

## PROTOCOLO BÁSICO PARA LA VUELTA A LOS ENTRENAMIENTOS

- Obligatorio acudir con mascarilla al entrenamiento.

La entrada a la instalación será por el acceso de siempre. Habrá un control de acceso a la instalación por el trabajador que esté en ese momento, por lo que deberéis cumplir escrupulosamente el horario marcado para el entreno. El personal de la instalación dispondrá de un listado con las personas que pueden acceder al recinto deportivo, por lo que debéis llevar el DNI, ya que en caso de no conoceros os lo podría pedir.

- Se os tomará la temperatura antes del entrenamiento.
- Tendréis dispensadores de gel desinfectante en la entrada a pista. Habrá una mesa con gel y para que dejéis las mascarillas. En los baños tendréis dispensadores de jabón. Una vez se puedan utilizar los vestuarios, también cumplirán con las medidas higiénicas obligatorias.
- Debéis asistir desde casa vestidos directamente para entrenar y os marcharéis de la misma forma.
- No podréis utilizar las duchas ni vestuario, y en caso de tener que hacerlo, no podréis coincidir más de 2 personas en el mismo.
- El personal técnico deberá usar guantes y mascarilla guardando una distancia mínima de 2 metros.
- No podréis compartir ningún material (éste deberá ser desinfectado después de cada uso)
- No podréis compartir bebidas, alimentos u otros productos. Deberéis traerlo de casa.

## RECOMENDACIONES BÁSICAS GENERALES

- Reforzar al máximo las medidas de higiene personal en el ámbito familiar, social y deportivo (lavarse las manos con regularidad).
- Cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo al toser y estornudar. Si no se dispusiera de un pañuelo, emplear la parte interna del codo.
- Evitar tocarse los ojos, nariz o boca.
- Mantener en la medida de lo posible las medidas de distanciamiento social.
- A fin de evitar situaciones de posibles contagios, durante el tiempo que duren los

entrenamientos y la competición posterior, deberéis ser MUY PRUDENTES en vuestra vida social, intentando manteneros en vuestros domicilios cuando terminen los entrenamientos, así como evitar reuniones y saludos con la mano.