

## PROTOCOLO DE LA ACTIVIDAD PUESTA EN FORMA

Dada la situación actual y la vuelta paulatina y progresiva a la “nueva normalidad” post COVID-19, el SUPER AMARA Bidasoa Atletiko Taldea ha decidido modificar y adaptar la oferta de **Puesta en Forma** para que la actividad pueda realizarse con seguridad. Creemos que son medidas necesarias y coherentes con la situación siempre garantizando la seguridad como primer principio. El responsable general del club es Ibon Muñoz y la responsable de la actividad es Susana Ruiz.

A continuación pasamos a detallar la nueva oferta para esta temporada 2020-21:

### • **Nuevas medidas preventivas:**

- La monitora irá protegidos con mascarilla en todo momento y guantes cuando sea necesario.
- La monitora controlará la limpieza y buen uso del material, limpiando y desinfectándolo antes y después de cada uso.
- La monitora recordará la importancia de la limpieza de manos de todos.
- La participación se limitará a un número total de 10 clientes por sesión.
- Antes del comienzo de la actividad se llevará a cabo un control de temperatura de cada usuario mediante termómetro infrarrojo sin contacto. En caso de superar la temperatura de seguridad de 37º no se le permitirá hacer la actividad ese día.
- Antes del comienzo de la actividad se proporcionará hidrogel para la limpieza de manos a todos los usuarios.

### • **Antes de desplazarse a la instalación:**

- No acudir si presentas cualquier sintomatología asociada al COVID-19 (tos, fiebre >37º, dificultad respiratoria, pérdida de gusto u olfato, diarrea,...)
- No acudir si has estado en contacto con personas afectadas del COVID-19. No acudir por un espacio de al menos 14 días.
- No acudir a la instalación si estás dentro de un grupo de riesgo por edad, por embarazo o padecer afecciones médicas como (hipertensión arterial, enfermedades cardiovasculares, diabetes, enfermedades pulmonares, cáncer o inmunodepresión entre otras).

### • **Durante la actividad:**

- Los clientes tendrán que venir con la ropa deportiva vestida desde casa y no se podrán duchar en la instalación.
- No estará permitido el uso de taquillas.
- Será obligatorio el uso de mascarilla siempre que no se esté realizando actividad física. Es decir, en el acceso, antes de comenzar y salida de la instalación; durante la actividad se la podrán quitar.
- Se deberá desinfectar todo el material utilizado (vallas, vallitas, balones medicinales, material de gimnasio, bosus, fitballs...) con los sprays desinfectantes y trapos disponibles y posteriormente guardar el material en su sitio.
- Todos los usuarios deben extremar al máximo las medidas de higiene de manos.

- **Medidas higiénicas personales:**

- Se facilita y recomienda el lavado frecuente de manos con agua y jabón en los baños.
- Evitar tocarse la cara y los ojos en todo momento.
- Recordar cubrirse la boca y nariz al toser o estornudar con un papel desechable o la parte interna del codo o mano que después habrá que lavarse.
- No se compartirá ni comida, ni ningún tipo de bebida (botellas o bidones) con otro usuario.
- Se deberá asistir a la actividad cambiado con la ropa de entrenar y se irá del mismo modo sin cambiarse.

- **ACTUACIÓN DEL BIDASOA ATLETIKO TALDEA EN DIFERENTES ESCENARIOS:**

- *CASOS CONFIRMADOS DE COVID-19:*

En caso de haber un positivo de un cliente de la actividad, el club se pondrá a disposición de los servicios de Osakidetza y autoridades sanitarias (rastreadores/as) y se facilitará la información solicitada de personas de contacto.

- *SÍNTOMAS COVID-19 DURANTE LA ACTIVIDAD:*

El club avisará a la familia para que recoja a la o el deportista. La familia contactará con su centro de salud, donde se valorará la situación. Hasta su valoración, se mantendrá a la persona aislada. Si se presentan los síntomas de la enfermedad en el resto del personal del club o compañeros de entrenamiento, deberán irse también a su domicilio y seguir las mismas recomendaciones.

- *COMUNICACIÓN CON LAS FAMILIAS:*

Ante un caso o situación vinculada a COVID-19 sucedido en el seno de la entidad, las familias serán puntualmente informadas por el club, vía mail / whatsapp / llamada telefónica por el club.