

## **ESCUELA MUNICIPAL DE ATLETISMO**

# **PROTOCOLO COVID-19 PARA LA ESCUELA DE ATLETISMO DEL CLUB DEPORTIVO LA ZUBIA.**

### **INTRODUCCIÓN**

Dadas las circunstancias tan excepcionales que atravesamos y atendiendo a lo establecido por las autoridades sanitarias, hemos elaborado un protocolo adaptado a las necesidades de nuestra escuela de atletismo, con diferentes Normas y Recomendaciones que harán nuestra práctica deportiva más segura y que se irá actualizando en función de la evolución de la situación.

Somos conscientes de la gravedad de la realidad sanitaria en que nos encontramos, pero también consideramos importante reanudar la actividad físico-deportiva, pues hay que tener en cuenta que existen evidencias científicas en relación con la práctica físico-deportiva como herramienta eficaz en la prevención y el tratamiento de ciertas enfermedades, fundamentalmente vinculadas al sedentarismo, la obesidad...

Asimismo, estas actividades físico-deportivas permiten que las niñas, niños y jóvenes continúen su desarrollo educativo, físico, social y lúdico.

La práctica físico-deportiva que se impartirá a nuestros/as alumnos/as se regirá siempre por los principios de máxima responsabilidad individual, cautela y atención a lo que en cada momento y en función del estado de los conocimientos científicos establezcan las autoridades sanitarias.

Desde el Club Deportivo La Zubia consideramos que es necesario hacer un esfuerzo entre todos (Escuela de Atletismo, Ayuntamiento, Familias, Atletas...) para retomar los entrenamientos de la forma más segura posible, por lo que rogamos a todas las personas implicadas en la actividad cumplir con todas las medidas propuestas para contribuir a la seguridad de todos.

La actividad de la Escuela de Atletismo de La Zubia se desarrollará al aire libre, individualmente y sin contacto físico. A pesar de ello, la situación sanitaria actual nos obliga a extremar las medidas de seguridad e higiene.

Este año es fundamental que todos/as los/as alumnos/as que quieran formar parte de la Escuela de Atletismo (tanto las nuevas incorporaciones como los que ya estaban la temporada pasada), lo comuniquen rellenando el formulario de inscripción desde la página del club ([clubdeportivolazubia.com](http://clubdeportivolazubia.com)) con el fin de elaborar los listados y preparar los grupos de entrenamiento.

Las normas y recomendaciones aquí establecidas se actualizarán convenientemente según evolucione la situación y serán comunicadas por las vías y medios habituales.

## INSTALACIÓN DEPORTIVA DONDE SE DESARROLLARÁ LA ACTIVIDAD, FORMA DE ACCESO Y USO DE LA MISMA.

- Las clases de atletismo para los grupos de iniciación se impartirán principalmente en la Pista de Atletismo del Complejo Deportivo Municipal "Los Hoyos" de La Zubia, C/ Paloma s/n, (junto Colegio Alzawiya).
- La entrada para acceder a la instalación se realizará exclusivamente por la Puerta Nº 2 (puerta corredera que da acceso directo a la pista de atletismo) y la salida se realizará por la Puerta Nº 3.
- El acceso a la instalación se realizará por grupos que deberán ubicarse en las zonas que se indican en la imagen siguiente.
  - GRUPO A: Este grupo estará formado por alumnos/as de 3 a 7 años.
  - GRUPO B: Este grupo estará formado por alumnos/as de 8 a 10 años.
  - GRUPO C: Este grupo estará formado por alumnos/as de 11 años en adelante.



- Se deberán respetar las zonas asignadas a los diferentes grupos.
- El/la monitor/a esperará a su grupo en la zona anteriormente indicada y acompañará a los/as alumnos/as hasta la pista de atletismo.
- Será fundamental la puntualidad, tanto para dejar como para recoger a los/as alumnos/as.
- Los/as monitores/as pasaran lista a diario, no pudiendo acceder a la instalación aquellas personas que no estén inscritas.
- A la entrada de la instalación se realizará un control de temperatura que será obligatorio para poder acceder a la instalación.
- Asimismo, a la entrada de la instalación se desinfectará el calzado.
- Los/as alumnos/as para acceder a la instalación deberán lavarse las manos con gel hidroalcohólico. De igual manera, una vez que terminen su actividad, volverán de nuevo a lavarse las manos con gel hidroalcohólico. Para ello, a la entrada a la instalación habrá un dispensador con dicho producto. Los/as monitores/as dispondrán de producto desinfectante y gel hidroalcohólico disponible que podrá utilizarse cuando se considere conveniente.
- Una vez hayan entrado todos/as los/as alumnos/as se cerrará la puerta de la instalación.
- Los/as alumnos/as deberán dejar sus pertenencias (mochila, bote de agua, esterilla, etc.) en el lugar que le indique su monitor/a.

- Todos/as los/as alumnos/as acudirán a las clases con la ropa deportiva que van a utilizar puesta, una mochila o bolsa bien identificada para dejar sus pertenencias, botella de agua personal (las fuentes estarán cerradas) y la mascarilla puesta e identificada.
- Una vez finalizada la actividad, los/as monitores/as acompañarán a los/as alumnos/as hasta salida de la instalación que se realizará por la Puerta Nª 3.
- Siguiendo el Protocolo establecido por el Área de Deportes del Ayuntamiento de La Zubia, solo podrán acceder a la instalación alumnos/as, monitores/as y personal colaborador de la actividad.
- Los vestuarios de las instalaciones no se podrán utilizar como tal, tan solo estarán abiertos para acceder a los aseos.
- Solo estará permitido el acceso a los aseos a una sola persona a la vez, debiendo comunicarlo el/la alumno/a previamente a su monitor/a. Los aseos serán desinfectados con asiduidad.
- El/la alumno/a tendrá cuidado de no tocar en lo posible objetos o equipamiento de uso colectivo y superficies de contacto más frecuente como pomos, puertas de accesos, pasamanos, barandillas y otros elementos de similares característica.
- Se deberá extremar el uso de papeleras y contenedores para arrojar cualquier tipo de desperdicio.
- Desde la entrada hasta la salida, los/as monitores/as velaran por que se cumpla todo lo establecido en este protocolo.

## USO DE LA MASCARILLA



- Siguiendo con lo establecido por las autoridades sanitarias para la prevención del COVID-19, todos/as los/as alumnos/as deberán usar la mascarilla hasta el momento de comenzar la actividad física.
  - En los momentos de reunión (estiramientos, explicación de la actividad, etc.) los/as alumnos/as deberán llevar puesta la mascarilla salvo que sea posible mantener la distancia de seguridad.
  - Los/as monitores/as usaran la mascarilla en todo momento.
- Los alumnos/as deben mantener la mascarilla en su mochila, bolsa o sobre identificado cuando no sea requerido su uso.

## DESINFECCIÓN DE MATERIALES

- Diariamente se realizará una desinfección con productos autorizados de todos los materiales que se usen para impartir las clases (vallas, conos, aros, etc.) antes y después de la actividad.
- Los/as monitores/as se lavarán las manos con gel hidroalcohólico al finalizar la desinfección de los materiales.

## DESARROLLO DE LA ESCUELA DE ATLETISMO

En lo que al entrenamiento se refiere, se aplicarán los protocolos, consejos y recomendaciones de la Real Federación Española de Atletismo y Federación Andaluza de Atletismo:

- Los/as alumnos/as, monitores/as y resto de personal mantendrán las pautas estrictas de aseo personal, conducta y cuidado para evitar contagios.
- Los/as monitores/as de la Escuela de Atletismo desarrollarán las clases cumpliendo las normas de distancias, aforos, grupos, horarios establecidos y minimizando el contacto.
- El entrenamiento se realizará de manera individual, no habiendo contacto entre el monitor/a y el alumno/a, ni siquiera para ayudas o correcciones y manteniendo una distancia de seguridad mínima de dos metros en situación de parado.
- Todas las clases se realizarán al aire libre (pista de atletismo y pista polideportiva).
- Durante los entrenamientos se mantendrá en todo momento las distancias de seguridad establecidas por las autoridades sanitarias.
- Se respetarán en todo momento los horarios y espacios de entrenamiento asignados a los/as alumnos/as por los/as monitores/as.
- La separación entre personas, como norma general, será mayor en el entrenamiento que en situaciones sociales ya que el sudor y el movimiento hacen que puedan llegar gotas más allá de lo que establecen las pautas generales. Esta distancia será de un mínimo de 5 metros y se aumentará siempre que se pueda para cualquier tipo de entrenamiento (carrera, saltos, etc.).
- Los positivos por COVID-19, aun siendo asintomáticos, no podrán iniciar la práctica deportiva.
- Se recomienda realizar una vigilancia activa de síntomas y llevar a cabo un registro de la temperatura corporal. Ante cualquier síntoma o en caso de sospecha de estar infectado por COVID-19, haber estado en contacto con personas infectadas o bajo sospecha de estarlo, se debe evitar cualquier actividad y ponerse en contacto inmediatamente con los servicios sanitarios y seguir todas sus indicaciones.
- Antes y después de los entrenamientos es muy importante lavarse las manos con agua y jabón o gel hidroalcohólico. Se recomienda el uso de las soluciones hidroalcohólicas en botes de uso individual (tiempo recomendado: 30-40 segundos) y se insistirá en el lavado de manos con agua y jabón (tiempo recomendado: 40-60 segundos).
- Se respetará el aforo establecido por las autoridades sanitarias en cada momento en la instalación deportiva donde se desarrollen las clases.
- Será importante hidratarse frecuentemente, utilizando botellas de uso individual.
- Al no estar permitido el uso de vestuarios, los/as alumnos/as deberán asistir y volver del entrenamiento con la misma ropa. Al llegar a la zona de residencia, se recomienda lavar toda la ropa y desinfectar el calzado utilizado.
- Los/as alumnos/as no compartirán bebidas, alimentos u otros productos. Han de utilizar botellas de uso individual.
- Se han de respetar en todo momento los horarios y espacios de entrenamiento asignados para cada grupo.
- Se respetarán y cumplirán todas las medidas de seguridad indicadas por el Ministerio de Sanidad y las indicaciones de los/as monitores/as y personal responsable de las instalaciones deportivas.

## **DOCUMENTACIÓN QUE SE TIENE QUE APORTAR**

Todos/as los/as alumnos/as de la Escuela de Atletismo deben aportar la Declaración de Responsabilidad y el Formulario de Localización Personal, tal y como establecen las Autoridades Sanitarias.

Dichos documentos se podrán descargar en la página del club ([clubdeportivolazubia.com](http://clubdeportivolazubia.com)). Estos documentos se deberán enviar a la dirección de correo [deportivolazubia@hotmail.es](mailto:deportivolazubia@hotmail.es)

En caso de que no sea posible enviar dichos documentos por correo electrónico, se deberán entregar a los/as monitores/as el primer día de entrenamiento, ya que es un requisito imprescindible para poder acceder a la instalación.

Todos los datos recogidos en el Formulario de Localización Personal serán custodiados durante 14 días, tal y como está establecido por la autoridad competente.