

PROTOCOLO FASE 2

Con motivo del coronavirus COVID-19 nos vemos obligados a realizar un protocolo para regularizar la utilización de las distintas instalaciones que se permiten abrir en esta fase 2.

Para que las instalaciones deportivas sean un entorno seguro tanto para trabajadores como para usuarios deberemos acatar una serie de medidas, que cada usuario debe conocer perfectamente antes de la incorporación a las instalaciones deportivas.

En esta fase los deportistas sólo podrán hacer uso de las instalaciones para entrenamientos individuales, previa cita (siempre manteniendo las medidas y la distancia de seguridad, entrenamientos sin contacto físico ni uso de vestuarios).

RECOMENDACIONES GENERALES:

- Si se presentan síntomas que pudieran estar asociados a Covid 19 (tos, fiebre o dificultad al respirar), se ha tenido contacto con afectados o es positivo en Covid 19, no se debe ir a ningún centro deportivo.
- Dar prioridad a entrenamientos en zonas exteriores abiertas como Dehesa de Navalcarbón.
- Los usuarios deben mantener las pautas estrictas de aseo personal, conducta y cuidado para evitar los contagios.
- Se mantendrá en todo momento la distancia de seguridad.
- Lavarse las manos con agua y jabón o gel hidroalcohólico antes y después de los entrenamientos. Se recomienda el uso de geles hidroalcohólicos en botes de uso individual.
- Desinfectar los materiales de entrenamiento utilizados (raquetas de tenis y padel).
- Respetar el aforo limitado y horarios y espacios asignados.
- Se recomienda no compartir materiales ni objetos con otros usuarios (cronómetros, pulsómetros, raquetas...)
- Uso de botellas de agua individuales (las fuentes de la instalación permanecerán cerradas)
- Recomendable el cambio de calzado antes de entrar en la instalación.
- Abandonar la instalación en cuanto se termine el entrenamiento o el horario fijado.
- Los vestuarios permanecerán cerrados. Si se podrá hacer uso de los aseos.

PROTOCOLO PISTA DE ATLETISMO FASE 2

POLIDEPORTIVO DEHESA NAVALCARBÓN

En esta Fase los deportistas sólo podrán hacer uso de las instalaciones para entrenamientos individuales previa cita (siempre manteniendo las medidas y la distancia de seguridad, entrenamientos sin contacto físico ni uso de vestuarios).

Antes de la incorporación cada usuario debe conocer perfectamente todas las normas del uso de la instalación.

NORMATIVA GENERAL:

- Horario de apertura: de lunes a domingo de 9:00 a 22:00h.
- Se accederá a la pista de atletismo por la entrada principal del polideportivo Dehesa de Navalcarbón.
- Utilización previa cita a través del sistema de reserva y pago online.
- Máximo una hora de reserva al día por persona.
- La reserva podrá hacerse con 24 horas de antelación en www.rozasdeporte.org
- Aforo máximo deportistas. Respetar aforo limitado.
- No está permitido el acceso a vestuarios.
- Uso obligatorio de mascarillas para acceder a la instalación (una vez en el exterior su uso no es obligatorio siempre y cuando se pueda garantizar la distancia mínima de seguridad).
- Respetar las circulaciones, horarios y espacios indicados.
- Antes y después de los entrenamientos lavarse las manos con agua y jabón o gel hidroalcohólico. Se recomienda el uso de soluciones hidroalcohólicas en botes de uso individual.
- No está permitido acceder con acompañantes.

NORMAS EN PISTA:

- Cumplir con las medidas de higiene y protección.
- Abandonar la instalación una vez finalizado el entrenamiento para evitar riesgos innecesarios.
- No se podrá hacer uso del material de la instalación (todo el material deberá ser propiedad del usuario).

- Los usuarios no deben compartir material. Recomendable desinfectar los materiales después de cada entrenamiento.
- En todo momento se mantendrán la distancias de seguridad establecidas por las autoridades sanitarias.
- En la carrera o marcha, no colocarse detrás de otros atletas, si esto no fuera posible, la distancia mínima de separación en estos casos ha de ser como mínimo de 10 metros. Cambiar de recorrido o alejarse si el atleta es adelantado, y adelantar dejando al menos 2 metros de separación lateral.
- Es obligatorio el uso de toallas en los espacios deportivos.
 - o Para permitir la distancia de seguridad entre deportistas, las calles 1, 3 y 5: cerradas
- No se podrá hacer uso de las zonas de salto.
- El perímetro de hierba artificial se permite para rodar siempre que se mantengan las distancias de seguridad mínimas.

PROTOCOLO PISTA DE TENIS y PADEL

Antes de la incorporación cada usuario debe conocer perfectamente todas las normas del uso de la instalación.

NORMATIVA GENERAL:

- Horario de apertura: de lunes a domingo de 9:00 a 22:00h.
- Se accederá a las pistas de tenis y pádel por la entrada principal de la instalación.
- Utilización previa cita a través del sistema de reserva y pago online.
- Máximo dos horas de reserva al día por persona.
- La reserva podrá hacerse con 24 horas de antelación en rozasdeporte.org
- Aforo máximo 4 deportistas por pista (dos en cada campo).
- No está permitido el acceso a vestuarios.
- Uso obligatorio de mascarillas para acceder a la instalación (una vez en el exterior su uso no es obligatorio siempre y cuando se pueda garantizar la distancia mínima de seguridad).
- Respetar las circulaciones, horarios y espacios indicados.
- Antes y después de los entrenamientos lavarse las manos con agua y jabón o gel hidroalcohólico. Se recomienda el uso de soluciones hidroalcohólicas en botes de uso individual.
- No está permitido acceder con acompañantes.

NORMAS EN PISTAS:

- Cumplir con las medidas de higiene y protección.
- Abandonar la instalación una vez finalizado el entrenamiento para evitar riesgos innecesarios.
- No se podrá hacer uso del material de la instalación (todo el material deberá ser propiedad del usuario).
- Los usuarios no deben compartir material. Recomendable desinfectar los materiales después de cada sesión.
- Utilizar bolas nuevas en cada partido.
- Es obligatorio el uso de toallas en los espacios deportivos.
- Evitar saludos y celebraciones que impliquen contacto físico.
- Evitar tocar la red de la pista.
- En todo momento se mantendrán la distancias de seguridad establecidas por las autoridades sanitarias.