



## S.D. As Xubias – Escuela de Piragüismo A Coruña

### ACTUALIZACIÓN PROTOCOLO 15 JUNIO 2020

**SE RESPONSABLE** y cumple todas las indicaciones.

Antes de acudir al club, revisa que no tengas síntomas o sospechas de la enfermedad (fiebre, tos, fatiga...) comunicalo a tu médico de cabecera, informa al entrenador y no vengas al club.

#### ACCESO A LAS INSTALACIONES

- Cualquier medio de transporte que se utilice ( bicicleta, patinete... ), deberá quedar fuera del hangar.
- Las puertas del hangar permanecerán siempre abiertas durante el horario de entrenamiento.
- Debes utilizar mascarilla desde el momento del acceso al club, durante el tiempo de embarque y el tiempo de desembarque hasta que, salgas de las instalaciones del club.
- Podrán acceder al club los deportistas menores de edad acompañados de un adulto responsable.
- Se asistirá a los entrenamientos únicamente en los horarios programados para cada categoría.
- Desinfectamos las manos antes de empezar y al terminar el entrenamiento.
- Podemos utilizar los **vestuarios** con un máximo de aforo ( duchas y aseos no están permitidos)
- La mochila se dejará en el lugar habilitado para ello, dejando el deportista todo en su interior.
- El **gimnasio** se utilizará dentro de los horarios establecidos para cada categoría, cumpliendo aforo y medidas de desinfección de uso.
- Mantener **distancia de seguridad** con los compañeros en tierra (1,5 metros).

#### ACCESO AL HANGAR Y ENTRENAMIENTOS

- El control de acceso al hangar estará a cargo del entrenador del club manteniendo siempre la distancia mínima de 1,5 metros permaneciendo el mínimo tiempo posible para coger barco, chaleco y pala.
- Al entrar en el hangar tendrás un dispensador de hidrogel para que, cada deportista pueda desinfectarse las manos antes de coger su material.



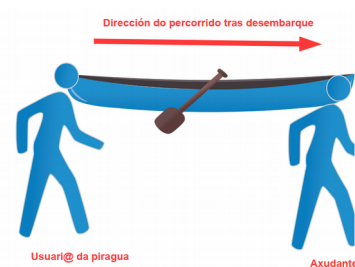
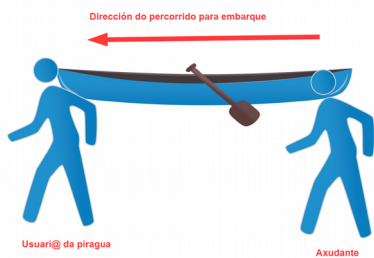
## S.D. As Xubias – Escuela de Piragüismo A Coruña

- Las piragüas almacenadas estarán desinfectadas antes de que los deportistas puedan utilizarlas.
- En el club **sólo estarán los deportistas que tienen turno de entrenamiento.**



### NORMAS DE ACCESO AL AGUA

- Siempre de forma escalonada y guardando la distancia de seguridad ( mínimo 1,5 metros).
- La mascarilla se utiliza hasta que estés en el barco, momento en el que la podrás retirar hasta el momento del desembarque.
- En el caso de que 2 deportistas transporten una piragüa, el deportista que vaya a usar la embarcación irá en la proa y el ayudante en la popa, esto facilitará la distancia de seguridad.
- A la hora de desembarcar, será al revés, el que ayude cogerá la proa y el usuario del barco lo cogerá por la popa.





## S.D. As Xubias – Escuela de Piragüismo A Coruña

### NORMAS DE REGRESO AL HANGAR

- La salida del agua al hangar será escalonada y guardando siempre la distancia de seguridad (mínima 1,5 metros) y con la mascarilla puesta de nuevo.
- Al acabar el entrenamiento limpia todo el material siempre respetando las medidas de distanciamiento y las indicaciones del entrenador.
- Una vez guardado el material, desinfecta las manos con hidrogel y sigue con las mascarilla puesta.
- Recoge la mochila , cámbiate con rapidez y abandona las instalaciones del club.
- Al finalizar la jornada, el entrenador desinfectará todo el material utilizado, pomos, puertas... para que todo quede perfecto para la siguiente jornada.

### OBSERVACIONES DE OBLIGADO CUMPLIMIENTO

- ✓ Los deportistas no podrán compartir alimentos, bebidas o similares.
- ✓ Los deportistas que tengan pala propia la podrán dejar dentro de su barco llevándose a casa el resto de material propio ( chalecos, cubrebañeras...).
- ✓ Los deportistas no podrán compartir alimentos, bebidas o similares.

**Caseta exterior:** Los usuarios serán los encargados de la desinfección de su material y puertas de acceso dejando únicamente en la caseta barcos, caballete y su pala que tiene que quedar dentro de su embarcación, llevándose a casa el resto de material propio.