



Protocolo de actuación básico Covid-19 para jugadores en entrenamientos

En este documento se presentan una serie de pautas a seguir por parte de los jugadores desde el desplazamiento a la instalación, dentro de la propia instalación, durante el entrenamiento y después del mismo con el objetivo de limitar al máximo la capacidad de transmisión del Coronavirus .

Síntomas COVID-19 y forma de contagio

- ⑩ Los síntomas comunes de esta enfermedad son la fiebre, la tos seca y el cansancio/ fatiga. Otros síntomas menos comunes pueden ser el dolor de garganta, pérdida del gusto y olfato y dolores musculares.
- ⑩ La enfermedad se propaga de persona a persona a través de la inhalación de las gotículas despedidas por nariz/ boca de una persona infectada al toser, estornudar o hablar.

Pautas a seguir ANTES del entrenamiento

1. Tomarse la temperatura corporal, así como chequear la presencia de síntomas propios de la enfermedad. En caso de contar con dolencias asociadas, no acudir al entrenamiento.
2. Evitar compartir coche con personas ajenas a la familia para viajar al pabellón. Ante la necesidad de compartir vehículo, utilizar mascarilla dentro del habitáculo.
3. Priorizar formas de desplazamiento que favorezcan la distancia interpersonal y, en todo caso, utilizar la mascarilla.
4. Sólo accederán a las instalaciones jugadores convocados al entrenamiento, staff técnico y personal del club.
5. En el momento de la entrada al pabellón la mascarilla seguirá siendo obligatoria, se ha de utilizar la alfombrilla de desinfección y el gel hidroalcohólico proporcionado.
6. Tras acceder se utilizará un calzado distinto para utilizar la pista.
7. Quedará prohibido el uso de vestuarios facilitándose un lugar en la instalación para dejar pertenencias.
8. Guardar debidamente la mascarilla en un lugar en que sea fácilmente identificable y que no quede expuesta a ningún agente externo antes de comenzar la actividad deportiva.

Pautas a seguir DURANTE el entrenamiento

1. Evitar saludos con contacto físico.
2. Prohibido compartir bebida, así como utilizar grifos. Cada jugador traerá su propia botella la cual esté etiquetada con el nombre del jugador.
3. Utilización de gel hidroalcohólico durante pausas indicadas por el staff técnico.
4. Prohibido compartir material textil (toallas, camisetas,...).

Pautas a seguir DESPUÉS del entrenamiento

1. Prohibida la utilización de duchas.
2. Cambiarse de nuevo el calzado.
3. Utilización del gel hidroalcohólico.
4. Volver a ponerse la mascarilla.
5. Guardar distancia de seguridad a la salida de la instalación con compañeros y familiares que asistan a la recogida de los deportistas.