

GUIÓN – POR ESPECIALIDADE: GENERAL

ANEXO 1 (TÁBOA ADESTRAMENTO)

RELACIÓN DE SITUACIÓNS DE POSIBLE CONTAXIO E MEDIDAS DE TRATAMENTO

- Durante el proceso in itinere a las instalaciones deportivas:
- Durante el control de acceso a las instalaciones deportivas:
- Durante el montaje del equipo comunitario:
- Durante el montaje del equipo y preparación del material propio:
- Durante el calentamiento:
- Durante la práctica o entrenamiento:
- Durante los estiramientos tras la práctica:
- Durante el uso de los servicios sanitarios:
- Durante la toma del refrigerio:
- Durante el desmontaje del material propio:
- Durante el desmontaje y recogida del material comunitario:
- Durante la salida de las instalaciones deportivas:
- Durante el proceso de in itinere de regreso a casa:

ESPECIALIDADE: TODAS

ADESTRAMENTO

MOMENTO	AXENTE	TIPO DE CONTAXIO	DESCRIPCIÓN DA SITUACIÓN	MEDIDA OU MEDIDAS PROPOSTAS
<p>ANTES DEL ENTRENAMIENTO Antes de abrir las instalaciones deportivas</p>	<p>STAFF PROPIO: - ORGANIZACIÓN</p>	<p>Persona a persona (Directo)</p>	<p>Preparará o dará a conocer los protocolos, indicando el aforo máximo permitido y condiciones para asistir. Por lo general estará también sujeto a las directrices y protocolos del responsable de dicho establecimiento, que por lo general depende de una Administración Pública. Seguirá el PROTOCOLO aprobado y lo hará cumplir.</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Expedir e informar adecuadamente todo lo referente con el evento a Autoridades para su aprobación así como a todos los participantes y posible público. – Registrará e identificará a todos los interesados. – Advertir las consecuencias de incumplimiento así como del plazo para darse de baja, en caso de aforo limitado.
<p>ANTES DEL ENTRENAMIENTO Apuntarse</p>	<p>DEPORTISTAS: - Deportistas</p>	<p>Persona a persona (Directo)</p>	<p>Antes de acudir a un centro deportivo, deberemos realizar la solicitud, para facilitar la coordinación por parte de los responsables del centro, los turnos en caso de haber un exceso de aforo. Deberá aceptar los protocolos, cláusulas y demás normativa existentes o de nueva creación, según las necesidades que así lo requieran, sumándolas a las de la propia actividad deportiva.</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Solicitar por correo electrónico la solicitud (permite su registro por orden de fecha y hora). – Deberá haber firmado la cláusula específica, aceptando dicha disposición junto con los protocolos facilitados. – Se llevará un registro de las solicitudes para determinar los turnos en función del aforo de las instalaciones.
<p>ANTES DEL ENTRENAMIENTO Auto evaluación</p>	<p>STAFF PROPIO: DEPORTISTAS: OTROS AJENOS: - TODOS</p>	<p>Persona a persona (Directo)</p>	<p>Antes de salir de la vivienda, si tenemos fiebre, tos y malestar general.</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Realización de un CHEKLIST, asumiendo con ello nuestra propia corresponsabilidad. – En caso de tener alguno de dichos síntomas, NO SE PODRA ACCEDER A LAS INSTALACIONES DEPORTIVAS. – Se recomienda ponerse en contacto su servicio de primera asistencia vía telefónica, para que le informen los pasos a seguir.

ESPECIALIDADE: TODAS

ADESTRAMENTO

MOMENTO	AXENTE	TIPO DE CONTAXIO	DESCRIPCIÓN DA SITUACIÓN	MEDIDA OU MEDIDAS PROPOSTAS
ANTES DEL ENTRENAMIENTO Ponerse en In itinere	STAFF PROPIO: DEPORTISTAS: OTROS AJENOS: - TODOS	Persona a persona (Directo)	Desde que se sale de la vivienda hasta entrar en el vehículo que nos conducirá a las instalaciones donde entrenar o competir. Si montamos en nuestro propio vehículo y llevamos acompañantes o entramos como acompañantes en otro vehículo.	<ul style="list-style-type: none"> - Saludos sin contacto. - Uso de mascarilla por parte de todo el mundo. - Disponer de gel hidroalcohólico para desinfectar las manos antes de tocar zonas sensibles de la cara o la mascarilla.
		Superficie de uso simultáneo		
		Espacio de uso simultáneo		
ANTES DEL ENTRENAMIENTO Control de acceso a las instalaciones	STAFF PROPIO: - Responsable CONTROL ENTRADA de la ORGANIZACIÓN	Persona a persona (Directo)	Persona o personas asignadas por los responsables de la ORGANIZACIÓN, está asignada para la realización del control de entrada. <u>Funciones:</u> - Toma de temperatura a todo asistente. - Verificar y anotar el número federativo de deportista, monitor, técnico, entrenador y jueces o el DNI del resto de personas (sin nombre ni apellidos). - Verificar que cuentan con los EPIs propios (mascarilla y/o dispensador de gel hidroalcohólico). - Verificar que conocen y acatan los protocolos establecidos, bien por haber enviado	<ul style="list-style-type: none"> - Uso de mascarilla. - Uso de careta para protección salpicaduras. - Medidor de temperatura a distancia sin contacto. - Tablilla de registro y control. (Nº federativo o DNI y temperatura). Acceso prioritario ORGANIZACIÓN, Jueces y deportistas, que figurarán en una lista confeccionada previamente. Luego resto de personas anotadas o previstas previamente. - Uso de bolígrafo propio. - Disponer de gel hidroalcohólico para desinfectar las manos antes de tocar zonas sensibles de la cara o la mascarilla.
		Superficie de uso simultáneo		

ESPECIALIDADE: TODAS

ADESTRAMENTO

MOMENTO	AXENTE	TIPO DE CONTAXIO	DESCRIPCIÓN DA SITUACIÓN	MEDIDA OU MEDIDAS PROPOSTAS
		Espacio de uso simultáneo	<p>previamente la “Clausula Covid-19” firmada o por firmarla in situ antes de entrar en las instalaciones deportivas.</p> <p>- En caso contrario NO SE LE FACILITARÁ EL ACCESO, así como detectarse estado febril según lo establecido por la Administración Sanitaria.</p> <p>- Todo deberá quedar registrado y archivado por no menos del tiempo que la Administración pertinente estime, para el control y gestión de posibles brotes y facilitar la trazabilidad que les permita realizar sus funciones.</p>	
<p>ANTES DEL ENTRENAMIENTO Antes de entrar a las instalaciones</p>	<p>DEPORTISTAS: - Deportistas</p>	Persona a persona (Directo)	<p>Antes de acceder se puede premontar el equipo en el vehículo. Por coincidir con más deportistas u otras personas en la zona de aparcamiento.</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Uso de mascarilla por parte de todo el mundo. – Disponer de gel hidroalcoholico para desinfectar las manos antes de tocar zonas sensibles de la cara o la mascarilla.
		Superficie de uso simultáneo		
		Espacio de uso simultáneo		
<p>ANTES DEL ENTRENAMIENTO Control de acceso a las instalaciones</p>	<p>STAFF PROPIO: - Monitores - Técnicos - Entrenadores - Jueces DEPORTISTAS: - Deportistas OTROS AJENOS: - Tutores (Pubico)</p>	Persona a persona (Directo)	<p>Toda persona acreditada para asistir a la competición de la disciplina deportiva. (Los tutores con objeto de poderse hacer cargo de forma más controlada de los pertrechos de los menores, si fuera necesario).</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Saludos sin contacto. – Uso de mascarilla. – Disponer de gel hidroalcoholico para desinfectar las manos antes de tocar zonas sensibles de la cara o la mascarilla. – Haber realizado solicitud previa para evitar sobrepasar el aforo. – Portar la documentación identificativa y acreditativa.
		Superficie de uso simultáneo		
		Espacio de uso simultáneo		

ESPECIALIDADE: TODAS				
ADESTRAMENTO				
MOMENTO	AXENTE	TIPO DE CONTAXIO	DESCRIPCIÓN DA SITUACIÓN	MEDIDA OU MEDIDAS PROPOSTAS
DURANTE EL ENTRENAMIENTO Tránsito por las instalaciones	STAFF PROPIO: - Monitores - Técnicos - Entrenadores	Persona a persona (Directo)	Por ser parte principal de los responsables de las instalaciones, se moverán por todas las partes de la misma. Como parte responsable de la organización dentro de dichas instalaciones, dispondrán de los deportistas para las tareas de preparación de las instalaciones así como del entrenamiento.	<ul style="list-style-type: none"> – Saludos sin contacto. – Mantener distancia social o uso de mascarilla. – Disponer de gel hidroalcohólico para desinfectar las manos antes de tocar zonas sensibles de la cara o la mascarilla.
		Superficie de uso simultáneo		
		Espacio de uso simultáneo		
DURANTE EL ENTRENAMIENTO Tránsito por las instalaciones	DEPORTISTAS: - Deportistas	Persona a persona (Directo)	Se ubicarán en las zonas designadas para los deportistas, pudiendo circular por las zonas comunes del centro deportivo.	<ul style="list-style-type: none"> – Saludos sin contacto. – Mantener distancia social o uso de mascarilla. – Disponer de gel hidroalcohólico para desinfectar las manos antes de tocar zonas sensibles de la cara o la mascarilla.
		Superficie de uso simultáneo		
		Espacio de uso simultáneo		
DURANTE EL ENTRENAMIENTO Montaje campo y material de entrenamiento	STAFF PROPIO: - Monitores - Técnicos - Entrenadores - Jueces DEPORTISTAS: - Deportistas	Persona a persona (Directo)	Proceso de montaje de parapetos a las distancias de entrenamiento con las dianas que les correspondan. Aseguradas con sus vientos. El material es retirado de su emplazamiento de almacenaje, que por sus características estará identificado como foco infeccioso para recordar su riesgo.	<ul style="list-style-type: none"> – Uso de mascarilla. – Uso de guantes de trabajo para el montaje. – Disponer de gel hidroalcohólico para desinfectar las manos antes de tocar zonas sensibles de la cara o la mascarilla.
		Material deportivo de uso simultáneo		
		Superficie de uso simultáneo		

ESPECIALIDADE: TODAS

ADESTRAMENTO

MOMENTO	AXENTE	TIPO DE CONTAXIO	DESCRIPCIÓN DA SITUACIÓN	MEDIDA OU MEDIDAS PROPOSTAS
		Espacio de uso simultáneo		
DURANTE EL ENTRENAMIENTO Montaje del equipo y preparación del material propio	DEPORTISTAS: - Deportistas	Superficie de uso alterno Espacios de uso alterno	El deportista procede a terminar de montar el equipo en la zona que le haya sido designada o montarlo por completo in situ. Podrá disponer de una silla o esterilla para tener su material, traído y llevado desde su vivienda. Podrá disponer de una silla que posteriormente deberá responsabilizarse de desinfectar.	<ul style="list-style-type: none"> – Mantener distancia social o uso de mascarilla. – Disponer de gel hidroalcohólico para desinfectar las manos antes de tocar zonas sensibles de la cara o la mascarilla. – Desinfectar el material comunitario una vez terminado el entrenamiento.
DURANTE EL ENTRENAMIENTO Durante el calentamiento antes de la competición	STAFF PROPIO: - Monitores - Técnicos - Entrenadores DEPORTISTAS: - Deportistas	Persona a persona (Directo) Superficie de uso alterno Espacio de uso simultáneo	Los deportistas junto con el resto de personal técnico, pueden realizar ejercicios de calentamiento previo a la práctica de la disciplina o la tecnificación que se practique. Dichos ejercicios de estiramiento y/o calentamiento, están dirigidos a evitar posibles lesiones durante la práctica deportiva.	<ul style="list-style-type: none"> – Mantener distancia social o uso de mascarilla. – Disponer de gel hidroalcohólico para desinfectar las manos antes de tocar zonas sensibles de la cara o la mascarilla.
DURANTE EL ENTRENAMIENTO Durante el entrenamiento	DEPORTISTAS: - Deportistas		Se dan varias situaciones durante el proceso de entrenamiento:	
DURANTE EL ENTRENAMIENTO	DEPORTISTAS: - Deportistas	Persona a persona (Directo) Superficie de uso secuencial	Espera del turno de tiro, en la zona de espera. Zona designada para cada deportista.	<ul style="list-style-type: none"> – Mantener distancia social o uso de mascarilla.

ESPECIALIDADE: TODAS

ADESTRAMENTO

MOMENTO	AXENTE	TIPO DE CONTAXIO	DESCRIPCIÓN DA SITUACIÓN	MEDIDA OU MEDIDAS PROPOSTAS
1.- Durante la práctica o entrenamiento		Superficie de uso alterno Espacio de uso secuencial		– Disponer de gel hidroalcohólico para desinfectar las manos antes de tocar zonas sensibles de la cara o la mascarilla.
DURANTE LA COMPETICIÓN 2.- Durante la práctica o entrenamiento	DEPORTISTAS: - Deportistas	Superficie de uso secuencial Espacio de uso secuencial	Desplazamiento a la línea de tiro	– Mantener distancia social o uso de mascarilla. – Disponer de gel hidroalcohólico para desinfectar las manos antes de tocar zonas sensibles de la cara o la mascarilla.
DURANTE LA COMPETICIÓN 3.- Durante la práctica o entrenamiento	DEPORTISTAS: - Deportistas	Superficie de uso secuencial Espacio de uso secuencial	Posicionamiento en la línea de tiro y todo el proceso de tiro.	– Mantener distancia social o disponer de mampara de separación entre puestos. – Tener en cuenta la disposición de los deportistas si son zurdos o diestros de forma que se miren la nuca del que tengan delante en la posición de tiro o estar los dos de espaldas (Zurdos <> Diestros) – Disponer de gel hidroalcohólico para desinfectar las manos antes de tocar zonas sensibles de la cara o la mascarilla.
DURANTE LA COMPETICIÓN 4.- Durante la práctica o entrenamiento	DEPORTISTAS: - Deportistas	Superficie de uso secuencial Espacio de uso secuencial	Retirada de la línea de tiro una vez terminado, a la zona designada para cada deportista, para dejar el arco.	– Mantener distancia social o uso de mascarilla. – Disponer de gel hidroalcohólico para desinfectar las manos antes de tocar zonas sensibles de la cara o la mascarilla.
DURANTE LA COMPETICIÓN	DEPORTISTAS: - Deportistas	Persona a persona (Directo) Material deportivo de uso alterno	Desplazarse a la zona de parapetos para retirar las flechas lanzadas y regresar a la línea o zona de espera.	– Mantener distancia social o uso de mascarilla.

ESPECIALIDADE: TODAS

ADESTRAMENTO

MOMENTO	AXENTE	TIPO DE CONTAXIO	DESCRIPCIÓN DA SITUACIÓN	MEDIDA OU MEDIDAS PROPOSTAS
5.- Durante la práctica o entrenamiento		Superficie de uso alterno Espacio de uso simultáneo Espacio de uso alterno		– Disponer de gel hidroalcohólico para desinfectar las manos antes de tocar zonas sensibles de la cara o la mascarilla.
DURANTE EL ENTRENAMIENTO Durante el entrenamiento	STAFF PROPIO: - Monitores - Técnicos - Entrenadores		Se dan varias situaciones durante el proceso de entrenamiento, para la supervisión de los deportistas:	
DURANTE EL ENTRENAMIENTO 1.- Durante la práctica o entrenamiento	STAFF PROPIO: - Monitores - Técnicos - Entrenadores	Persona a persona (Directo) Superficie de uso secuencial Superficie de uso alterno Espacio de uso secuencial	Mientras el deportista su turno de tiro, en la zona de espera. Zona designada para cada deportista. Pueden interactuar con ellos para darles las oportunas indicaciones técnicas. Recordar en todo momento las medidas que debe adoptar el deportista, como responsable de su entrenamiento.	– Mantener distancia social o uso de mascarilla. – Disponer de gel hidroalcohólico para desinfectar las manos antes de tocar zonas sensibles de la cara o la mascarilla.
DURANTE EL ENTRENAMIENTO 2.- Durante la práctica o entrenamiento	STAFF PROPIO: - Monitores - Técnicos - Entrenadores	Superficie de uso secuencial Espacio de uso secuencial	Se desplazan junto con los deportistas a la zona de la línea de tiro. Recordar en todo momento las medidas que debe adoptar el deportista, como responsable de su entrenamiento.	– Mantener distancia social o uso de mascarilla. – Uso de careta contra salpicaduras. – Disponer de gel hidroalcohólico para desinfectar las manos antes de tocar zonas sensibles de la cara o la mascarilla.

ESPECIALIDADE: TODAS

ADESTRAMENTO

MOMENTO	AXENTE	TIPO DE CONTAXIO	DESCRIPCIÓN DA SITUACIÓN	MEDIDA OU MEDIDAS PROPOSTAS
DURANTE EL ENTRENAMIENTO 3.- Durante la práctica o entrenamiento	STAFF PROPIO: - Monitores - Técnicos - Entrenadores	Superficie de uso secuencial	Disponiéndose en un espacio que le permita hacer el seguimiento del deportista, así como hacerle las indicaciones oportunas.	<ul style="list-style-type: none"> - Mantener distancia social o uso de mascarilla. - Uso de careta contra salpicaduras. - Disponer de gel hidroalcohólico para desinfectar las manos antes de tocar zonas sensibles de la cara o la mascarilla.
		Espacio de uso secuencial	Recordar en todo momento las medidas que debe adoptar el deportista, como responsable de su entrenamiento.	
DURANTE EL ENTRENAMIENTO 4.- Durante la práctica o entrenamiento	STAFF PROPIO: - Monitores - Técnicos - Entrenadores	Superficie de uso secuencial	Permanencia o retirada de la zona de su actividad en el caso de que entre otro deportista.	<ul style="list-style-type: none"> - Mantener distancia social o uso de mascarilla. - Uso de careta contra salpicaduras. - Disponer de gel hidroalcohólico para desinfectar las manos antes de tocar zonas sensibles de la cara o la mascarilla.
		Espacio de uso secuencial	Recordar en todo momento las medidas que debe adoptar el deportista, como responsable de su entrenamiento.	
DURANTE EL ENTRENAMIENTO 5.- Durante la práctica o entrenamiento	STAFF PROPIO: - Monitores - Técnicos - Entrenadores	Persona a persona (Directo)	Desplazarse junto con el o los deportistas a la zona de parapetos para retirar las flechas lanzadas, y hacer las oportunas observaciones de lo que se observe en el parapeto, así como hacer las indicaciones sobre como retirar las flechas. Retirándose posteriormente a la línea o zona de espera designada. Recordar en todo momento las medidas que debe adoptar el deportista, como responsable de su entrenamiento.	<ul style="list-style-type: none"> - Mantener distancia social o uso de mascarilla. - Uso de careta contra salpicaduras. - Disponer de gel hidroalcohólico para desinfectar las manos antes de tocar zonas sensibles de la cara o la mascarilla.
		Material deportivo de uso alterno		
		Superficie de uso alterno		
		Espacio de uso simultáneo		
DURANTE EL ENTRENAMIENTO	STAFF PROPIO: - Jueces	Persona a persona (Directo)	Su función en los entrenamientos será la de fijar los tiempos de tiro, así como velar por la seguridad junto con los técnicos y hacer las oportunas observaciones sobre	<ul style="list-style-type: none"> - Mantener distancia social o uso de mascarilla. - Uso de careta contra salpicaduras.
		Material deportivo de uso alterno		

ESPECIALIDADE: TODAS

ADESTRAMENTO

MOMENTO	AXENTE	TIPO DE CONTAXIO	DESCRIPCIÓN DA SITUACIÓN	MEDIDA OU MEDIDAS PROPOSTAS
Durante la práctica o entrenamiento		Superficie de uso secuencial	incumplimiento de normativa deportiva para evitar dichos errores en una competición. Recordar en todo momento las medidas que debe adoptar el deportista, como responsable de su entrenamiento.	– Disponer de gel hidroalcohólico para desinfectar las manos antes de tocar zonas sensibles de la cara o la mascarilla.
		Superficie de uso alterno		
		Espacio de uso simultáneo		
		Espacio de uso secuencial		
		Espacio de uso alterno		
DURANTE EL ENTRENAMIENTO Uso de los servicios sanitarios	STAFF PROPIO: DEPORTISTAS: OTROS AJENOS: - TODOS	Persona a persona (Directo)	En el caso de disponer de los servicios sanitarios requeridos, será el propio usuario el responsable de proceder a su desinfección tras su utilización, según el protocolo que deberá estar indicado por medio de un cuadro explicativo in situ, siguiendo el protocolo del responsable de las instalaciones.	<ul style="list-style-type: none"> – Mantener distancia social o uso de mascarilla. – Disponer de gel hidroalcohólico para desinfectar las manos antes de tocar zonas sensibles de la cara o la mascarilla. – Dispensador del desinfectante bien formada por una disolución reciente de lejía 1:50 u otro desinfectante de similares características funcionales.
		Superficie de uso alterno		
		Espacio de uso alterno		
DURANTE EL ENTRENAMIENTO Toma de refrigerio	STAFF PROPIO: DEPORTISTAS: - Participantes	Persona a persona (Directo)	Durante el entrenamiento y en función del ejercicio realizado, suele ser necesario ingerir tanto líquidos como alimentos.	<ul style="list-style-type: none"> – Mantener la distancia social recomendada y respetar la de los demás. – Lo que sea necesario consumir durante el entrenamiento, deberá haber sido traído por el propio interesado, en una bolsa de su propiedad. – No se compartirá en modo alguno dichos alimentos o bebidas, así como sus envases.
		Superficie de uso alterno		
		Espacio de uso alterno		
		Uso de botellas y vaos		

ESPECIALIDADE: TODAS				
ADESTRAMENTO				
MOMENTO	AXENTE	TIPO DE CONTAXIO	DESCRIPCIÓN DA SITUACIÓN	MEDIDA OU MEDIDAS PROPOSTAS
		Comida y víveres		<ul style="list-style-type: none"> – Se depositarán los restos en una bolsa de su propiedad y que deberá ser retirado del centro deportivo por el mismo. – Disponer de gel hidroalcoholico para desinfectar las manos antes de tocar zonas sensibles de la cara o la mascarilla.
DESPUES DEL ENTRENAMIENTO Durante el desmontaje del material propio	DEPORTISTAS: - Deportistas	Persona a persona (Directo)	El deportista procede a desmontar el equipo en la zona que le haya sido designada o semidesmontarlo. Limpiándolo con productos adecuados. Si la silla o esterilla son propias, las recogerá para llevar a su vivienda. Si ha usado una silla de las instalaciones se deberá desinfectar al terminar.	<ul style="list-style-type: none"> – Mantener distancia social o uso de mascarilla. – Disponer de gel hidroalcoholico para desinfectar las manos antes de tocar zonas sensibles de la cara o la mascarilla. – Desinfectar el material con material adecuado.
		Superficie de uso alterno		
		Espacio de uso simultáneo		
DESPUES DEL ENTRENAMIENTO Durante el desmontaje y recogida del material común de la competición	STAFF PROPIO: - Técnicos - Entrenadores - Jueces DEPORTISTAS: - Deportistas	Persona a persona (Directo)	Proceso de retirada de las dianas de los parapetos, retirada de los vientos y desmontaje de los parapetos para su recogida en el almacén del material. El material es retirado del campo hasta su emplazamiento de almacenaje, que por sus características estará identificado como foco infeccioso para recordar su riesgo. Por las características del material, no se procederá a su desinfección. Los materiales con partes metálicas se pueden deteriorar con ciertos desinfectantes. Las	<ul style="list-style-type: none"> – Uso de mascarilla. – Uso de guantes de trabajo para el desmontaje. – Disponer de gel hidroalcoholico para desinfectar las manos antes de tocar zonas sensibles de la cara o la mascarilla. – La cuarentena de ciertos materiales, como dianas, facilitaría su reutilización al término de la misma. – Se dispondrá de señal identificativa del peligro de infección y el riesgo que supone. Recordatorio de limpieza de manos tras terminar el proceso.
		Material deportivo de uso simultáneo		
		Superficie de uso simultáneo		
		Espacio de uso simultáneo		

ESPECIALIDADE: TODAS

ADESTRAMENTO

MOMENTO	AXENTE	TIPO DE CONTAXIO	DESCRIPCIÓN DA SITUACIÓN	MEDIDA OU MEDIDAS PROPOSTAS
			dianas de papel también se pueden ver deterioradas.	
DESPUES DEL ENTRENAMIENTO Durante el tránsito y la salida de las instalaciones deportivas	STAFF PROPIO: DEPORTISTAS: OTROS AJENOS: - TODOS	Persona a persona (Directo)	Se saldrá de las zonas asignadas con sus propio material y/o restos del refrigerio, pudiendo circular por las zonas comunes del centro deportivo.	<ul style="list-style-type: none"> – Mantener distancia social o uso de mascarilla. – Disponer de gel hidroalcoholico para desinfectar las manos antes de tocar zonas sensibles de la cara o la mascarilla. – Despedidas sin contacto.
		Superficie de uso simultáneo		
		Espacio de uso simultáneo		
DESPUES DEL ENTRENAMIENTO Después de salir de las instalaciones	DEPORTISTAS: - Deportistas	Persona a persona (Directo)	Después de salir de las instalaciones y si no se ha desmontado del todo el equipo se puede terminar de hacerlo en la zona del vehículo. Por coincidir con más deportistas u otras personas en la zona de aparcamiento.	<ul style="list-style-type: none"> – Uso de mascarilla por parte de todo el mundo. – Disponer de gel hidroalcoholico para desinfectar las manos antes de tocar zonas sensibles de la cara o la mascarilla.
		Superficie de uso simultáneo		
		Espacio de uso simultáneo		
DESPUES DEL ENTRENAMIENTO In itinere	STAFF PROPIO: DEPORTISTAS: OTROS AJENOS: - TODOS	Persona a persona (Directo)	Desde que se sale del centro deportivo hasta entrar en el vehículo que nos conducirá a la vivienda. Si montamos en nuestro propio vehículo y llevamos acompañantes o entramos como acompañantes en otro vehículo.	<ul style="list-style-type: none"> – Uso de mascarilla por parte de todo el mundo. – Disponer de gel hidroalcoholico para desinfectar las manos antes de tocar zonas sensibles de la cara o la mascarilla. – Despedidas sin contacto.
		Superficie de uso simultáneo		
		Espacio de uso simultáneo		
DESPUES DEL ENTRENAMIENTO Llegada a la residencia	STAFF PROPIO: DEPORTISTAS: OTROS AJENOS: - TODOS	Persona a persona (Directo)	Procederemos a ir al baño o aseo, donde nos quitaremos el calzado y poderlo desinfectar. Nos quitaremos la ropa para su lavado y desinfección.	<ul style="list-style-type: none"> – Se recomienda que el proceso se realice en una estancia donde el proceso de desinfección sea factible y sencillo de controlar. – Aseo personal, previa limpieza de las manos.
		Superficie de uso alterno		

ESPECIALIDADE: TODAS

ADESTRAMENTO

MOMENTO	AXENTE	TIPO DE CONTAXIO	DESCRIPCIÓN DA SITUACIÓN	MEDIDA OU MEDIDAS PROPOSTAS
		Espacio de uso alternativo	Nos ducharemos o asearemos, empezando por las manos antes de tocarnos la zona de la cara. Procederemos a la limpieza y desinfección del baño o aseo.	<ul style="list-style-type: none"> – Limpieza de la zona por donde hayamos pasado. – Gestionar los residuos traídos del centro deportivo en el correspondiente contenedor.
<p>DESPUES DEL ENTRENAMIENTO Despues de terminar la jornada</p>	<p>STAFF PROPIO: DEPORTISTAS: OTROS AJENOS: - TODOS</p>	<p>Persona a persona (Directo)</p>	<p>Al terminar la jornada y si detectamos que tenemos fiebre, tos y malestar general. Nos deberemos poner en contacto con el servicio de primera asistencia sanitaria por vía telefónica, para ser informado de los pasos a seguir. Notificar a los responsables del centro deportivo de la situación.</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Realización de un CHEKLIST, asumiendo con ello nuestra propia corresponsabilidad. <p>LA SALUD Y BIENESTAR, ES COSA DE TODOS</p>