



## **PROTOCOL PER ENTRENAMENTS ESPORTIUS PER LA TEMPORADA 2020-21**

Aquest protocol s'aplicarà ja des de l'inici dels entrenaments a la instal·lació i podrà ser modificat en funció de l'evolució de la pandèmia de la Covid-19.

### Indicacions bàsiques

- Les entitats esportives que fan ús d'aquesta instal·lació disposaran d'un document de declaració de responsable que hauran de fer signar a tots els seus esportistes o tutors legals en el cas de menors d'edat i que s'encarregaran de guardar i custodiar fins al final de la temporada.
- La mascareta és obligatòria per a tothom dins de la instal·lació
- Les entitats han de col·laborar en l'aplicació d'aquestes normes entre els seus esportistes, socis i/o famílies esportistes, etc.
- Les entitats esportives han de tenir identificat en tot moment, les persones que formen part de cada equip o grup de treball, per exemple, jugadors, entrenadors, delegat, etc.
- Atesa la importància de tenir grups estables de convivència es necessari no barrejar esportistes i/o entrenadors d'un equip a un altre i així minimitzar riscos de contagi
- Si equips d'una mateixa entitat comparteixen pista, l'entitat s'ha de responsabilitzar de prendre les mesures pertinents per evitar que hi hagi contacte entre els equips

### Accés a la instal·lació

- Les mascaretes són una mesura de protecció addicional, sempre que s'utilitzin correctament, però en cap cas no substitueixen les mesures de prevenció més efectives: mantenir la distància de seguretat respecte a les altres persones i la higiene de mans freqüent. És obligatori l'ús de la mascareta dins de les instal·lacions, tret de si es fa practica esportiva
- És imprescindible accedir a la instal·lació amb puntualitat, segons l'horari establert
- L'entrada i la sortida de la instal·lació es farà de forma esglaonada evitant aglomeracions i encreuaments amb altres equips i/o entitats
- S'ha de mantenir la distància de seguretat, actualment, de 1,5 metres en l'entrada de la instal·lació
- Hi haurà líquid desinfectant (gel hidroalcohòlic) a l'abast de tothom a l'entrada de la instal·lació, és obligat aplicar-se'n a les mans
- L'accés a les instal·lacions, només està autoritzada a esportistes, equip tècnic, membres de la Junta de l'entitat i personal degudament autoritzat



### Dins de la instal·lació

- S'haurà de respectar al màxim els horaris d'entrada i sortida de la instal·lació, evitant coincidir entre equips i/o entitats esportives
- Un cop finalitzades les sessions d'entrenaments s'haurà d'abandonar la instal·lació i no es podrà romandre a l'equipament un cop finalitzada l'activitat
- No es podrà fer ús dels vestidors ni de les dutxes, en el cas dels entrenaments, a excepció dels equips sènior. Sempre i quan sigui possible la neteja i desinfecció dels vestidors entre sessions d'entrenament
- Els esportistes hauran de venir canviats de casa, els vestidors no estaran disponibles a excepció de les categories sèniors, sempre i quan sigui possible la neteja i desinfecció dels vestidors entre sessions d'entrenament
- S'haurà de mantenir la distància de seguretat de 1,5 metres amb la resta d'usuaris de la instal·lació o sempre que sigui possible en el cas de pràctica esportiva
- Cada entitat establirà un responsable de cada equip que serà l'encarregat de treure i guardar el material i així evitar entrades i sortides del magatzem
- Cada entitat es responsabilitzarà de la neteja i desinfecció del seu propi material entre sessió i sessió
- Els usuaris han de seguir les indicacions i les recomanacions de seguretat i higiene que puguin indicar les autoritats competents en la matèria
- No es permet anar descalç per la instal·lació

### Durant l'entrenament

- S'haurà de respectar l'aforament màxim permès
- En la mesura del possible es mantindrà una separació mínima de 1,5 metres durant l'entrenament, en funció de les activitats
- És prioritzaran les explicacions individuals, evitant les aglomeracions de jugadors, en el cas que això no sigui possible s'haurà de mantenir la distància de seguretat de 1,5 metres entre jugador i jugador
- Els entrenadors hauran d'utilitzar en tot moment la mascareta, a excepció que facin practica esportiva
- Es recomana a tots els esportistes i entrenadors que portin una ampolla d'aigua per a ús individual i una tovallola
- Es recomana portar una bossa o motxilla per guardar els objecte personals, la qual, s'haurà de dipositar en us espai adequat i que garanteixi les mesures de seguretat i higiene pertinents
- Al finalitzar l'entrenament els esportistes hauran de sortir per la porta indicada a tal efecte, evitant creuaments amb la resta d'usuaris
- No es podrà accedir a la pista fins que el grup d'esportistes que n'estan fent ús hagin abandonat l'espai i prèvia la neteja corresponent

### Mesures bàsiques d'Higiene i seguretat

- Rentar-se les mans sovint amb sabó o gel hidroalcohòlic, tant a l'entrada com a la sortida de la instal·lació
- Tapar-se la boca amb el colze al estossegar o esternudar
- Evitar tocar-se els ulls, el nas o la boca