

## **PROTOCOL ANTI COVID 19 DE L'ESCOLA D'ATLETISME**

### **DORSAL 19 DE PEGO**

Per part de l'Escola d'Atletisme, anem a establir unes mesures bàsiques i obligatòries per als atletes, per als pares i per als entrenadors.

#### **MESURES DE PREVENCIÓ I PROTECCIÓ.**

S'establiran grups d'entrenament, per edat i categories, els quals seran hermètics, és a dir, els grups no mantindran contacte amb altres atletes que no siguin companys del seu grup, així aconseguirem, que si hi ha algun atleta contagiats, es puguin localitzar als seus companys i evitar que la transmissió vagi a més.

**Arribant a la Pista:** L'aplegada serà ordenada, mantenint la distància de seguretat i portant la màscara de forma correcta (cobrint la boca i el nas).

Una vegada dins de la instal·lació, es netejaran les mans amb gel hidroalcohòlic o amb sabó que portaran en les seues motxilles, i l'entrenador indicarà quan deuen llevar-se la màscara.

#### **ENTRENANT**

**Calfament:** Respectarem sempre que siga possible la distància de seguretat, en aquest cas sols utilitzarem la màscara en estiraments i xarrades derivades de l'entrenament.

**Bloc de sèries:** Intentarem que siguin individuals, com que no utilitzarem la màscara s'extremarà que sempre hi haja una distància de seguretat entre els atletes.

**Tornada a la calma:** En el cas que es realitze un rodatge, no serà necessari utilitzar la màscara, però una vegada acabat aquest rodatge, si hi ha estiraments, haurem de tornar-nos a col·locar la màscara.

#### **Altres punts importants:**

**Menors de 6 anys** no tenen l'obligació de portar màscara, però per part de l'Escola s'aconsella que, si a l'atleta no li molesta la màscara, vingi a la pista en ella col·locada.

Els **entrenadors** sempre portaran la màscara, excepte que hagen de donar indicacions molt fortes pel fet que els atletes estan lluny, però sempre mantenint la distància de seguretat.

**Pares:** Hauran de portar la màscara, i mantindran la distància de seguretat amb els altres atletes i pares. Es recomana, a ser possible, situar-se a la part contrària de la pista on els atletes estiguen treballant.

Si s'observa que l'atleta té o ha tingut durant els dies anteriors algun símptoma, compatible amb el virus, es demana que no porten a l'atleta a l'entrenament.

Demaneu que, dins de la pista, no es creen grups de xarrada amb altres pares sense mantindre la distància de seguretat.

Els atletes deuran portar en les seues motxilles, el seu material normal d'entrenament, botella d'aigua, que serà personal i intransferible, i un xicotet pot de gel hidroalcohòlic o sabó per al llavat de mans.

Demaneu que pel bé de tots els atletes, familiars i entrenadors es segueixen aquestes instruccions, així podrem seguir gaudint de l'atletisme amb totes les garanties.

Moltes gràcies, atentament

**EQUIP DIRECTIU DE L'ESCOLA D'ATLETISME DORSAL 19 PEGO**

