



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

### 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.
- Cada gimnasta trabajará la actividad en su zona habilitada para ello, sin interacción entre las demás gimnastas y siempre manteniendo una distancia de seguridad. **El trabajo que realizaremos en Gimnasia Rítmica va a ser individual, sin ningún tipo de contacto ya que este deporte se puede trabajar de esta forma sin ningún problema.**
- Los servicios serán utilizados de uno en uno, en caso necesario.



## **2. MEDIDAS HIGIÉNICO-SANITARIAS**

### **LIMPIEZA:**

Se **desinfectarán** antes del comienzo de los entrenamientos los **materiales** que deben ser tocados por diferentes personas, así como el tapiz.

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 de 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 las **GIMNASTAS** y personal autorizado.
- Aquellas gimnastas que no sean del colegio o entrenen a una hora no consecutiva del colegio, entrarán por las dársenas del colegio, parking de autobuses(C/Mar Caspio), donde se les tomará la **temperatura** en la entrada a la instalación, así como **lavado de manos** con gel hidroalcohólico.
- 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 4º, 5º y 6º de primaria, serán recogidos en el punto de encuentro (**MESA DE PING PONG DEL MÓDULO AMARILLO-ROJO**) a las **16:50 horas** por las entrenadoras y trasladados al pabellón, donde se cambiarán en los vestuarios, en una zona delimitada para estos grupos.

Los alumnos de 1º, 2º y 3º de primaria, serán recogidos en el punto de encuentro (**MESA DE PING PONG DEL MÓDULO AMARILLO-ROJO**) a las **17:00 horas** por las entrenadoras y trasladados al pabellón, donde se cambiarán en los vestuarios del pabellón, en una zona delimitada para estos grupos.



## **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 ( C/mar caspio)**. 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 la puerta de las dársenas (C/Mar Caspio) , pero de uno en uno.

Los horarios de salidas, serán los siguientes:

ESCUELA 1: ( LUNES Y MIÉRCOLES) : Salida a las 18:15 horas

ESCUELA 2: ( LUNES Y MIÉRCOLES) : Salida a las 19:15 horas

ESCUELA AVANZADA (LUNES Y MIÉRCOLES ): Salida a las 19:15 horas

COMPETICIÓN ( MARTES, JUEVES Y VIERNES ): Salida a las 19:30 horas

INICIACIÓN (VIERNES): 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.