USO. FASE II DESESCALADA</b>                                              |                                            |               |               |

|                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|--------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>PERSONAL E INCIDENCIAS EN LA INSTALACIÓN:</b> | <p>fecha de nacimiento, nº DNI, condición de deportista, club, hora de entrada, hora de salida y observaciones).</p> <p>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).</p> |
|--------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## 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 itinerario de acceso hacia la pista de atletismo con sentido de circulación señalizado de entrada y salida y un único itinerario de acceso hacia la pista de ciclismo con sentido de circulación señalizado de entrada y salida. De esta forma se intenta evitar cruzarse en los pasillos de la instalación garantizando en todo momento una separación superior a 2 metros en los puntos en los que los cruces puedan producirse.
- 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:
  - o 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) y para atención e información.
- 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 en esta fase, se habilitará un aseo masculino y un aseo femenino en la planta de acceso 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 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 60° 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

- Los entrenamientos en todos los casos serán efectuados de manera individual, prohibiéndose todo contacto físico o proximidad.

|                                                                                                                                                                     |                                            |               |               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|---------------|---------------|
|   | <b>PROCEDIMIENTO</b><br><b>FDM-I540103</b> | Revisión nº 1 | Página 4 de 4 |
| <b>PROTOCOLO DE APERTURA Y USO DE LA INSTALACIÓN: VELÓDROMO LUIS PUIG. NORMAS DE ACCESO Y USO. FASE II DESESCALADA</b>                                              |                                            |               |               |

- 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.
- En esta fase permanecerán cerradas las salas de musculación.
- 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, teniendo presentes dos turnos diarios: el primero de 9:00 a 14 horas y el segundo de 16:00 a 21 horas. Esto es válido desde lunes a viernes. Los sábados y domingos la instalación permanecerá cerrada. En ningún caso se podrán permanecer en el centro a mediodía en el horario de cambio de turno (de 14:00 a 16:00 horas). 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 para la actividad de atletismo.
  - Se establecen 20 metros como mínimo para la actividad de ciclismo.
  - Se establece un espacio vital libre delimitado de 4 m<sup>2</sup> por gimnasta para la actividad de gimnasia rítmica.
- Se deberá evitar en la medida de lo posible el uso de material deportivo específico, siendo desinfectado por el personal de la instalación tras cada uso.
- En el caso de salto de altura y salto con pértiga, se tendrá en cuenta que tras cada salto por parte del atleta se debe desinfectar la zona de caída por lo que su uso debe realizarse escalonadamente. No es posible que salten 4 deportistas seguidos en una misma sesión de entrenamiento.
- En el almacén de material deportivo específico solamente podrá acceder el personal de la instalación, siendo este quien proporcione el material requerido por los/as usuarios/as. Una vez devuelto dicho material se procederá a su desinfección.

#### 4. INFORMACIÓN NECESARIA PARA CITA PREVIA ENTIDADES

La solicitud de Cita previa se hará por correo electrónico semanalmente y la misma debe informar sobre los siguientes puntos:

- Número de deportistas que van a acceder a la instalación y los espacios que van a requerir o usar durante toda la sesión de entrenamiento.
  - En los entrenamientos de velocidad se dejará una calle sin deportistas entre las dos que estén siendo usadas. Como máximo, podrán practicar 2 atletas por calle, simultáneamente y respetando las distancias de seguridad.
  - En los entrenamientos con ciclistas podrán estar en pista simultáneamente 4 ciclistas y respetando las distancias de seguridad.
- Los deportistas que compartan turno y no estén practicando en la pista, estarán en su zona de seguridad esperando su turno o realizando ejercicios en dicha zona.
- La actividad de gimnasia rítmica se puede realizar en el espacio asignado a la misma con espacio vital libre delimitado de 4 m<sup>2</sup> por gimnasta.