

---

# PROTOCOLO COVID 2020

---



Fecha Actualización: 22/09/2020

---

CLUB NATACIÓN ALMERÍA  
Creado por: Junta Directiva

---

# ACLARACIONES Y ESTRUCTURA DEL DOCUMENTO

## Aclaraciones

Este documento se inició durante la cuarentena y ha ido evolucionando conforme se iba pasando de fase. Los documentos que se han ido utilizando para tomar todas las medidas en las diferentes fases se listan a continuación aunque sólo se han tomado medidas definitivas una vez conocido el BOE correspondiente en cada fase y el BOJA correspondiente al momento en el que las competencias fueron traspasadas a la comunidades autónomas.

### Listado documentos de referencia

- Plan de medidas para la recuperación de Clubes y Entidades Socio-Deportivas anta la crisis Covid-19. *ACEDYR*.
- Protocolo para las instalaciones acuáticas de uso público en un contexto de próxima apertura debido a la COVID-19. *Asociación Española de Profesionales del Sector Piscinas*.
- Recomendaciones para el reinicio de actividades deportivas en medio acuático. *Real Federación Española de Natación*
- Recomendaciones para la apertura de la actividad en piscinas tras la crisis COVID-19. . *Protocolo Sectorial Piscinas Saludables*.
- FAQ's Consejo Superior de Deportes. Fase 3.
- Notas sobre el uso de productos biocidas para la desinfección del COVID-19. *Ministerio de Sanidad*.
- BOE 6 de Mayo 2020
- BOE 16 de Mayo 2020
- BOE 30 de Mayo 2020
- BOJA 19 de Junio 2020
- BOJA 14 de Julio 2020
- BOJA 11 de septiembre 2020
- “Procedimiento de actuación para los SPRL frente a la exposición al nuevo coronavirus (SARS-COV-2)”, del Ministerio de Sanidad.
- Protocolo Real Federación Andaluza de Fútbol (v.3.1)

- 
- Protocolo Federación Andaluza Natación ([www.fan.es/index.php/coronavirus](http://www.fan.es/index.php/coronavirus))
  - Protocolo Federación Andaluza de Pádel.
  - Protocolo Federación Andaluza de Tenis.

A partir de aquí el documento se divide en cada uno de las secciones del club donde, a partir de los documento de las distintas federaciones y la documentación especialmente publicadas en BOE, BOJA y recomendaciones del Consejo Superior de Deportes, se han ido diseñando los distintos protocolos.

A parte, no como sección deportiva, aparece el resto del personal del club dividido en mantenimiento, limpieza y personal de administración.

## Sección de Natación.

### Apertura de piscina

Enumeramos, basándonos en la documentación citada en la introducción, las tareas realizadas antes de la apertura de la piscina.

#### Zona de playa

- Guardar placas de viraje.
- Guardar todo el material en el cuarto o en el sótano. Churros, tablas, aletas, etc.
- Guardar mesas y sillas
- Desinfectar todo el mobiliario: poyetes, escaleras, duchas interiores, zonas de asientos, suelo, rejilla perimetral, etc.
- Limpieza y desinfección de todos los filtros. Tarea realizada por Sistema de Calor.
- Hará falta ventilar la piscina de todas las formas posibles. Identificar puertas y ventanas que se puedan abrir y dejar marcada de alguna forma.
- Desinfectar la zona de duchas.
- Retirar todo elemento colgante y guardar correctamente para que no se estropeen.

- 
- Limpiar y probar silla minusválidos.
  - Limpiar filtros robot y probar si funciona.

## **Vestuarios**

- Limpieza y desinfección de la zona de duchas, puertas y precintar.
- Limpieza y desinfección de la zona de los lavabos. Dejar abiertas las ventanas pequeñas de los lavabos.
- Equipar con jabón los lavabos y limpiar y precintar los secadores.
- Limpiar y desinfectar todo el mobiliario (perchas, bancos, paredes y taquillas).
- Limpiar y desinfectar los suelos. Especial atención a las rejillas.
- Dejar todas las ventanas abiertas.
- Poner marcas en bancos donde cambiarse con la separación correspondiente.

## **Entrada/Socorristas**

- Vaciar taquillas y desinfectar.
- Despejar la mesa y desinfectar junto las sillas.
- Limpiar y guardar todas las sillas del exterior.
- Desinfectar botiquín.
- Equipar socorristas con guantes y mascarillas.
- Equipar entrada con geles y papel desechable.
- Desinfectar papeleras.
- Enumerar los utensilios empleados (cepillo, fregona, escoba, mangueras a presión, maquina barredera, etc.), así como los productos utilizados en cada caso. Buscar un sitio donde guardarlos sólo accesible por los empleados. Tened en cuenta que todos los días hay que desinfectar los utensilios usados.
- Comprobar que todas las herramientas para el control del agua funcionan correctamente.
- Preparar o comprar bandeja limpieza de calzado.

---

## Piscina

- Preparar todo para el control de Legionela (se llamaría cuando tengamos fecha de apertura).
- Arrancar la piscina y comprobar su correcto funcionamiento.
- Comprobar que el dosificador de cloro funciona correctamente.
- Abrir todos los grifos para renovar el agua que quede en las tuberías.
- Destinar una papelera de uso único para tirar todo el material de desecho de las tareas de limpieza u otras.

## Gradas

- Limpiar y desinfectar la parte de gradas.
- Limpiar y desinfectar servicios de gradas.
- Limpiar y desinfectar las barandillas.
- Limpiar y desinfectar ventanas.
- Comprobar que ventanas se pueden abrir y usar para ventilar la piscina. Dejar señaladas aquellas ventanas que se pueden abrir y facilitar su apertura a los socorristas

## Inicio actividad en piscina

La apertura de la piscina tuvo lugar en la segunda semana de la fase 2, ya que durante la primera semana se pasó el control de legionela y la revisión por parte de Sistema de Calor de las calderas y filtros para una correcta ventilación. En todo momento se siguieron las recomendaciones publicada tanto para la apertura de la piscina como su uso que aparecen en la introducción de este documento. En especial se tuvo en cuenta:

- En piscina, 30% del aforo.
- Actividades dirigidas al aire libre, grupos de hasta 20 personas manteniendo la distancia de 2 metros entre personas.

---

A partir de aquí el protocolo ha ido evolucionando especialmente en el tema de aforo. Los documentos base para el inicio de actividades acuáticas disponibles en la fase 2 eran:

- Plan para la transición hacia una nueva normalidad: Guía de la fase 2. Modificada el 23 de mayo de 2020. Elaborada por el Ministerio de Sanidad del Gobierno de España.
- Recomendaciones para el reinicio de la actividad de los deportistas en el medio acuático, elaborado por la Real Federación Española de Natación.
- <https://www.boe.es/boe/dias/2020/05/30/pdfs/BOE-A-2020-5468.pdf>. Actualizada el sábado 30 de mayo 2020.

### **Equipo de Natación**

El Club Natación Almería abrió la piscina para los socios y miembros del equipo de natación. Siempre bajo reserva previa realizada a través de secretaria.

En Fase 2, según la publicación del B.O.E, podíamos tener entre 4 a 5 nadadores por calle, pero por precaución y hacer el retorno de manera más progresiva, los nadadores del equipo entrenaron 2 por calle, los miembros de la misma unidad familiar, hermanos, compartieron calle.

A continuación, describimos el reglamento enviado a cada uno de los componentes del equipo y a sus tutores legales advirtiéndoles que el incumplimiento de cualquier norma podría impedir la entrada al club y a los entrenamientos.

#### **1. MEDIDAS IMPORTANTES DURANTE TODO EL PROCESO PARA ASISTIR A LOS ENTRENAMIENTOS:**

- Mantener siempre protección individual
- Mantener la distancia entre personas de 2 metros
- Obligación del uso de la mascarilla hasta el acceso a la playa de la piscina
- Higienización obligatoria de las manos, uso propio del gel hidroalcohólico.
- Uso del material propio, desinfectado adecuadamente en casa.

---

- No compartir material

- Seguir la señalización e indicaciones del club.

## **2. MEDIDAS EN CASA: (nadadores y entrenadores)**

- Rellenar una vez el cuestionario antes de reanudar los entrenamientos y mandárselo a [alfonsopalaciosflores@gmail.com](mailto:alfonsopalaciosflores@gmail.com):

<http://www.juntadeandalucia.es/turismoydeporte/export/sites/ctc/areas/deporte/camd/.galleries/galeria-de-archivos-del-CAMD/Acceso-a-los-servicios/20200507-Cuestionario-Covid-19.pdf>

- Tomar cada día la temperatura, si superan los 37 grados, ponerse en contacto con su centro de salud e informar al director técnico (Alfonso Palacios).

- Otros síntomas a tener en cuenta, son: escalofríos, tos, fatiga, cansancio, molestias digestivas, diarrea, sensación de falta de aire, alteraciones del gusto y del olfato, erupciones en la piel.

- Desinfectar adecuadamente el material antes de salir de casa y al llegar a casa después del entrenamiento, sobre todo las chanclas.

- Asistir a los entrenamientos con el bañador puesto desde casa.

## **3. MEDIDAS EN EL CLUB:**

- Además de las medidas del punto 1.

- Entrada al club por la zona del torneo.

- Control de temperatura.

- Desplazamiento hacia la piscina, por el pasillo que hay entre el campo de fútbol y las gradas del campo de fútbol.

- Desplazamiento de la piscina hacia la salida del club, por el pasillo que hay entre el campo de fútbol y las pistas de tenis azules y pistas de pádel.

- 
- Mantener las distancias entre personas de 2 metros en las zonas de recepción, entrada a piscina, etc.
  - No usar el mobiliario relacionado con bancos, sofás, asientos de espera, áreas de juegos para niños... y en cualquier zona susceptible de aglomeración de personas.
  - Leer bien los carteles de información, ya que se irán actualizando conforme haya cambios en las normativas.
  - No se podrá utilizar las fuentes de agua y las máquinas vending.
  - Aquellos nadadores que vengan en bicicleta deben de entrar por los tornos de acceso, solicitar a secretaria que abra la puerta para meter la bicicleta o introducirla cogiéndola a peso. La bicicleta se dejará en el aparcamiento de bicicletas con su candado. Este aparcamiento se encuentra en el campo de futbol, al lado de las banderas.
  - La salida del Club Natación Almería será por los tornos.

#### **4. MEDIDAS AL ACCESO A LA PISCINA:**

- Además de las medidas del punto 1
- Los nadadores del equipo de natación entrarán por el pasillo que existe entre las pistas de futbol y vóley playa y las cristaleras de la piscina, en fila india manteniendo los dos metros de distancia, siempre con la mascarilla puesta.
- Los entrenadores estarán en la entrada de la piscina indicando a cada nadador donde será su zona, además le indicaremos el color de cono que corresponde y su entrada a la pileta será donde este el cono de su color asignado.
- Sí al llegar la piscina todavía no ha abierto, mantener la distancia entre personas de 2 metros.
- Cumplir con la puntualidad del horario de entrenamiento para asegurarnos del funcionamiento del protocolo dentro de piscina.



- 
- Desinfectar el calzado en la entrada en la piscina y acceder a la zona de playa con las chanclas puestas.
  - Desinfectar las manos con gel hidroalcohólico.
  - No hacer uso de las taquillas de la entrada de la piscina que se encuentran al lado del mostrador.
  - No dejar ningún material personal como: material de valor, cascos, patinetes, bicicletas, mochilas, etc. en la zona del socorrista.
  - Los padres, al principio, se quedarán en las puertas del club, sabemos que la mayoría de los chicos son pequeños, pero conocen bien el club, sí vemos que es necesario, permitiríamos la entrada de los padres para acompañar. Queremos evitar aglomeraciones de personas.

#### **5. MEDIDAS EN VESTUARIO:**

- Los nadadores del equipo al entrar por las cristaleras de atrás y venir con el bañador puesto desde casa, se habilitarán unas zonas para dejar la mochila y quitarse la ropa.
- Una vez terminado el entrenamiento, se habilitarán turnos para cambiarse en el vestuario y no coincidir.

Dejo escritas los siguientes puntos, para tenerlos en cuenta cuando se usen los vestuarios.

- Además de las medidas del punto 1
- Previamente cada nadador sabrá en que calle usará, así que deberá usar las zonas de vestuario asignada a su calle.
- Se tendrá 10 minutos para cambiarse, tanto en la llegada a la piscina como en la salida de la pileta.
- No dejar material, ropa, calzado, ni otras pertenencias directamente en el suelo. Introducirlo todo en su bolsa de entrenamiento.
- No usar las duchas.

- 
- El vestuario se desinfectará por el personal del club en cada uso y cuando este vacío.

## **6. MEDIDAS EN LA ZONA DE PLAYA:**

- Además de las medidas del punto 1.
- Al salir del vestuario debemos dirigirnos a la zona que tendremos para dejar nuestra mochila, recordar los zapatos y toda indumentaria deben de ir dentro de la mochila.
- El recorrido en la zona de playa será de derecha a izquierda, en sentido contrario a las agujas del reloj, hasta llegar a nuestra calle. Así evitaremos cualquier encuentro de frente con cualquier usuario.
- Sí por cualquier circunstancia nos encontramos con un usuario en frente, debemos pararnos y dejar pasar a la persona que sale, manteniendo siempre la distancia de dos metros entre personas.
- Una vez que terminemos de nadar, debemos seguir con el mismo recorrido, rodeando la pileta de derecha a izquierda, en sentido contrario de las agujas del reloj.
- No andar descalzo por la zona de playa.
- Usar las duchas antes y después del nado, siguiendo el recorrido establecido dentro de la zona de playa, siempre de derecha a izquierda rodeando la pileta.

## **7. MEDIDAS DURANTE EL ENTRENAMIENTO:**

- Se recomienda no usar las escalerillas para el acceso o salida a la pileta, esta se desinfectará por parte del personal del club, después de cada uso, pero el nadador debe de usar gel hidroalcohólico antes de introducirse a la pileta.

- 
- Se hará uso del material personal, bidón de agua, gel hidroalcohólico y cualquier material de entrenamiento que haya recomendado el entrenador.
  - No se podrá usar el material de uso común de la piscina.
  - Los nadadores deberán llevar el entrenamiento escrito en una funda transparente.
  - El entrenador se dirigirá de manera personal al nadador manteniendo como mínimo a una distancia de 2 metros.
  - Sí algún nadador se dejó algún material en la piscina antes del confinamiento, lo recogerá bajo la supervisión del entrenador, lo desinfectará con gel hidroalcohólico, y lo guardará en la mochila para terminar de desinfectarlo perfectamente en casa para el próximo entrenamiento.
  - Informar que el virus también se transmite por las heces, es importante que los nadadores se abstengan de realizar pis en el agua de la pileta.
  - No hacer uso del W.C, excepto por causa mayor, se usará el W.C de discapacitados que se encuentra dentro de la piscina.

## **8. PARÁMETROS DE CONTROL DE AGUA**

La Organización Mundial de la Salud (OMS) afirma que los métodos convencionales de filtrado y desinfección del agua deberían ser suficientes para inactivar el virus COVID-19. Parece ser que el agua de la piscina no actúa como vector de transmisión del virus COVID-19, aunque durante el entrenamiento esté en contacto con fluidos corporales (saliva) o en contacto directo de ojos, nariz y boca. Parece ser que la cloración del agua de la piscina con hipoclorito sódico o cloro gas, como se realiza de forma habitual con un contenido de cloro total aproximado de 0,5-0,8 ppm (mg/dl), con un pH < 8 y con un tiempo de exposición en el agua de al menos 30 minutos garantiza un medio seguro. No obstante, se recomienda como medida preventiva ducharse antes del ingreso en el agua, en las duchas habilitadas en la playa de la piscina.

---

En cuanto al posible entrenamiento en el mar, cabe recordar que el agua de mar es una solución hipertónica (30 g de NaCl) por litro de agua, lo que hace difícil la presencia del virus COVID-19. Como se ha mencionado previamente, el COVID-19 se ha detectado en heces, lo que sugiere la posibilidad de transmisión fecal oral, aspecto este a tener en cuenta ante posibles entrenamientos en mar, lagos, pantanos, ríos o embalses que pudieran estar contaminados (natación aguas abiertas)

#### **9. MATERIAL DEPORTIVO DE USO INDIVIDUAL:**

MATERIAL DE ENTRENAMIENTO COMUN PARA TODOS LOS GRUPOS

- Gorros, gafas, bañador y chanclas
- bidón de agua para hidratación, gel hidroalcohólico

MATERIAL DE ENTRENAMIENTO PARA LOS SIGUIENTES GRUPOS:

4	- tabla y aletas cortas
5	- tabla y aletas cortas
6	- tabla y aletas cortas
7,8 y Absoluto	- tabla y aletas cortas - pull, palas, tubo, gomas tobillos - Tempo trainer, solo quien lo tenga.

#### **EN LA ACTUALIDAD**

Lo único que se ha cambiado ha sido el aforo, ahora de un 65%, con lo cual se permite entrenar 4 nadadores por calle, aunque podemos llegar a un máximo de 7.

La temporada de entrenamientos termina el 31 de Julio.

#### **Nado Libre**

---

En la fase 2, sólo se ha permitido nadar a los socios, uno por calle y bajo reserva en la secretaría. Durante la reserva al socio se le comunicaba las reglas a seguir que estaban en el mostrador, a la entrada del club y a la entrada de la piscina. A destacar que la hora de reserva eran fijas para no coincidir en el baño de la piscina o en el vestuario con el equipo, y para que el personal del club, mientras todos estaban en el agua, desinfectara todas las zonas comunes y vestuarios con cloro disuelto en agua. El uso de lejía disuelta en agua no era aconsejable por las reacciones que pueden tener con el cloro de la piscina.

## RESUMEN DE NORMAS PUBLICADAS PARA EL NADO LIBRE

### NORMAS DE USO



#### *Reserva*

Llama a secretaría y reserva el número de calle y la hora. Bajo ningún concepto se podrá cambiar de calle.



#### *Condiciones*

Sólo puedes reservar 1 hora y sólo se puede compartir la calle con otro miembro de la familia.



#### *Puntualidad*

Los turnos por calles están diseñados para que el menor número de personas coincidan en los vestuarios. Sé puntual tanto a la entrada como a la salida.



#### *MATERIAL*

No se puede usar ningún material de la piscina. Tráete el tuyo debidamente desinfectado.



#### *Vestuarios*

No se pueden usar las duchas. Sólo se usarán para cambiarse y estará indicado según tu calle que parte de él puedes usar.

Antes de acceder límpiate los pies y lávate las manos con gel.



#### *SOCORRISTAS*

No se podrá entrar ni dejar ningún objeto en el recinto reservado al socorrista. Sigue en todo momento sus indicaciones.

## ACCESO AL CLUB

Antes de salir consulta las instrucciones de uso en la página del club.

El acceso se realizará por la zona de torno.

---

Sólo podrán acceder aquellos socios que hayan realizado la reserva. No se podrá llevar acompañantes o invitado.

Sólo podrán entrar aquellos socios que van a realizar la actividad.

Las invitaciones están canceladas.

Lleva el justificante de la reserva en tu móvil.

En todo momento debes mantener la distancia de seguridad de 2 metros con el personal y cualquier otro socio.

Lleva todo lo necesario para tu actividad. No se podrá utilizar ni las fuentes, ni las máquinas de Vending

Recuerda que los vestuarios y servicios estarán cerrados.

### **EN LA ACTUALIDAD**

- Se pueden usar las duchas.
- En agosto se ha eliminado la reserva.
- En número máximo de nadadores en una calle es tres.
- El resto de las reglas se mantienen.
- Las reglas de acceso a la piscina y al club se siguen manteniendo.

### **Escuelas**

En el diseño del horario de las escuelas, así como su capacidad se ha tenido especial atención a:

- Que los alumnos no coincidan ni con el equipo ni con las reservas de nado libre en los vestuarios.
- Dentro de cada curso, el número de alumnos se ha mantenido siempre y cuando no comprometa el aforo exigido.
- En caso necesario se ha asignado dos calles para un mismo curso.
- Los alumnos han tenido que traerse su propio material con el fin de no compartir material.
- Las gradas se han mantenido cerradas y no se ha permitido que los padres permanezcan en el club durante la duración del curso.
- Las normas de acceso al club y vestuarios han sido las mismas que en los apartados anteriores.

### **EN LA ACTUALIDAD**

Los cursillos han mantenido su normativa y aforo desde el inicio hasta su fin.

---

## **Entrenamientos clubes y reservas externas.**

1. Debes acceder al club con mascarilla y sólo quitártela al entrar a los vestuarios.
2. Al entrar debes limpiarte el calzado y usar el gel que puedes encontrar en el mostrador.
3. Se accederá a la piscina 10 minutos antes del entrenamiento. Debes ser puntual y respetar las indicaciones del socorrista y entrenador en todo momento.
4. El socorrista o entrenador os indicará al entrar la calle que debes ocupar y cómo acceder a ella. También os indicará qué parte del vestuario puedes utilizar y en qué parte de la piscina puedes dejar tu mochila. No se podrá dejar nada en el vestuario.
5. Debido a la recomendación de no compartir material deberás llevarte todo lo necesario. En caso de necesidad, en la secretaría tenemos a la venta gorros, tablas y churros.
6. Al terminar los entrenamientos podréis hacer uso de las duchas, pero siempre intentando manteneros el menor tiempo posible en los vestuarios para poder realizar labores de limpieza.
7. No se puede entrar ni dejar ningún objeto en le recinto del socorrista.
8. Dentro de la playa guarda siempre la distancia de seguridad.

A estos dos grupos se le permitió el uso de duchas al comenzar su actividad el 1 de Julio cuando ya estaba permitido y por ser el último grupo que entraba en la piscina.

### **EN LA ACTUALIDAD**

Actualmente ya han terminado su actividad en la piscina.

## **Toma de tiempos FAN. Cto. Andalucía Virtual 2020.**

La Federación Andaluza de Natación hizo una toma de tiempos sólo al equipo de natación del Club Natación Almería. Debido al protocolo seguido durante la toma de tiempos se cerró la piscina sólo para el equipo y no se permitió público. En las competiciones futuras se aplicará el protocolo establecido por la Federación Andaluza de Natación.

---

El protocolo seguido fue muy similar al usado en los entrenamientos del equipo, pero adaptado a un formato de competición.

**Principales medidas:**

- Uso mascarilla
- Distanciamiento social
- Uso de gel hidroalcohólico
- Competición sin público
- Piscina cerrada, solo uso para la competición.
- Entrada al club con mascarilla y sin padres
- Deberán venir con el bañador de calentamiento puesto
- Entrada por el acceso de las cristaleras.

**Calentamiento:**

- Uso de toda la piscina para calentar, los entrenadores distribuirán a los nadadores en las calles.
- Se podrá usar los vestuarios para cambiarse de bañador en grupos pequeños y usar el bañador de competición.

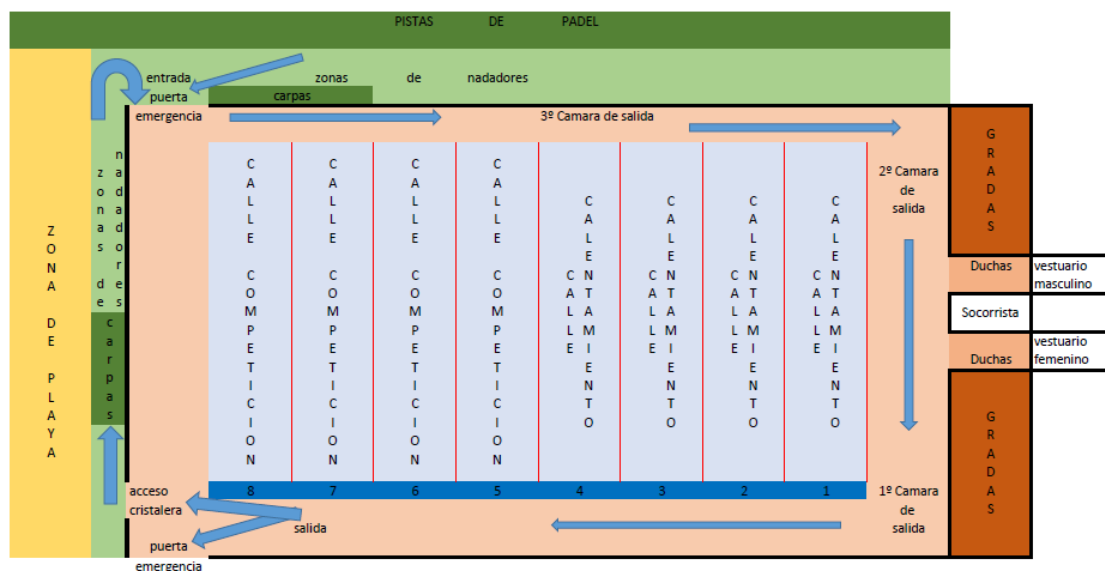
**Competición:**

- Durante la competición los nadadores deberán tener la mascarilla puesta, dentro y fuera de la piscina, manteniendo la distancia social.
- Los nadadores se moverán conforme el plano de la piscina. Los nadadores estarán fuera de la instalación, en la zona de césped artificial y carpas, irán pasando por la puerta de emergencia hacia las 3 cámaras de salida para ir preparando a los nadadores que vayan a nadar conforme avance la competición.



## Entrega de premios:

- Se realizará el domingo al finalizar la competición en la piscina y sin padres.
- Foto de equipo, será por categorías y con el polo del club y mascarilla.



## Protocolos de limpieza natación

La piscina la dividimos en varias zonas: agua, playa, zona de vestuarios, zona de socorristas y zona de entrada.

**Agua:** El agua de la piscina tiene un doble tratamiento. Un tratamiento con Ozono en el depósito de compensación y cloro en el circuito. Ambos están automatizados y se produce debajo de la piscina. El Ozono es un tratamiento efectivo incluso más que el cloro que elimina cualquier resto de COVI en el vaso de compensación. El cloro, especialmente el residual actúa de forma eficaz contra el COVI dentro del vaso de la piscina.

Ambos sistemas están automatizados y se lleva un control del estado del agua y del aire por parte de los socorristas tomando muestras regulares y comprobando que la calidad del aire y el agua se encuentran en los parámetros exigidos.

---

**Playa:** Antes de la apertura de la piscina y al cierre toda la zona interior o playa es limpiada. Primero se retira cualquier objeto ajeno a la piscina y después se aplica agua a presión. Posteriormente se aplica agua clorada en todas las zonas con especial atención a bancos interiores, duchas interiores. Durante el día, tanto los socorristas como los monitores son encargados de aplicar agua con cloro a toda la zona del interior con una periodicidad de una hora aproximadamente.

**Vestuarios:** Los vestuarios son limpiados en profundidad utilizando productos biocidas recomendados por el Ministerio de Sanidad. El responsable de esta tarea es el personal de limpieza y mantenimiento. Deben hacer:

- Limpieza y desinfección de la zona de duchas.
- Limpieza y desinfección de la zona de los lavabos. Dejar abiertas las ventanas pequeñas de los lavabos.
- Equipar con jabón los lavabos.
- Limpiar y desinfectar todo el mobiliario (perchas, bancos, paredes y taquillas).
- Limpiar y desinfectar los suelos. Especial atención a las rejillas.
- Dejar todas las ventanas abiertas.
- Dejar las puertas abiertas cuando no haya ningún usuario (socorrista) para una mejor ventilación.

**Socorrista/Entrada:** Los responsables serán el personal de limpieza y los socorristas.

- Las taquillas del exterior sólo pueden ser usadas por el personal de la piscina.
- Despejar la mesa y desinfectar junto las sillas.
- Desinfectar botiquín después de cada uso.
- Equipar socorristas con guantes y mascarillas.
- Equipar entrada con geles y papel desechable.

- 
- Vaciar papeleras y desinfectar.
  - No compartir utensilios y en el caso de hacerlo desinfectar después de cada uso.
  - Comprobar la disponibilidad de papel desechable y gel hidroalcohólico (antes de la apertura por el personal de limpieza y durante la apertura por parte del socorrista).
  - Comprobar que la alfombra para los pies esté siempre en estado óptimo (socorrista).

**Gradas:** Las gradas fueron limpiadas y desinfectadas por el personal de mantenimiento en la fase 0. Desde entonces el acceso a la zona de gradas está prohibido.

## Sección de Fútbol.

Debido a las restricciones en todas las fases en cuanto al contacto físico, la sección de fútbol suspendió los entrenamientos y tiene previsto reanudar su actividad en septiembre. Cuando se acerque las fechas, se elaborará un protocolo dependiendo de la normativa vigente en ese momento.

La única actividad realizada ha sido el encuentro de jugadores para la formalización y organización de los equipos de cara a la siguiente temporada con la siguiente normativa basada en el BOJA del 19 de junio.

- Se citarán a 25 jugadores como máximo.
- Los padres no podrán acceder al recinto para evitar contactos innecesarios. Incluso, siendo socio, el acceso al Club solamente se podrá realizar si se ha reservado alguna instalación. Queda totalmente prohibido permanecer en la grada y alrededores del campo de fútbol.
- Al acceso se procederá a la desinfección de manos con geles hidroalcohólicos.
- Deberán acceder con mascarillas y que solamente se quitarán en el momento que estén realizando la actividad física.

- 
- Si traen cualquier bolsa o mochila deberán colocar en los lugares indicados y separadas por la distancia mínima de 1,5 metros.
  - Mientras no estén participando en el partido deberán permanecer en el lugar reservado a tal efecto y que le será indicado por los entrenadores.
  - Deberán traer dos camisetas, una verde, la de entrenamiento del club y otra blanca, para evitar tener que compartir o usar petos.
  - Dado que nos encontramos fuera del periodo competitivo y las fichas federativas no están en curso se deberá firmar documento de exención de responsabilidad ante lesiones por parte del club ya que el seguro de la mutualidad no está en vigor.
  - Para su hidratación deberán traer su propia agua y no compartirla con el resto de los jugadores.
  - El material que será usado en los entrenamientos será desinfectado tanto como antes del mismo.
  - Será fundamental la puntualidad ante la citación ya que de lo contrario se complicará la adopción de las medidas de prevención.
  - Una vez finalizada la sesión se volverán a proceder a la desinfección de manos y los distintos materiales utilizados. Serán acompañados hasta la salida, con utilización de la mascarilla hasta la recogida por su padre o tutor.
  - La citación se realizará a través de los distintos grupos de WhatsApp y se ruega la confirmación de la asistencia.

## **Instalaciones**

Al inicio de la fase 2 sólo se ha permitido la reserva de porterías del campo de fútbol, fútbol playa y fútbol sala para unidades de la misma familia. En la actualidad se puede reservar para grupos pequeños siempre y cuando no se produzcan contactos físicos.

---

# Sección de Tenis y Pádel.

## MEDIDAS PARA LOS ALUMNOS DE LAS ESCUELAS

- Mantener siempre protección individual manteniendo la distancia entre personas de 2 metros.
- Obligación del uso de mascarilla hasta el acceso a las pistas y al salir de ellas.
- Higienización obligatoria de las manos, mediante uso propio de gel hidroalcohólico o el que proporciona el Club (tanto a la entrada del Club y/o en las propias pistas).
- No compartir material (raquetas, palas, bolsas de deporte, toallas...).
- No compartir botellas de agua. Cada jugador debe traer su botella propia de casa.
- Llegar al Club vestido y con el tiempo ajustado para la clase, sin permanecer en el Club antes ni después de la clase.

## MEDIDAS PARA PADRES Y ACOMPAÑANTES

Los padres, en principio, deben quedarse en la puerta del Club. Si el niño es pequeño, el padre puede acompañarlo hasta las pistas con la mascarilla puesta y después debe abandonar el Club hasta la hora de recogida. Queremos evitar aglomeraciones durante la fase 2. Esta medida será revisada en fase 3 en función de las normas dadas por las autoridades.

## MEDIDAS PARA MONITORES

- Recordar regularmente, sobre todo a los jóvenes, sobre la necesidad de lavar las manos regularmente y adoptar los demás principios de buena higiene.
- Procurar durante los entrenamientos que se mantenga la distancia de seguridad de 2 metros entre los alumnos.
- Evitar aglomeraciones de los alumnos.

---

## **Instalaciones**

Se desinfectarán regularmente las zonas comunes dentro de las pistas, como por ejemplo los bancos, bolas,...

# **Sección de Gimnasio**

## **SALA DE MUSCULACIÓN**

- Es obligatorio registrarse en secretaría.
- El aforo máximo de la sala será de 15 personas por hora.
- Cada sesión será de 50 minutos. (Posteriormente horario libre)
- La entrada al gimnasio será a la hora en punto y la salida 10 minutos antes del fin de la hora, para evitar coincidir con el siguiente turno.
- Es obligatorio el uso de toalla.
- El material que se use deberá ser desinfectado por el propio usuario. Se facilitará líquido desinfectante y papel.
- Sólo se usarán para cambiarse y acceder a las taquillas, no se pueden usar las duchas. (Posteriormente pueden utilizarse las duchas)
- No se puede dejar la ropa ni ningún otro objeto en bancos.
- Antes de acceder, límpiase los pies en la alfombra de la entrada y lávate las manos con gel.
- Guarda siempre la distancia de seguridad.

## **ACTIVIDADES DIRIGIDAS**

1. Todo usuario usará gel hidroalcohólico a la entrada de cualquier clase con carácter obligatorio y en momentos que se precise o dictamine el monitor por cualquier causa.
2. Cuando se use material, como pueden ser pesas, estas deben de ser desinfectadas. Para ello en las salas habrá disponible desinfectante y papel para que cada usuario realice esta tarea. En la Sala Bike al terminar las

---

clases habrá disponible también desinfectantes para limpieza de las bicicletas. El usuario al acabar debe de limpiar su sudor.

3. El gimnasio estará dotado de todo material que se desinfectará diariamente por el Club y por los mismos usuarios al terminar sus clases, como se dice en el punto 2, excepto las esterillas que deberán de traer una propia cada usuario a las clases dirigidas que necesiten uso de la misma.

4. Es obligatorio traer toallas propias para la realización de las actividades.

5. A la hora de cambio de clases dirigidas se dejará 10 minutos con el fin de que se ventile lo máximo la clase y se limpie adecuadamente la misma, las entradas y salidas se harán ordenadamente y siempre atendiendo a las indicaciones de los monitores, e indicaciones del gimnasio.

6. Recordar al usuario que en el gimnasio se puede estar antes de una clase, pero para el uso del mismo es necesario reservar. Un ejemplo sería que un usuario llega 15 minutos antes a la clase y quiera quedarse en el gimnasio mientras empieza la clase haciendo pesas, pues por aforo de gimnasio, habría que llamar a secretaría para reservar plaza o allí mismo en el gimnasio preguntar al monitor de sala si puede entrar al gimnasio si el aforo no está completo.

7. Las clases se realizarán en la medida de lo posible en el exterior, mientras el tiempo lo permita, se habilitará una zona para realizar clases como puede ser zumba, trx, ...

8. El aforo es limitado en toda la sala, por tanto, es muy importante que se reserven las horas de clase. La reserva se realizará en secretaría.

9. La sala de actividades del gimnasio está señalizada para que se cumplan las medidas de seguridad, distancia de 2 metros y se mantendrá la ventilación en todo momento en la sala.

· Las mascarillas son de uso obligatorio en las entradas y salidas de las actividades y en aquellas en las cuales no suponga un riesgo. Los monitores indicaran cuando es obligatorio o no el uso de las mismas. En

---

Bike y actividades de alta intensidad no será obligatorio su uso, pero se garantiza la separación mínima de 2 metros en dichas actividades.

## **Administración.**

- Se han implementado las medidas técnicas necesarias para minimizar el contacto entre las personas trabajadoras y entre estas últimas y los potenciales clientes o público que puedan concurrir en su lugar de trabajo. En este sentido, la disposición de los puestos de trabajo, la instalación de mamparas, la organización de la circulación de personas y la distribución de espacios (mobiliario, estanterías, pasillos, etc.) en el centro de trabajo se ha modificado, en la medida de lo posible, con el objetivo de garantizar el mantenimiento de la distancias de seguridad de 2 metros.
- Delimitación, señalización y mantenimiento de distancia en mostradores, ventanillas de atención, etc.
- Los empleados deberán mantener siempre una distancia superior a 2 metros con el resto de personas del centro de trabajo (otros trabajadores, clientes,...), si esto no fuera posible, utilizarán las medidas de protección adecuadas (Mascarillas, guantes, higiene personal frecuente,...).
- Disposición de dispensadores jabonosos y/o de solución alcohólica desinfectante, tanto para trabajadores, como para clientes.
- Refuerzo de la limpieza y desinfección de lugares y equipos de trabajo, asegurando la correcta limpieza de las superficies y de los espacios, tratando de que se realice limpieza diaria de todas las superficies, haciendo hincapié en aquellas de contacto frecuente como pomos de puertas, barandillas, botones, etc.
- En lo posible, se evita compartir material de oficina, equipos informáticos, mobiliario y herramientas, desinfectándolos en caso de uso por otra persona.
- Ventilación frecuentemente los distintos espacios del centro de trabajo, en la hora de la apertura de cada turno, para evitar la carga ambiental.



---

- Se ha establecido un aforo máximo dentro de la oficina, cumpliendo con las medidas extraordinarias dictadas por las autoridades sanitarias, concretamente con el requisito de distancias de seguridad.

- Señalización exterior para organizar a los clientes que permanezcan en el exterior del establecimiento en espera de acceder a él cuando lo permita el aforo. Todo el público, incluido el que espera en el exterior del establecimiento, debe guardar rigurosamente la distancia de seguridad.

- Se informa claramente a los clientes con carteles en la entrada sobre las medidas organizativas y sobre su obligación de cooperar en su cumplimiento.

## Consideraciones generales sobre el personal.

Todo el personal, antes de la apertura del club en la fase 2, realizó el curso de prevención impartido por *Quirón Prevención* con el título “*Procedimiento de actuación para los SPRL frente a la exposición al nuevo coronavirus (SARS-COV-2)*”, del Ministerio de Sanidad.

Algunas de las recomendaciones del documento anterior y objeto del curso impartido han quedado desfasadas y se han ido actualizando conforme se ha ido pasando de fase y siempre basándonos en las consideraciones presentes en las publicaciones de BOE y BOJA mencionadas al principio de este documento.

A continuación listamos una serie de recomendaciones de obligado cumplimiento por parte de todo el personal.

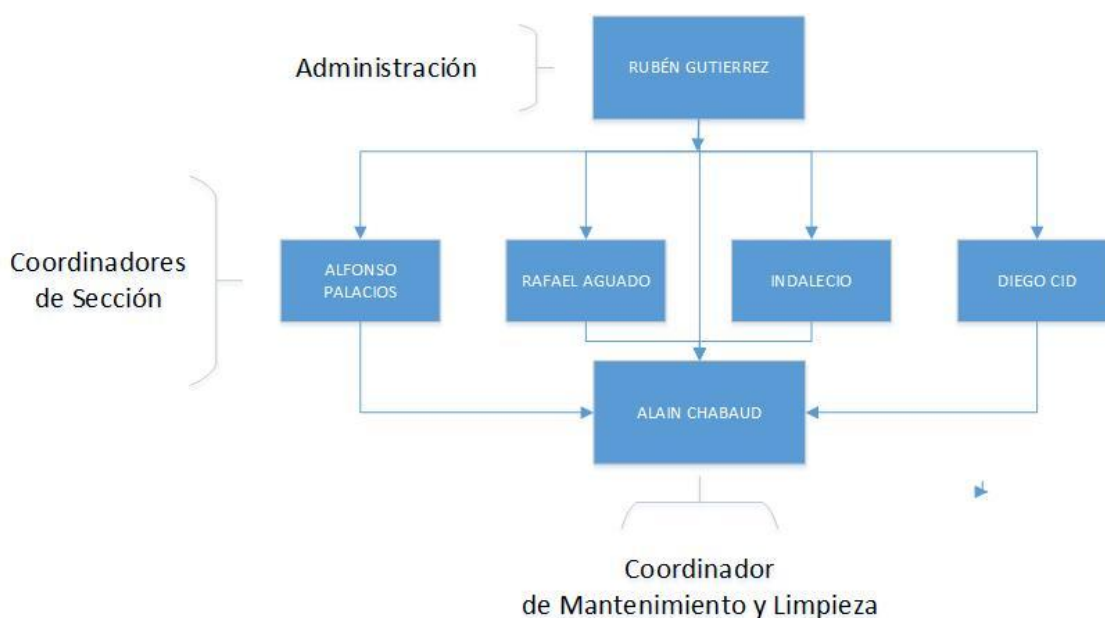
- Mantener distanciamiento social de 2 metros y reforzar las medidas de higiene personal en todos los ámbitos de trabajo y frente a cualquier escenario de exposición
- La higiene de manos es la medida principal de prevención y control de la infección y que deben realizar periódicamente una higiene de ellas para la prevención y control de la infección. Para ello se facilitará dispensadores jabonosos y/o de solución alcohólica desinfectante, a ser posible, en presentaciones individuales.

- 
- Llevar siempre mascarilla quirúrgica o FFP2
  - Evitar tocarse los ojos, la nariz o la boca.
  - Después de haber tosido o estornudado y antes de tocarse la boca, la nariz o los ojos, lávese las manos de forma cuidadosa con agua y jabón durante al menos 20 segundos. Si no dispone de agua y jabón, utilice soluciones desinfectantes con alcohol para limpiárselas.
  - Evitar el contacto entre las personas trabajadoras y entre estas últimas y los potenciales clientes o público que puedan concurrir en su lugar de trabajo. En este sentido, la disposición de los puestos de trabajo, la organización de la circulación de personas y la distribución de espacios (mobiliario, estanterías, pasillos, etc.) en el centro de trabajo debe modificarse, en la medida de lo posible, con el objetivo de garantizar el mantenimiento de la distancias de seguridad de 2 metros.
  - Evitar el contacto cercano con personas que muestren signos de afección respiratoria como tos y /o estornudos. Respetar las distancias establecidas mínimas de 2 metros.
  - Observar su propio estado de salud ante la posible aparición de alguno de los siguientes síntomas: fiebre, tos, sensación de fiebre alta, dificultad respiratoria, sensación de falta de aire. En caso de que presente alguno de estos síntomas, comuníquelo a su inmediato superior.
  - Reforzar la limpieza y desinfección de lugares y equipos de trabajo. Es crucial asegurar una correcta limpieza de las superficies y de los espacios, tratando de que se realice limpieza diaria de todas las superficies, haciendo hincapié en aquellas de contacto frecuente como pomos de puertas, barandillas, botones etc. Los detergentes habituales son suficientes. Se prestará especial atención a la protección del personal trabajador que realice las tareas de limpieza.
  - Utilizar de medios seguros para la recogida, almacenamiento y evacuación de residuos por los trabajadores.
  - En lo posible, evitar compartir material de oficina, equipos y herramientas (especialmente en los casos en que no empleen guantes).
  - Ventilar frecuentemente los distintos espacios del centro de trabajo, en especial zonas comunes, salas de reuniones, etc. Evitar la carga de los ambientes.
  - Se recomienda no viajar a zonas de riesgo a no ser que sea estrictamente necesario.

# RESPONSABLES Y EQUIPO COVID-19

La Junta Directiva es la encargada de evaluar y diseñar los protocolos, en coordinación con cada uno de los coordinadores de sección, siguiendo las directrices de las diferentes administraciones o federaciones deportivas implicadas.

Una vez diseñado el protocolo o actualizado, el equipo COVID-19, encargado de llevar todas las acciones está descrito en la siguiente estructura.



A continuación describimos las tareas COVID-19 de cada uno de ellos.

## Administración

- Comunicar a la Junta Directiva toda la información que desde las federaciones, CSD, Ministerio de Sanidad, Junta de Andalucía y Ayuntamiento de Almería haya sido recibido por el club.
- Comunicar todas las indicaciones y protocolos aprobados por la Junta Directiva a todos el personal del club.
- Publicar en la página web y mantenerla actualizada con todos los protocolos diseñados.
- Activar las compras de todo el material necesario para mantener los protocolos COVID diseñados.

---

### **Coordinadores de Sección**

- Transmitir todas las directrices que emanan de los protocolos diseñados a todo el personal relacionado con la sección y velar por su cumplimiento.
- Diseñar los protocolos o actualización de los mismos en coordinación de los vocales de cada sección.
- Transmitir a los padres de las distintas secciones periódicamente los protocolos o cualquier variación o actualización de los mismos.
- Comunicar cualquier incidencia a sus respectivos vocales y a administración.
- Velar por el correcto estado de las instalaciones especialmente en cuanto a limpieza se refiere y contactar con mantenimiento o secretaría en el caso que sea necesario.
- Vigilar que se realiza las labores de limpieza por parte de mantenimiento y personal asociada a la sección. Activar acciones de limpieza extraordinarias en el caso de que sea necesario.
- Activar el protocolo en caso de positivo COVID o posible positivo COVID de cualquier empleado asociado a la sección o de cualquier usuario vinculado a la misma.

### **Coordinador de Mantenimiento y Limpieza**

- Transmitir todas las directrices que emanan de los protocolos diseñados a todo el personal relacionado con la sección y velar por su cumplimiento.
- Velar por el cumplimiento de todas las operaciones de limpieza diseñadas en los protocolos.
- Atender las demandas de limpieza extraordinarias comunicadas por los coordinadores de sección o secretaría.
- Velar por el cumplimiento de los protocolos diseñados por parte de los usuarios.
- Comunicar cualquier incidencia a secretaría o directamente a la Junta Directiva.
- Activar el protocolo en caso de positivo COVID o posible positivo COVID de cualquier empleado asociado a mantenimiento o limpieza.

---

# PROTOCOLO EN CASO DE POSITIVO COVID O PROBABLE POSITIVO.

## Objetivo

Establecer las pautas que deben seguirse en aquellos casos en los que un miembro del Club Natación Almería presente síntomas sospechosos de ser compatibles con COVID-19 y en aquellos casos en los que pueda aparecer algún caso confirmado.

Se considerará un **caso confirmado** aquel que tiene un diagnóstico con prueba (test) y es identificado como tal por el **Servicio de Epidemiología**.

Se considerará un **caso sospechoso**:

- Cualquier persona con un cuadro clínico de infección respiratoria aguda de aparición súbita de cualquier gravedad que cursa, entre otros, con fiebre, tos o sensación de falta de aire. Otros síntomas atípicos como la odinofagia, anosmia, ageusia, dolores musculares, diarreas, dolor torácico o cefaleas, entre otros.
- Cualquier persona que esté siendo rastreada y en espera de realizar el test o en espera de su resultado.

## Actuaciones

- Socios:
  - Si un socio del Club Natación Almería fuera un **caso confirmado** con o sin síntomas, no podrá asistir al club ni ningún miembro de la unidad familiar hasta recibir el alta de su responsable médico.
  - Si un socio del Club Natación Almería fuera un **caso sospechoso**, no podrá asistir al club ni ningún miembro de la unidad familiar hasta dejar de serlo.
  - Tanto en el **caso confirmado** como en el **caso sospechoso** el socio deberá obligatoriamente informar a las autoridades

- 
- sanitarias y al club donde realiza la actividad (BOJA 11 de septiembre).
- Si un socio del Club Natación Almería tiene conocimiento de que una persona con la cual ha tenido un contacto estrecho reciente es un **caso sospecho**, se recomienda firmemente no asistir al club ni él ni su unidad familiar como medida de precaución hasta conocer el estado de dicha persona. Además, se le recomienda informar al club para que pueda activar las medidas diseñadas dentro de su protocolo COVID.
  - Monitores:
    - Si un monitor es un **caso sospechoso** debe informar al club sobre su estado y de los resultados de las pruebas que le realicen. En todo momento deberá colaborar con las autoridades sanitarias.
    - El Club Natación Almería cerrará por precaución los grupos dirigidos por el monitor a la espera de los resultados o indicaciones de las autoridades sanitarias.
    - Si el monitor se convierte en un **caso confirmado**, en el caso de que algunos miembros del grupo sean **casos sospechosos**, el grupo seguirá inactivo durante una semana hasta que los **casos sospechosos** dejen de serlo.
    - En el caso de que dentro del grupo aparezca **casos confirmados**, el grupo permanecerá inactivo hasta que las autoridades sanitarias informen positivamente.
  - Personal de administración, mantenimiento, limpieza y socorristas:
    - Si algún miembro de administración es un **caso sospechoso** o **caso confirmado**, deberá quedarse en casa e informar de su estado al club. En todo momento deberá cooperar con las autoridades sanitarias e informar al club si ha mantenido contacto estrecho con algún socio u otro miembro del personal.
    - Se procederá a una desinfección profunda de las dependencias afectadas y el resto del personal seguirá trabajando salvo indicación contraria por parte de las autoridades sanitarias.
  - Otros:
    - En el caso de alquiler de cualquier parte del club por parte de una empresa, grupo o asociación, se le aplicará el mismo protocolo. Así mismo la empresa, grupo o asociación, en el

---

caso de cerrar su actividad por algunos de los supuestos anteriormente descritos, estará obligada a informar al club sobre cualquier contacto estrecho de los miembros de su grupo con cualquier persona perteneciente al club para poder adoptar las medidas adecuadas según protocolo aprobado en Junta Directiva.