



REAPERTURA DE INSTALACIONES DEPORTIVAS. FASE 1.
PISTAS DE ATLETISMO DEL ESTADIO BLAS INFANTE
PISTA DE TENIS DEL POLIDEPORTIVO MUNICIPAL « ANTONIO CARRO »
NORMAS GENERALES

Reserva de uso

- La condición de socio o abonado individual durante el estado de alarma, y hasta la vuelta a la normalidad, ha quedado suspendida, bonificándose posteriormente el tiempo que los beneficiarios no la hayan podido disfrutar.
- A partir de la fecha de reapertura y hasta final de mes, las reservas se harán con cita previa a través del e-mail reservas.pmd@ayamonte.es.
- A partir del 1 de Junio, todos los usuarios que accedan a la instalación deberán hacerlo reservando una hora con cita previa, a través de la plataforma de reservas del Patronato Municipal de Deportes, cuyo enlace se facilitará en breve.
- La cita previa será obligatoria y a su vez se plantea para tener un control de los usuarios y evitar desplazamientos innecesarios, ya que el aforo para acceder a la instalación es muy limitado.
- El pago de la reserva deberá realizarse a través de medios electrónicos. No está permitido el pago en metálico.
- Se aplicarán las tasas aprobadas anualmente por el Ayuntamiento de Ayamonte, utilizándose los mismos criterios establecidos en las mismas hasta la fecha del estado de alarma.
- En caso de haberse realizado la reserva y el correspondiente pago, no se devolverá el mismo, ni tampoco le servirá para otro uso posterior. Las reservas serán de uso personal e intransferible.
- Se podrá reservar hasta 48 antes, una vez al día, en un intervalo de 7 días y con un máximo de 3 días.

¿Cómo deben venir a la instalación?

- Traerán su propia mascarilla, a ser posible quirúrgica.
- **Provisto de guantes**
- No presentar síntomas compatibles con COVID-19.
- No haber estado en contacto con un positivo.
- Si dió positivo, al menos deberá tener 21 días de ausencia de síntomas desde entonces o prueba negativa PCR.
- Se medirá la temperatura antes de salir de casa. No deberá asistir si supera los 37,5 °C.
- Deberá acudir sólo, sin acompañante.
- Deberá retirarse pulseras, collares o pendientes al haberse demostrado que el coronavirus permanece sobre superficies metálicas durante días.

Acceso a la instalación

- Los usuarios deberán permanecer en la puerta principal de entrada guardando la distancia de seguridad, de al menos 2 metros, hasta la hora de su reserva. Para ello se realizarán marcas en el suelo, líneas delimitadoras para esperar turno de acceso (mínimo 2m de separación).
- Deberán ser puntuales, una vez cerrada la puerta no se podrá acceder al espacio reservado.
- Las puertas de acceso a la instalación y gimnasio deberán estar abiertas con el fin de que no se toquen pomos y manillas.
- El torno no se podrá utilizar, por lo que estará permanentemente abierto.
- El control de los abonados será a través de las citas establecidas y con la presentación del DNI o documento similar.
- Los usuarios deberán llevar una pequeña mochila para guardar sus pertenencias. (DNI, teléfono, agua, etc.).
- Antes de entrar en el recinto deportivo, deberán desinfectar los zapatos (zapatillas de deporte) con la solución desinfectante que estará disponible en la entrada al recinto deportivo, debiendo posteriormente pasar por la alfombra habilitada para tal fin.





Generalidades

- El acceso y práctica será exclusivamente INDIVIDUAL. No podrán acceder ningún tipo de "grupo" (Escuelas, Cursos, etc.). No estará permitido el uso de los vestuarios.
- Los baños permanecerán cerrados, a no ser que sea por una urgencia. No obstante, se abrirá una zona de WC en cada franja horaria. Los WC se deberán descargar con la tapa bajada para evitar la propagación de microgotas.
- A los colectivos de riesgo (mayores de 60 años, personas con enfermedades cardiovasculares, hipertensión arterial, pulmonares crónicas, diabetes, cáncer o inmuno-depresión y embarazadas), se recomienda que no asistan a la instalación.
- Habrá pañuelos de papel en la pista .
- No estará permitida la entrada a la instalación de elementos y objetos voluminosos.
- En caso de trasladarse en bicicleta se deberán dejar en los aparcamientos exteriores habilitados para tal fin.
- En caso de que se sufra alguna lesión, y tenga que ser atendido por el personal de la instalación o por algún otro usuario, se extremarán las precauciones de higiene y protección.
- Se instalará un dosificador a la entrada de la instalación con gel hidroalcohólico para que los usuarios lo utilicen a la entrada y salida de la misma.
- Depositarán la basura y/o residuos en las papeleras habilitadas en la pista.
- Los deportistas deberán venir con la ropa deportiva de casa o cambiarse en el vehículo con el que asisten al entrenamiento, ya que los vestuarios permanecerán cerrados.
- En caso de venir acompañados, éstos deberán permanecer en las zonas colindantes, nunca dentro de la instalación.
- Para acceder será necesario portar el DNI y/o la Licencia Federativa y encontrarse en el listado de cada turno.
- Los usuarios deberán acceder a la instalación provistos de mascarillas y guantes, que sólo podrán quitársela para realizar la actividad.
- Para ello es recomendable que cada deportista lleve un kit sanitario consistente en mascarilla, guantes, hidrogel desinfectante.
- La distancia mínima de seguridad, con carácter general, será de 2 metros, manteniéndola tanto cuando esté usando la pista, como a la entrada y salida de la misma.
- En la instalación, se recomienda el uso de gorra y gafas (de protección o solares) para evitar llevarse las manos a la cara.
- Cada usuario tiene la obligación de, una vez acabada la actividad que esté realizando, limpiar el material y/o elemento que ha utilizado. Para ello se instalará en la pista un dosificador con desinfectante para la limpieza de los mismos.
- Es obligatorio el uso de toallas, que la deberán de traer cada usuario, para secarse el sudor.
- Se recomienda el uso de guantes cortos, muñequeras y cintas o pañuelos para la cabeza, según que deporte, con el fin de tocarse constantemente la cara para secarse el sudor.
- Se recomienda a todos los usuarios traigan una pequeña botella de agua, que no se comparta con nadie.
- Los pañuelos usados al estornudar o escupir deberán depositarlos en las papeleras.
- Se deberá abandonar la sala a la hora fijada, para permitir la limpieza y desinfección de la misma.
- Para el buen funcionamiento de la instalación se pide una colaboración y respeto de las normas expuestas. Los cuidadores velarán por el cumplimiento de estas normas. En caso de incumplimiento de las normas, el personal encargado de las instalaciones podrá expulsar de las mismas al infractor, lo que podrá ocasionar la inhabilitación para hacer uso de las instalaciones en posteriores días.
- Se deberá seguir y respetar los carteles informativos que indicarán las medidas de seguridad y las normas de actuación.





Recomendaciones generales

- Siempre que tengas la oportunidad, quédate en casa. Muchas partes del entrenamiento se pueden realizar en casa (estiramientos, ejercicios de fuerza y tonificación sin carga externa, etc.)
- Si presentas fiebre, tos, o dificultad para respirar, es mejor no entrenar y descansar. No salgas de casa y consulta a tu médico.
- Una alimentación sana y equilibrada, además de mejorar nuestro rendimiento deportivo, nos ayudará a tener un sistema inmunitario más fuerte.
- Utiliza material de protección en la medida de lo posible
- Evita aglomeraciones, lugares públicos y zonas recreativas
- Mantén la distancia interpersonal.
- Si tienes que tocar algún tirador, pomo o similar hazlo con la mano no dominante para evitar tocarte la cara y/o los ojos.
- Al llegar a casa, limpia y desinfecta el equipamiento deportivo, además de los objetos personales utilizados.

Todas estas medidas se corresponden con la primera fase de desescalada, con las condiciones y el conocimiento que existe actualmente para la prevención de contagios de la pandemia por COVID-19. Se podrán ir modificando estas medidas si las autoridades sanitarias así lo exigieran, o por operatividad en el funcionamiento de la instalación, por lo que el documento resultante tiene que ser considerado provisional y sujeto a cambios. Que sigamos avanzando y pasar a otra fase depende de la responsabilidad individual de cada uno. Seamos responsables y cumplamos la normativa y las recomendaciones de las autoridades sanitarias.

