



NORMATIVA PARA LA PREVENCIÓN DEL COVID-19

ACTIVIDADES DIRIGIDAS

Para garantizar la salud y seguridad, solicitamos su colaboración para cumplir la siguiente normativa:

DURACIÓN DE LAS CLASES

Las clases de las actividades tendrán una duración de 50 minutos.

Antes del comienzo de cada clase, cada usuario/a deberá reforzar la desinfección durante 5 minutos del material que se vaya a utilizar y los últimos 5 minutos finales desinfectará el material que se haya utilizado.

En las clases de 30 minutos se emplearán 3 minutos antes y después para la desinfección del material.

El monitor/a supervisará que todo el material se haya limpiado y se encargará de desinfectar el espacio que haya necesitado para impartir la actividad.

Se va a utilizar el menor material posible, procediéndose a la retirada de las colchonetas, balones y máquinas insi-line y ventiladores de la sala de spinning. Se han deshabilitado las fuentes de agua.

AFORO DE LAS SALAS

Las instalaciones se han adaptado para el cumplimiento de la normativa vigente (sin incluir a los monitores):

- **Sala 0:** 15 personas.
- **Sala 1:** 15 personas.
- **Sala GAF:** 15 personas.
- **Sala de Artes marciales:** 15 personas.
- **Sala de Spinning:** 15 personas.
- **Sala de Multiactividad:** 15 personas.

DISTANCIA INTERPERSONAL

Cada usuario/a dispondrá de una superficie marcada de 5m².

El monitor/a supervisará que se utilizan los espacios asignados y mantendrán la distancia, suprimiendo toda corrección que implique contacto físico.

En caso de realizar circuitos, se cambiará de ejercicio, pero no de estación.

ACCESOS

El acceso a las salas 0 y 1 será por la puerta cercana al bar de invierno.

El acceso a la sala de GAF y de Artes marciales será por la escalera metálica contigua a la zona de taquillas.

Se han marcado y señalizando las direcciones para los accesos y los tránsitos. Es indispensable mantener la distancia social tanto a la entrada como en la salida de cada instalación.

MASCARILLA

Cada usuario/a y monitor/a accederá a la clase con mascarilla y se la pondrá al terminar la clase.

Para dejar la mascarilla, se han habilitado estanterías.

Se recomienda aislarla del contacto de otros elementos comunes (a través de un estuche, sobre, etc) y sustituirla cuando esté sucia o deteriorada.

MEDIDAS DE HIGIENE

En cada clase se dispondrá de una alfombra bactericida, dispensadores automáticos de gel hidroalcohólico, pulverizador virucida y bobinas de papel para la limpieza de elementos. También se contará con una mopa para limpiar el suelo, por parte del monitor/a, a la finalización de cada clase.

Cada monitor/a que lo requiera dispondrá de una diadema con micrófono personal.

En las clases en las que sea necesario, será obligatorio llevar su propia esterilla, una toalla suficientemente grande para tapar toda la esterilla o aparato sobre el que vaya a realizar ejercicios y una botella de agua personal. Tras la experiencia del verano, a las personas que no lleven esterilla (en las clases en las que sea necesario) no se les permitirá el acceso a clase.

En la sala de Spinning cada usuario/a deberá desinfectar su bici antes y después de comenzar la clase.

Es indispensable extremar las precauciones de higiene personal. Del mismo modo se deberá evitar tocarse las manos los ojos, nariz y boca.

Al sufrir un estornudo, o tos, se deberá apartarse del resto de compañeros y taparse con el brazo aun llevando mascarilla.

Por parte de CD Amaya se procederá a la limpieza y desinfección de todas las instalaciones de la forma regulada por las autoridades sanitarias.

MATERIAL DEPORTIVO Y CALZADO

Se recomienda utilizar material deportivo y calzado exclusivo para las actividades del club.

Es altamente conveniente lavar cada día todo el material deportivo a 60 grados.

VENTILACIÓN DE LAS SALAS

Siempre que la climatología lo permita, las ventanas de las salas permanecerán abiertas. En el caso de que no sea posible, se ventilarán con frecuencia al menos durante 10-15 minutos.

USO DE VESTUARIOS Y DUCHAS

Al objeto de garantizar la seguridad y la limitación de aforos, recomendamos venir cambiados de casa y en la medida de lo posible, evitar ducharse en las instalaciones.

NORMATIVA PARA LA ESCUELA DE NATACIÓN

- Uso obligatorio de mascarilla a partir de los 6 años hasta comenzar el cursillo.
- Se ha establecido un circuito de entrada y salida en la piscina, que se deberá cumplir.
- Al compartir el acceso de la piscina con el squash y gimnasio, no se permitirá la estancia de gente en los miradores a la piscina.
- Las gradas de las piscinas de 25 y 50 m quedarán deshabilitadas por prevención sanitaria.
- Los monitores de los cursillos recogerán a los niños/as en la puerta de vestuarios para acceder a la piscina, y al finalizar la actividad los acompañarán de vuelta a los vestuarios. Una vez que se haya accedido al vestuario en grupo, se recogerá al siguiente turno y así, sucesivamente.
- El material que se proporciona para el desarrollo de la actividad, será de uso exclusivo del niño/a durante la clase, sin posibilidad de intercambio con los demás niños/as. Desinfectándose tras su uso.
- Se recomienda traer una bolsa de plástico individual para aislar sus pertenencias y a la vez guardar la mascarilla adecuadamente.

DECLARACIÓN RESPONSABLE

Para garantizar el cumplimiento de la normativa, todas las personas inscritas en alguna actividad dirigida y al bono multiactividad deberán firmar, antes del inicio del curso, una declaración responsable con el consentimiento de la normativa de prevención que se adjunta (Anexo 1). Esta declaración rellena y firmada se puede mandar al mail: info@cdamaya.com, entregarla en recepción o al monitor al comienzo del curso.