



## EXCMO. AYUNTAMIENTO DE ARENAS DE SAN PEDRO

### PLAN DE CONTINGENCIA ESCUELA DEPORTIVA DE GIMNASIA RITMICA

El presente documento es el protocolo de referencia y obligado cumplimiento para todos los deportistas.

Este entrenamiento se realizará en grupos de hasta 20 personas como máximo y sin sobrepasar el 50% de su aforo y sesiones cortas, y cumplirán las medidas de prevención e higiene establecidas por las autoridades sanitarias frente al COVID-19: distancia de seguridad de 2 metros, lavado frecuente de manos, protecciones sanitarias.

Los responsables de los centros de entrenamiento se encargarán de que se cumplan todas las medidas de prevención y desinfección de las salas de entrenamiento.

- **Medidas de prevención para la vuelta a los entrenamientos:**

Antes de comenzar con el entrenamiento, se hará llegar a cada gimnasta horarios y grupos provisionales para ir haciendo el retorno de forma progresiva y segura.

Habrán distintos turnos no consecutivos para evitar la concentración de deportistas en las puertas, y permitir la desinfección de las distintas zonas y material utilizado en la clase anterior. Los grupos de entrenamiento no tendrán más de 20 gimnastas por turno.

El gimnasta que comience sus entrenamientos está obligado a cumplir las normas de actuación establecidas para el retorno a la normalidad. El no cumplimiento podrá ser motivo de expulsión hasta que la situación vuelva a la normalidad.

Si algún gimnasta tiene algún tipo de síntoma compatible con Covid 19 no podrá asistir a entrenar hasta ver su evolución. Es necesario que se informe de forma responsable sobre los mismos a los técnicos.

- **Plan de actuación:**

Para la entrada los gimnastas accederán SOLOS a la instalación se accederá siempre con mascarilla por la puerta lateral derecha. En la entrada habrá un control de temperatura previo y no podrá acceder ningún familiar al recinto. Se solicita a las familias que el tiempo que tengan que estar esperando para proceder a la entrada se mantenga las distancias de seguridad.

Se establecerán 3 grupos de entrenamientos siendo los horarios los siguientes: 17:30 a 18:25 / 18:30 a 19:25 / 19:30 a 20:25. Es imprescindible para evitar aglomeraciones y asegurar la distancia de seguridad cumplir de manera exhaustiva con los horarios establecidos.

En el caso de tener una temperatura superior a 37,5º no podrá acceder al recinto, dentro del mismo la profesora podrá tomar la temperatura en cualquier momento y del mismo modo si alguna gimnasta tiene una temperatura superior a 37,5º se llamará al teléfono de contacto que se haya facilitado en la matrícula y tendrá que recogerlo en un plazo máximo de 30 minutos.



## **EXCMO. AYUNTAMIENTO DE ARENAS DE SAN PEDRO**

Las gimnastas deberán venir cambiadas de sus domicilios, se habilitará una zona 0 para que dejen las pertenencias que traen de la calle (zapatos...etc.). Esta zona 0 se higienizará cada día y en cada cambio de turno.

Se crearán distintas zonas de entrenamiento en las instalaciones de práctica deportiva, asignadas a cada grupo de deportistas.

Se permitirá el uso de los aseos solamente en casos de necesidad justificados, y para ello se deberán tomar todas las medidas higiénicas establecidas para el acceso y la salida de la zona de entrenamiento. Se pueden usar vestuarios si es imprescindible.

### **MEDIDAS GENERALES DE ACTUACIÓN DURANTE LA PRÁCTICA GIMNÁSTICA.**

Tanto para el trabajo individual, como para los técnicos, será necesario el uso de mascarilla siempre que la actividad lo permita, y se mantendrá siempre la distancia de seguridad.

El espacio de distribuirá para el entrenamiento individual con colchonetas individuales o esterillas respetando la separación de seguridad, y se usará una toalla para el sudor. Estas deberán ser desinfectadas diariamente tras su uso.

No se podrá compartir bebidas, ni botellas de agua, así como todos aquellos utensilios de uso personal.

En la medida de lo posible, se evitará el uso de material común. Si fuera necesario su uso, este material deberá ser higienizado antes y después de ser utilizado por el gimnasta, con las medidas higiénicas mínimas que debe haber en la zona de material deportivo.

Para la manipulación de aparatos o trabajo en aparatos, habrá desinfectante de uso común, que a la vez hará el papel de desinfectante.

Después de finalizar los entrenamientos se debe evitar coincidir con otros participantes, estableciendo un margen de tiempo suficiente para realizar las tareas de limpieza o desinfección.

En el caso de confinamiento grupal las clases se seguirán impartiendo de manera online en la misma disposición que el horario inicial.