

ANEXO I

El presente protocolo, determinará recomendaciones y lineamientos generales tendientes a la bioseguridad de las personas para la realización de actividades físicas hasta 10 personas al aire libre en instituciones deportivas marcado por la presencia del COVID – 19.

El presente protocolo será de aplicación en el ámbito de toda la Municipalidad de Magdalena.

El mismo incluye la preparación física individual y asistida en instituciones deportivas sin contacto físico.

CONDICIONES

1) Para el desarrollo de la actividad, en ningún caso el distanciamiento entre personas podrá ser inferior a CUATRO (04) metros. A tal fin, cada deportista contará con un espacio individual previamente demarcado y la actividad a desarrollar por el mismo será personal y sin contacto con los otros deportistas que conformen el grupo de trabajo.

2) Se deberán conformar grupos fijos de trabajo para la preparación física individual, de manera tal que cada grupo de trabajo sea cerrado y sin posibilidad de cambios ni modificaciones, a los fines de mantener identificados los miembros de ese grupo en previsión de la trazabilidad de contagio. Cada grupo de trabajo (en ello se incluye a deportistas, preparador físico, entrenador, etc.) tendrá un turno predispuesto para el trabajo físico, siendo así una “célula” cerrada sin contacto alguno con el resto de los grupos de trabajo.

3) Quedan prohibidas las aglomeraciones de personas, antes, durante o después de la actividad. Evitando la concurrencia de personas que no estén autorizadas a realizar la misma (familiares, acompañantes, amigos, etc.)

4) Sólo se podrá realizar el trabajo en forma individual y sin compartir los elementos de trabajo (pesas, mancuernas, colchonetas, sogas, pelotas, etc.). Si la práctica requiere el uso de elementos, estos deberán ser de uso personal y exclusivo de cada deportista y, al finalizar el entrenamiento, deberán ser debidamente desinfectados.

5) No se podrá compartir recipientes de agua y cualquier otra bebida o alimento.

6) Quedan excluidas de la práctica las personas que presenten cualquier tipo de síntoma compatible con COVID-19 y aquellas con contraindicación médica relativa o absoluta para la actividad física.

7) Las instituciones serán las responsables del cumplimiento de las medidas impuestas por este protocolo, debiendo designar un responsable del control y cumplimiento.

CONDICIONES GENERALES PARA LA PRÁCTICA DE RECUPERACIÓN Y MANTENIMIENTO DEL ESTADO PSICOFÍSICO

a. Para la conformación de los grupos se deberá tener en cuenta que el máximo de concurrentes será de 10 deportistas.

b. La actividad debe realizarse siempre en presencia de un entrenador o preparador físico, quien deberá velar por el cumplimiento de las medidas impuestas en este protocolo.

c. Deberá haber una separación de 30` entre clases para permitir la salida y entrada de los grupos sin aglomeraciones de personas.

d. Se deberá realizar control de síntomas y firma de declaración jurada en el ingreso al club. Cada persona deberá declarar aspectos que hagan a actividades que hubieren llevado a cabo, a los fines de mantener un registro destinado a determinar la trazabilidad epidemiológica y contactos ante un eventual caso positivo de COVID19.

e. El uso de barbijo no quirúrgico será obligatorio de manera permanente, excepto para los deportistas durante el entrenamiento y en su espacio, debiendo volver a colocarse el mismo inmediatamente finalizado el entrenamiento. Los entrenadores y/o preparadores físicos y demás auxiliares deberán mantener colocado el barbijo no quirúrgico en todo momento.

f. No se podrán utilizar los vestuarios ni duchas.

g. En caso de realizar carrera de acondicionamiento físico, la misma deberá realizarse en forma paralela o en diagonal manteniendo la distancia entre los deportistas de CUATRO (04) metros.

h. La hidratación deberá ser individual sin compartir los elementos.

i. No está permitido el uso de dispenser de agua ni canillas por el uso compartido.

j. Se deberá realizar una profunda desinfección de lugares comunes y mobiliario.

k. La actividad debe ser realizada al aire libre o en instalaciones cubiertas con ventilación natural adecuada, manteniendo el factor de ocupación previamente establecido y que permitan la distancia personal ya referida.

l. En el lugar de entrada al predio deportivo se colocará una esterilla, trapo o batea con hipoclorito de sodio al 1% para la desinfección del calzado, disponer un dispenser de alcohol en gel para la higienización de manos, además de un cartel visible indicando la cantidad máxima de personas permitido su ingreso.

DURANTE LA CLASE.

a. Los deportistas deberán mantener la distancia establecida y determinada en el presente, la cual será controlada por el profesor a cargo.

b. Se deberá distribuir de manera adecuada a los deportistas que conforman el grupo de trabajo en los espacios disponibles, de forma tal que la realización de los ejercicios no invada la zona de trabajo de otros deportistas.

c. Dividir los grupos por categorías, especialmente tratándose de menores de edad.

AL FINALIZAR LA CLASE.

a. No ingresará a la institución otro grupo de trabajo hasta en tanto no esté desocupada en su totalidad por el grupo anterior.

b. El margen para que se retiren los alumnos/as será de 10 minutos posteriores al horario de finalización.

c. No tocar los efectos personales (celular, llaves, elementos de la cartera o mochila) durante el viaje o hacerlo lo menos posible. Al llegar al lugar de trabajo se colocarán los efectos personales en un bolso o mochila y estos en un lugar destinado a tal fin. Después del entrenamiento y antes de retirarse se debe sanitizar el lugar.