

## PROCOLO COVID-19

# ESCUELA DEPORTIVA MUNICIPAL DE GIMNASIA EN EL AGUA PARA PERSONAS MAYORES

<b>Escuela Deportiva</b>	GIMNASIA EN EL AGUA PARA PERSONAS MAYORES
<b>Espacio deportivo</b>	Piscinas climatizadas – Vaso de aprendizaje
<b>Ubicación</b>	Polideportivos “Parque del Sureste” Y “Cerro del Telégrafo”
<b>Aforo máximo por calle</b>	Alumnado: 10 Profesorado: 1
<b>Uso de Mascarilla:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Obligatoria en todo momento, incluso durante la práctica de actividad física dentro del agua.</b></li> <li>- <b>Para mayor seguridad se recomienda utilizar modelo FFP2</b></li> </ul>
<b>Horario de las clases</b>	<p>Las clases tendrán una duración de 40 minutos. Se anticipará la salida del agua, en 5 minutos, con el fin de evitar aglomeraciones en los vestuarios.</p> <p>Se han realizado modificaciones en los horarios para <b>evitar aglomeraciones en los vestuarios.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Polideportivo Cerro del Telégrafo:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ LUNES Y MIÉRCOLES: 11:10h a 11:50h (<i>antes de 11:20 a 12:00h</i>)</li> <li>✓ LUNES Y MIÉRCOLES: 13:20h a 14:00h (<i>antes de 13:30 a 14:10h</i>)</li> <li>✓ MARTES Y JUEVES: 12:50 a 13:30h (<i>antes de 13:30 a 14:10h</i>)</li> <li>✓ VIERNES : 10:30 a 11:10h</li> </ul> </li> </ul> <p><i>(EN CASO DE NECESIDAD: ampliación de horarios para cumplir con los aforos durante la existencia COVID19. Se podrá cambiar de horario pero siempre en los mismos días de su grupo de inscripción. Se explicará el primer día de clase).</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ LUNES Y MIÉRCOLES: 12:40h a 13:20h</li> <li>✓ MARTES Y JUEVES: 9:55 a 10:30h</li> <li>✓ MARTES Y JUEVES: 11:10 a 11:40h</li> <li>✓ VIERNES : 9:55 a 10:30h</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Polideportivo Parque del Sureste</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ VIERNES : 9:30 a 10:10h</li> <li>✓ VIERNES : 10:50 a 11:30h</li> </ul> </li> </ul> <p><i>(EN CASO DE NECESIDAD: ampliación de horarios para cumplir con los aforos durante la existencia COVID19. Se explicará el primer día de clase).</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ VIERNES : 11:30h a 12:10h</li> </ul>



<p><b>Vestuarios</b></p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Debido a la existencia de aforos, la estancia en los vestuarios será durante el <b>mínimo tiempo posible</b>.</li><li>- Se aconseja acudir a la instalación con el bañador ya puesto desde casa.</li><li>- Mantener 1,5m de distancia de seguridad interpersonal</li><li>- Obligatorio el uso de mascarilla en el interior de los vestuarios</li><li>- No se pueden utilizar ni los secamanos, ni las taquillas, ni las duchas, <b>ni traer de casa secadores propios</b>.</li></ul> <ul style="list-style-type: none"><li>• <b><u>Hora de entrada al vestuario:</u></b> NO ANTES de 10 minutos de la hora de comienzo de la clase.</li><li>• <b><u>Hora de salida del vestuario:</u></b> transcurridos 10 minutos desde la finalización de la clase.</li></ul> <p><b>Parque del Sureste:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• El aforo es de 6 personas por vestuario.</li><li>• Se han habilitado las zonas de ducha con bancos y sillas, donde podrán cambiarse hasta 5 personas.</li></ul> <p><b>Cerro del Telégrafo:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• El aforo total en vestuarios es de 30 personas en el vestuario femenino y 30 personas en el vestuario masculino, habiéndose habilitado bancos en la zona de duchas para facilitar el cambio de ropa.</li></ul>
<p><b>Accesos de entrada/salida VESTUARIOS Circulaciones</b></p>	<p>Las circulaciones por la instalación son comunes para todas las personas usuarias y atenderán a las normas generales marcadas.</p> <p>Se evitarán las agrupaciones de personas en los viales</p> <p><b>Parque del Sureste:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• <b><u>Entrada:</u></b> Se accederá a los vestuarios por la zona de los tornos.</li><li>• <b><u>Salida:</u></b> Hacia la izquierda, en dirección contraria a los tornos. Siguiendo la línea marcada y abandonando de manera inmediata la instalación deportiva.</li></ul> <p><b>Cerro del Telégrafo:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• <b><u>Entrada:</u></b> Se entrará a los vestuarios por el torno que se encuentra más cercano al vestuario femenino.</li><li>• <b><u>Salida:</u></b> Se realizara por el torno que se encuentra más cerca del vestuario masculino. Siguiendo la línea marcada y evitando agrupaciones de personas en los viales y abandonando de manera inmediata la instalación deportiva.</li></ul>
<p><b>Forma de acceso a la instalación deportiva en horario de mañana</b></p>	<p><b>Cerro del Telégrafo y Parque del Sureste:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Acceder y abandonar el Polideportivo por la puerta situada en la <b>zona del aparcamiento</b>, siguiendo las indicaciones de circulación.</li><li>• Las personas con DIVERSIDAD FUNCIONAL podrán acceder a la instalación deportiva por cualquiera de las dos puertas existentes, teniendo en cuenta los horarios de apertura y cierre de dichos accesos.</li></ul>

**Aseos**

- Se dispondrá de un aseo para uso masculino y otro aseo para uso femenino.
- Aforo: máximo 1 persona.

**Normas específicas para la impartición de la Escuela de AQUAFIT en las piscinas climatizadas municipales.**

1. Todas las personas participantes deberán haber cumplimentado y entregado a la Concejalía de Deportes, el documento de DECLARACIÓN RESPONSABLE.
2. Respeto de la distancia mínima de 1,5 metros entre personas: al entrar y salir de la piscina, en la circulación por el espacio, en la ejecución de los ejercicios, en las explicaciones de los ejercicios, en vestuarios, etc.
3. Al entrar en el hall de la instalación, se recomienda el uso de hidrogel en las manos.
4. Cada persona usuaria llevará **una bolsa de plástico o tela**, donde guardará su mochila y pertenencias, las cuales se depositarán en una zona delimitada a tal efecto EN EL INTERIOR de la piscina.
5. Se podrá utilizar material siempre que no sea compartido. Al finalizar la jornada, todo el material será desinfectado.
6. Al finalizar, el personal docente procederá a desinfectar el material utilizado y rociar de spray desinfectante las posibles zonas de contacto compartido de los bancos y pasamanos de las escaleras de los vasos.
7. Control de asistencia exhaustiva de manera nominativa y la especificación de la fecha para favorecer el rastreo en caso de detectar un positivo en covid 19.