

PROTOCOLO DE VOLTA AOS ADESTRAMENTOS DURANTE O ESTADO DE ALARMA SANITARIA POLA COVID-19. GRUPO XUVENIL DE PIRAGÜISMO AS PONTES

CONSIDERACIÓNS XERAIS E ACLARACIÓNS PREVIAS. FASE 1

- A práctica do piragüismo estará permitida unicamente aos padexeiros con licenza federativa vixente.
- O acceso á auga dos cadetes e categorías inferiores só estará permitida si na mesma franxa horaria de adestramento hai unha persoa adulta presente.
- Cada padexeiro deberá acudir ao embalse coa licenza federativa que permita a súa identificación.
- Os padexeiros menores de idade poden ir acompañados dun adulto.
- O acceso ao embalse pode realizarse en vehículo privado.

ESTAS NORMAS SON DE OBRIGADO CUMPRIMENTO

O incumprimento dalgunha das normas que abaixo se redactan, implicará automaticamente a denegación de adestramentos mentres dure o estado de alarma.

(Protocolo susceptible a cambios; poderá ser modificado segundo as ordes das autoridades sanitarias.)

Normativa de adestramentos durante a alerta sanitaria

Introdución:

Na última declaración das autoridades anunciouse a posibilidade de que se poidan realizar adestramentos individuais en espazos abertos. O piragüismo é un deporte que se celebra ao aire libre, e polo tanto enténdese que se pode realizar a práctica do mesmo.

Consideracións previas:

- Ante calquera síntoma (tos, febre, dificultade para respirar, etc) que puidese estar asociada á covid-19, non se debe acudir ao club, ante esta situación tense que contactar coas autoridades sanitarias.
- Si algún membro do club estivo en contacto ou convivindo con persoas con síntomas ou afectadas pola covid-19, debe esperar como mínimo 14 días antes de poder vir adestrar ao club.
- Cada padexeiro antes de saír de casa deberá tomarse a temperatura para asegurarse de que non ten febre.

Obxectivos:

Elaborar un protocolo de actuación para coordinar aos deportistas federados que queiran practicar o piragüismo. O protocolo terá como eixes principais: desinfección, control de aforo e quendas de entrada e saída.

Prioridades de entrada no club:

Para evitar a formación de grupos e coordinar a todo/as padexeiro/as que queiran adestrar, estableceranse dous grupos:

- **Grupo 1**, serán os padexeiros maiores de idade e os cadetes.
- **Grupo 2**, serán os padexeiros infantís e categorías inferiores.

Previsión de datas de volta aos adestramentos:

O grupo 1 (maiores de idade e cadetes) poderá volver aos adestramentos a partir do luns 11 de maio, e o grupo 2 (infantís e categorías inferiores) en canto se incorpore ao traballo o adestrador do club (probablemente cando a provincia entre na Fase 2 da desescalada ou no mes de xuño).

Uso das instalacións:

O acceso ás instalacións do club quedará PROHIBIDO a toda persoa allea ao mesmo.

Os vestiarios e o ximnasio permanecerán pechados ata que as condicións de seguridade sanitaria

permitan a súa apertura.

Desde o club intentaremos que o acceso ao edificio principal sexa o menor posible, simplemente para retirar o material de adestramento (piragua e pala).

Normas de uso do material:

- Unha vez finalizado o adestramento, cada padexeiro desinfectará a súa piragua e pala cunha disolución de hipoclorito sódico (lixivia) nunha proporción de 20 ml por cada litro, e deixará o material na estante que lle corresponde. Nos kayaks é importante que se desinfecten ben a zona do repousapés, asento e a zona que vai diante do rompeolas.
- As piraguas serán de uso individual, non poderán ser compartidas entre varios deportistas.
- Na medida do posible cada padexeiro levará a súa pala para casa; de non ser posible deixarase desinfectada no seu lugar correspondente.
- Non se poderá compartir ningún tipo de material de aseo: toallas, chanclas, etc.
- Non se poderán compartir bebidas entre deportistas, si algún deportista necesita hidratarse, terá que traer a súa propia bebida de casa. Recoméndase a estas persoas que traian as súas propias botellas, que as marquen dalgún xeito para identificar que son súas.
- Con carácter xeral, ningún padexeiro poderá compartir material. Calquera material utilizado terá que ser desinfectado tras cada uso.
- Os padexeiros de uso obrigatorio de chaleco levarano cada día a casa, ou procederán á súa desinfección tras cada uso.

Actuacións preventivas:

- Cada padexeiro antes de saír de casa deberá tomarse a temperatura para asegurarse de que non ten febre
- Aqueles padexeiros que teñan/necesiten entrar nalgunha das instalacións terá que facer unha desinfección das mans con xel hidroalcohólico á entrada da instalación, e recoméndase o uso de mascarilla. O xel estará a disposición do deportista.
- No momento que se incorpore o adestrador terá que utilizar obrigatoriamente mascarilla e luvas.
- Os deportistas terán que vir cambiados de casa.
- Unha vez acabado o adestramento, o deportista non poderá utilizar as instalacións do club para cambiarse e terá que ducharse cada un na súa casa.
- O deportista manterá sempre unha **distancia mínima de seguridade dun mínimo de 2m**. Esta distancia perimetral de 2 metros manterase mentres o deportista está en terra e unha vez baixe á auga esta distancia aumentarase a 4 metros. Queda prohibido ir á ola doutro padexeiro.

Horarios e franxas:

Cada deportista terá que realizar a «reserva» do horario o día anterior por medio do grupo de WhatsApp establecido para este fin. En canto ao horario é importante cumprir os horarios acordados e esíxese puntualidade.

Establécense dúas franxas horarias: de 7:45 a 9:50 h e de 20:00 a 22:00 h.

A incorporación aos adestramentos farase do seguinte xeito: no caso de asistir máis dun padexeiro ao adestramento na mesma mesma franxa horaria, para coller o material e embarcar-desembarcar manterase sempre a distancia de seguridade de 2 metros.

Intentarase que na maioría das franxas horarias estea un adulto adestrando para que poidan asistir os cadetes.