



INFORMACIÓN PARA FAMILIAS/JUGADOR@S SOBRE MEDIDAS PERSONALES DE HIGIENE Y PREVENCIÓN OBLIGATORIAS COVID 19 – GIMNASIA DEPORTIVA

INTRODUCCIÓN

En las zonas del pabellón habrá siempre disponible:

- Dispensadores de gel hidro-alcohólico
- Spray de disoluciones desinfectantes para equipamiento y materiales.
- Limpieza y desinfección de las zonas utilizadas, antes y después de cada sesión.

Como norma general, tendremos que cumplir todas las medidas exigidas por las autoridades sanitarias en cuanto a:

- Distancia de seguridad obligatoria
- Uso de mascarilla, obligatorio
- Uso del gel hidro – alcohólico
- Aforo y limitación espacios.

PROTOCOLO

El presente protocolo, que contiene medidas de prevención y seguridad sanitaria con motivo de la pandemia de la Covid 19, será de aplicación durante la temporada 2020/21 por todos los responsables, organizadores y participantes en las actividades que se realizan en las instalaciones del Colegio Miramadrid.

1. ORGANIZACIÓN TEMPORAL Y DE ESPACIOS EN LOS ENTRENAMIENTOS

- Los alumnos tendrán que llevar la puesta la **mascarilla EN TODO MOMENTO, INCLUSO DURANTE LA ACTIVIDAD.**
- Cada gimnasta deberá disponer de una **botella de agua** debidamente señalizada.
- Se realizarán grupos cerrados, sin interacción entre otros grupos.
- Trabajaremos la actividad en grupos de trabajo, cada uno en la zona habilitada para ello, sin interacción entre ellos.
- La enseñanza de los diferentes ejercicios que realizaremos en Gimnasia deportiva será individual, sin ningún tipo de contacto entre los alumnos.
- Los servicios serán utilizados de uno en uno, en caso necesario.



2. MEDIDAS HIGIÉNICO-SANITARIAS

LIMPIEZA:

Se **desinfectarán** antes de la actividad, los **materiales** que deben ser tocados por diferentes personas, como puede ser el plinto, minitramp, colchonetas, cuerdas, etc..

Se aumentará la frecuencia de limpieza de las instalaciones, tales como baños, pomos de las puertas, etc..

HIGIENE PERSONAL:

Higiene de manos y pies antes y durante los entrenamientos con gel hidroalcohólico.

Lavado de manos con agua y jabón, frecuentemente.

Evitar tocarse la nariz, ojos y boca para evitar transmisión. Al toser, cubrirse la nariz y la boca o estornudar protegiendo la nariz y boca con un pañuelo desechable o con el codo.

3. ENTRADAS Y SALIDAS

ENTRADAS

- SOLAMENTE tendrán ACCESO a la INSTALACIÓN los **DEPORTISTAS** y personal autorizado.
- Se realizará antes de la actividad un **lavado de manos y pies**, si fuera necesario, con gel hidroalcohólico.
- Los **ACOMPañANTES, PADRES O MADRES**, solo podrán llevarlos y recogerles a la puerta de acceso, al comienzo y finalización de la actividad.

Los alumnos de primaria del **GRUPO INICIACIÓN**, serán recogidos en **LAS PUERTAS DE SUS MÓDULOS** por los entrenadores y trasladados al pabellón, donde se cambiarán en los vestuarios, en una zona delimitada de uso único para ellos. Una vez cambiados, tomarán su merienda, en las gradas del pabellón.

Aquellos gimnastas que no sean del colegio o entrenen a una hora no consecutiva del colegio (**AVANZADA-ELITE**), entrarán por la **puerta de piscina (C/Mar Caspio)**, donde se les tomará la **temperatura** en la entrada a la instalación, así como **lavado de manos** con gel hidroalcohólico, y bajarán al pabellón.



SALIDAS

Para una mayor fluidez en las inmediaciones del colegio a la hora de recoger a los alumnos; desde **(4º primaria) en adelante saldrán solos por las dársenas**. Os recomendamos que establezcáis con los niños un punto de encuentro fuera del perímetro de la instalación, para agilizar las salidas y entradas de otros grupos.

Para los grupos de 3º primaria hacia abajo, la recogida será **en las dársenas**, de uno en uno, de manera presencial a los padres.

Los horarios de salidas, serán los siguientes:

DEPORTIVA AVANZADA- ELITE: (LUNES Y MIÉRCOLES) : Salida a las 19:00 horas

DEPORTIVA INICIACIÓN (MARTES Y JUEVES) : Salida a las 18:15 horas

4. FAMILIAS

Es obligatorio **informar al CLUB** si se presenta algún síntoma relacionado con COVID-19. Las familias vigilarán el estado de salud y realizarán toma de temperatura todos los días antes de salir de casa para ir al centro deportivo. Si el jugador/a tuviera síntomas compatibles con COVID-19 (tos, fiebre, dificultad al respirar, etc.) no deberá asistir al entrenamiento debiendo llamar a su centro de salud o al teléfono habilitado en su comunidad autónoma para COVID-19. En este caso el club no permitirá el regreso a la actividad hasta la confirmación o informe médico favorable.

No deberán acudir alumnos diagnosticados de COVID-19 y tampoco deberán acudir al entrenamiento aquellos compañeros que hayan estado en contacto estrecho (convivientes, familiares y personas que hayan estado en el mismo lugar que un caso mientras el caso presentaba síntomas a una distancia menor de 1,5 metros durante un tiempo de al menos 15 minutos) o hayan compartido espacio sin guardar la distancia interpersonal con una persona afectada por el COVID-19. En este caso, además, se recomienda realizar un seguimiento por si aparecen signos de la enfermedad durante 14 días.