

RECOMENDACIONES PARA LOS ALUMNOS DE ACTIVIDADES DIRIGIDAS EN EL INICIO DE LA TEMPORADA 2020-2021

El siguiente documento se redacta como una guía para todos los alumnos que van a disfrutar de las actividades dirigidas impartidas en el Polideportivo Rey Felipe VI y en la Sala de Espejos del Pabellón Príncipe Don Felipe.

Ante la emergencia sanitaria provocada por el COVID-19 tenemos que tener muy clara nuestra forma de actuar a la hora de acceder a los diferentes espacios donde realizaremos las actividades. Necesitaremos que todos los usuarios tengan claras todas las medidas higiénicas, ya que será imprescindible para llevar a cabo las actividades de una forma sana, segura y saludable.

A continuación se van a detallar las acciones que la empresa Proa, Promoción de Actividades Deportivas S.L. ha desarrollado para sus actividades, que darán comienzo el día 13 de octubre de 2020.

- Hemos de tener en cuenta que el proceso de inscripción ha sido mediante una renovación automática a aquellos que sí que estaban interesados en renovar la plaza. Ahora tenemos que terminar de formalizarlo firmando los documentos que el monitor nos dará el primer día, la hoja de inscripción en la actividad y una declaración responsable.
- El aforo máximo de las clases será de 6 personas en la sala de ciclo y de 10 personas en las salas 2, 3 del Polideportivo Rey Felipe VI y en la Sala de Espejos del Pabellón Príncipe Don Felipe.

Las clases de mañana del Polideportivo Rey Felipe VI se impartirán en el pabellón, repartidas según el cuadrante en dos tercios separados por las cortinas y el espacio central. En estas clases el aforo máximo es de 20 personas, y tendrán que estar separados por dos subgrupos de 10 personas, con una distancia lineal de 3 metros entre subgrupos. El monitor marcará estos subgrupos que habrá que respetar durante el transcurso de todas las sesiones.

- El acceso a las actividades se hará por la puerta de emergencia de la sala de ciclo, no por la entrada principal de la instalación, vamos a evitar aglomeraciones en el hall de entrada.
- Todos los alumnos tendrán que pasar por la alfombra habilitada para desinfectar las suelas del calzado y tendrán que utilizar gel hidroalcohólico antes de cada actividad.
- Los vestuarios de árbitros 1 y 2 (entre la sala 2 y 3) permanecerán habilitados como aseos masculino y femenino, no se podrán utilizar las taquillas y los alumnos deberán asistir cambiados de casa. El uso de los aseos sí está permitido. Deberá procederse a la limpieza y desinfección de los referidos aseos, como mínimo, seis veces al día.
- El uso de la toalla será obligatorio.
- Las actividades serán de 50 minutos de duración. Los 10 minutos restantes se emplearán en ventilar bien la sala y en limpiar los elementos utilizados. Serán los alumnos los que se encarguen de desinfectar cada elemento utilizado (bolas, cintas, pesas, bicis, aros, etc). Desde Proa, Promoción de Actividades Deportivas recomendamos a todos los alumnos que traigan, en la medida de sus posibilidades, su propio material (sobre todo colchonetas de Pilates).
- Las salas estarán delimitadas para que cada alumno utilice su propia parcela sin compartir espacio con sus compañeros. Estas parcelas estarán separadas por la distancia que marca la normativa actual (como mínimo 1,5 metros entre alumno y alumno). Al principio de la clase se cogerá todo el material necesario y se llevará a cada parcela. Al finalizar, se volverá a dejar en el

mismo sitio una vez que el alumno lo haya desinfectado con la solución desinfectante y el papel que estará distribuido por todas las salas.

- El uso de la mascarilla será obligatorio en todos los casos, son instalaciones cerradas y no podemos quitarnos la mascarilla en ningún momento, ni en la sala de ciclo.
- No se pueden introducir mochilas en las salas. Se habilitará un espacio en el exterior para dejar pertenencias sin valor.
- Las ventanas y las puertas de las salas permanecerán abiertas en todo momento.
- El monitor tomará la temperatura a todos los alumnos a la entrada de la clase. La temperatura deberá ser inferior a 37,5°. En caso de que se exceda esa cifra, el alumno no podrá acceder y deberá irse para casa y estar pendiente de su evolución.
- Se deben utilizar las papeleras de las salas para depositar pañuelos y cualquier otro material desechable. Dichas papeleras se limpiarán de forma frecuente.
- Los alumnos deben acceder directamente a las salas de actividades, sin detenerse en otros espacios dentro de la instalación deportiva.
- Se recomienda traer agua para hidratarse en las actividades, las fuentes de la instalación permanecerán cerradas.
- Al finalizar la clase se deberá abandonar la instalación de forma inmediata.

Desde Proa, Promoción de Actividades Deportivas, estamos trabajando cada día para que su experiencia deportiva con nosotros sea lo más confortable y segura posible.

A pesar de esta nueva situación, somos muy conscientes de que el deporte es salud, y seguiremos trabajando en esa línea para satisfacer las necesidades de todos nuestros alumnos.