

# COVID-19

## PROTOCOLO DE REAPERTURA

## DISPONIBILIDAD DE INSTALACIONES

**GUÍA DE USO**  
**18 DE MAYO DE 2020**

ESTE DOCUMENTO PODRÁ MODIFICARSE O AMPLIARSE  
EN FUNCIÓN DE LAS NUEVAS MEDIDAS QUE VAYAN ACTUALIZANDO  
LAS AUTORIDADES COMPETENTES.

LA VERSIÓN CON FECHA MAS RECIENTE SERÁ EN TODO CASO LA QUE TENGA VALIDEZ

## PRESENTACIÓN

Estimados socios:

Este documento tiene por objeto recoger las indicaciones y protocolos que harán de nuestro club un lugar seguro para la práctica del deporte tras su reapertura, teniendo en cuenta que la apertura será posible una vez entremos en Fase 1, y bajo las medidas sanitarias obligatorias.

Todos estamos deseando disfrutar de nuevo de nuestras magníficas instalaciones. Con las pautas que aquí recogemos, y el apoyo y la responsabilidad de cada uno de los socios, podremos hacerlo con total tranquilidad.

Le rogamos, por lo tanto, que tenga en cuenta todas las medidas que aquí le indicamos y que no tienen otro fin que preservar la salud de nuestros socios y adaptar nuestra actividad a las normas establecidas para esta etapa por las autoridades sanitarias y deportivas.

Si tiene cualquier duda consulta póngase en contacto con el club a través del correo:

[sportsclub@sportsclub.ucjc.edu](mailto:sportsclub@sportsclub.ucjc.edu)

## RECOMENDACIONES GENERALES DE HIGIENE Y PROTECCIÓN DE LA SALUD

### 1. MEDIDAS ESPECIALES DE HIGIENE IMPLEMENTADAS POR EL CLUB

- Para acceder al club se ha eliminado la huella como medio de acceso y se ha incorporado un sistema de medición de temperatura corporal, restringiendo la entrada a aquella persona que arroje valores superiores 37,3°C, a la hora del acceso.
- Existirá un alfombra con liquido desinfectante en el acceso a la instalación.
- Tendrán a su disposición dispensadores de gel desinfectante en los diferentes puntos del club.
- Existirán marcaciones de vinilo en el suelo indicando las zonas por las que deberemos movernos.
- En la recepción habrá una mampara de separación, y una marcación en el suelo que establecerá la distancia a guardar.
- Se ha potenciado en general la limpieza y desinfección de todas las instalaciones. Se utilizará limpieza con ozono cada media jornada.
- En el acceso a la piscina se colocará otra alfombra de desinfección, un cubre calzas automático, y el socorrista tomará de nuevo la temperatura de los usuarios con un termómetro laser.
- En el acceso al gimnasio también habrá una alfombra de desinfección
- Habrá papeleras de apertura de pedal en todas las instancias, salas, gimnasio, piscina, vestuarios, acceso ....
- De forma general solo se podrá realizar pagos con tarjeta, para evitar, en la medida de lo posible.

## 2. RECOMENDACIONES GENERALES DE HIGIENE Y PROTECCIÓN

- Les rogamos que cumplan con las recomendaciones de higiene y salud generales: Distanciamiento social de dos metros, evitar cualquier contacto físico en saludos y despedidas, evitar tocar objetos comunes, lavado frecuente de manos, no compartir material ni otros objetos, etcétera.
- De acuerdo con la orden del Ministerio de Sanidad 422/2020, será obligatorio el uso de mascarilla salvo para actividades en las que, por la propia naturaleza de estas, resulte incompatible el uso de la misma
- Se recomienda traer botellín o botella para rellenar con el objeto de no utilizar directamente las fuentes de agua del Club.
- El Club está potenciando la limpieza de todas las instalaciones; pero, apelamos a la responsabilidad de todos y a la puesta en práctica de las medidas de higiene y seguridad indicadas de forma general por las autoridades.
- Se instalará cartelería con las normativas a seguir en cuanto a los protocolos de higiene se refiere.

## 3. NORMAS GENERALES DE ACCESO Y USO DE LAS INSTALACIONES

En cualquier caso se cumplirá con las siguientes normas

### Durante la FASE I:

- Se podrá acceder a las instalaciones para práctica deportiva al aire libre, con cita previa, y siempre para actividades para un máximo de dos personas y sin contacto físico.
- Se podrán realizar otras actividades con carácter individualizado y con cita previa.
- En ningún caso se abrirán los vestuarios y zonas de duchas.

### Durante la FASE II, además:

- Se podrá acceder a las instalaciones para práctica deportiva en instalación cubierta, con cita previa, y siempre para actividades para un máximo de dos personas y sin contacto físico.
- Se podrán utilizar las piscinas con cita previa, y siempre para actividades para un máximo de dos personas y sin contacto físico.
- Se podrán utilizar los vestuarios, respetando lo dispuesto al efecto en las medidas generales de prevención e higiene.

## GIMNASIO

### 1. ENTRENAMIENTO PERSONAL EN AREA DE GIMNASIO

- El aforo del gimnasio estará limitado para que se cumplan las medidas de distanciamiento social.
- Es obligatorio la utilización de una toalla con los elementos fijos del gimnasio.
- Se recomienda el uso de guantes junto con gel desinfectante después del uso de los elementos fijos o móviles de la instalación.
- Después de cada uso se limpiará el elemento fijo o móvil utilizado.
- Se instalarán mamparas de separación entre las máquinas de cardio, y en la zona de las mancuernas, estableciendo cinco espacios.

## 2. ACCESO

- La apertura de las puertas de acceso a las instalaciones será a las 07:15 horas.
- Para ello será posible hacer reservas a través del sistema de reservas on-line de la web del Club.

## 3. VESTUARIOS y SAUNAS

- Los vestuarios y saunas permanecerán cerrados. Al menos durante el periodo de Alarma en FASE 1 los vestuarios permanecerán cerrados.

## 4. CICLO FITNESS

- La actividad de ciclo se realizará en las zonas exteriores de la piscina, al aire libre.

## TENIS

### 1. ENTRENAMIENTO INDIVIDUAL O BASICO

- La resolución del Protocolo CSD es de obligado cumplimiento, y va destinado a únicamente a Deportistas de Alto Nivel (DAN), aquellos deportistas que cumplen las condiciones marcadas por el Real Decreto 971/2007 de 13 de julio, sobre deportistas de alto nivel y rendimiento.
- Deportistas profesionales, aquellos deportistas encuadrados en el Real Decreto 1006/1985, de 26 de junio:
  - Deportistas federados.
  - Federaciones, clubes y entidades deportivas.
  - Personal técnico deportivo o federativo.

### 2. MEDIDAS

- Se aplicarán los horarios de pistas necesarios, que permitan guardar la dicha distancia entre deportistas, y entre estos y los empleados del club, así como la limpieza y desinfección del material deportivo entre turno y turno.
- Será necesario firmar un Compromiso de Responsabilidad firmado por los deportistas que hagan uso de sus instalaciones. En el mismo los deportistas ponen de manifiesto no haber estado en contacto con personas infectadas en los últimos 14 días, no tener sintomatologías tales como tos, fiebre, alteraciones del sabor ni olfato, ni ser persona perteneciente a los colectivos de riesgo.
- Será obligatorio el lavado y desinfección de las manos antes de cada sesión, y se accederá a la pista a través de la alfombra higiénica correspondiente.
- En todas las pistas estará instalado un dispensador de gel hidroalcohólico

## OTROS SERVICIOS

### 1. FISIOTERAPIA

- Con carácter general, no se realizarán tratamientos de masaje o fisioterapias. Sólo los indispensables para evitar lesiones, manteniendo los máximos estándares de seguridad.

### 2. CAMPO DE FÚTBOL

- El campo de fútbol permanecerá cerrado hasta que las autoridades competentes autoricen su uso, y establezca a su vez, los protocolos.