



Setembre 2020

## **PROTOCOL PER LA PRÀCTICA DE L'ACTIVITAT FÍSICA I COMPETICIÓ - TENNIS I PÀDEL FASE DE REPRESA**

El present document recull un seguit d'indicacions per tal de dur a terme l'activitat esportiva i de competició durant la vigència de certes restriccions derivades del Covid-19 basades en les recomanacions de les Federacions Esportives i Ajuntaments.

El protocol ha estat elaborat tenint en compte les mesures i indicacions vigents a dia d'avui, però podrà ser modificat en qualsevol moment atenent a les indicacions o modificacions normatives tant de les autoritats sanitàries com de la Secretaria General de l'Esport i l'Activitat Física.

### **ABANS D'INICIAR L'ACTIVITAT**

#### **L'esportista**

- Sempre que sigui possible, arribarà al lloc de l'activitat amb la roba esportiva ja posada procurant evitar l'ús de vestidors. Si s'utilitzen els vestidors caldrà mantenir una distància de seguretat de 2m.
- En horari d'escola (de 17:15 a 20h) les diferents portes del Club estaran obertes per facilitar les entrades i sortides. S'obrirà la reixa situada al costat de les pistes de pàdel per facilitar l'accés a les pistes situades al voltant de la zona enjardinada. Tots els altres usuaris hauran de passar per recepció.
- Es farà un control de temperatura a tots els usuaris. Els alumnes de l'escola de tennis i pàdel, la presa de temperatura la faran els entrenadors o personal designat pel Club a la pròpia pista abans d'iniciar l'activitat (entrenament o competició). La resta d'usuaris haurà de passar per la recepció del Club que és on es prendrà la temperatura.
- El material i l'equipament esportiu propi haurà d'haver estat desinfectat abans del seu ús en l'activitat. El material del Club d'ús comú serà desinfectat pel Club després de cada us.
- Aportarà una declaració responsable conforme no presenta símptomes de tenir COVID-19 i, en cas d'haver passat la malaltia, declarar que ha superat el període de quarantena escaient. Així mateix, la declaració responsable haurà d'acreditar que no s'ha estat en contacte amb persones infectades o s'ha viatjat a zones en risc declarades oficialment en els 14 dies immediatament anteriors al de la signatura del document.
- Mantindrà la distància de seguretat en els seus desplaçaments fins abans d'iniciar l'activitat.
- Farà ús de la mascareta fins el moment d'iniciar l'activitat esportiva, sempre que sigui compatible amb la situació personal pròpia.
- Pels desplaçaments col·lectius amb vehicle serà obligatori l'ús de la mascareta durant tot el trajecte.
- Facilitarà les dades de contacte per al registre de les persones assistents a l'activitat.
- Es farà un control d'assistència diari de totes les activitats o competicions.
- Sempre que sigui possible, les inscripcions a tornejos es faran on-line.

- Per les competicions federades, o sempre que es requereixi, els jugadors hauran de portar el compromís de responsabilitat i l'hauran d'entregar al Club amfitrió.

### **Els acompanyants**

- Sempre que sigui possible, s'aconsella que els acompanyants no accedeixin a les instal·lacions.
- Aportaran una declaració responsable conforme no presenta símptomes de tenir COVID-19 i, en cas d'haver passat la malaltia, declarar que ha superat el període de quarantena escaient. Així mateix, la declaració responsable haurà d'acreditar que no s'ha estat en contacte amb persones infectades o s'ha viatjat a zones en risc declarades oficialment en els 14 dies immediatament anteriors al de la signatura del document.
- Evitarà la formació d'aglomeracions en els espais d'entorn i accessos a l'activitat.
- Mantindrà la distància de seguretat en els seus desplaçaments.
- Farà ús de la mascareta sempre que sigui compatible amb la situació personal pròpia.
- Facilitarà les dades de contacte per al registre de les persones assistents a l'activitat.

### **DURANT L'ACTIVITAT**

#### **L'esportista**

- Procurarà, sempre que sigui possible, mantenir la distància de seguretat i evitar el contacte amb altres participants.
- No compartirà el seu material amb altres participants.
- Canviarà de camp per costats oposats de la pista.
- Evitarà l'encaixada de mans amb l'adversari al final del partit.
- Procurarà una higiene i desinfecció de mans periòdica, sempre que sigui possible.
- Mantindrà els seus afers personals en la bossa pròpia que porti a l'efecte.

#### **Els acompanyants**

- Mantindrà la distància de seguretat.
- Farà ús de la mascareta sempre que sigui compatible amb la situació personal pròpia.
- Procurarà una higiene i desinfecció de mans periòdica.

### **DESPRÉS DE L'ACTIVITAT**

#### **L'esportista**

- Mantindrà els seus afers personals a la bossa pròpia que porti.
- Mantindrà la distància de seguretat en els seus desplaçaments i de 2 metres en els vestidors i dutxes.
- Farà ús de la mascareta, sempre que sigui compatible amb la situació personal pròpia.
- Evitarà la permanència innecessària en l'espai de l'activitat.

#### **I recorda:**

**MASCARETA, MANS NETES I DISTÀNCIA DE SEGURETAT**

**EL TEU CLUB, SEGUR!**