

# Medidas, protocolo y normas Instalaciones deportivas

---

POLIDEPORTIVO DE VALTIERRA

SERVICIO DE DEPORTES AYUNTAMIENTO DE VALTIERRA

16/09/2020

## **INTRODUCCIÓN**

El área de deportes del Ayuntamiento de Valtierra ha realizado varias acciones para que los asociados del Polideportivo accedieran a la práctica deportiva durante el estado de alarma en sus diferentes fases ( préstamo de bicicletas indoor, accesibilidad a aplicaciones deportivas, seguimiento e información de ciudadanos agrupados en diferentes programas del deporte local en Valtierra ( Suma pasos, grupo de atletismo infantil y adulto, grupo de baloncesto, grupo actividad multideporte) mientras las instalaciones deportivas han estado cerradas.

Para asegurar la práctica deportiva en la localidad, el Ayuntamiento de Valtierra y de manera escalonada según la norma existente en cada momento, abrirá parte de las instalaciones deportivas para uso de los ciudadanos.

Previa a la apertura del Polideportivo se ha realizado un trabajo de mantenimiento, limpieza y desinfección de todas las zonas y material existente.

## **I.- ESPACIOS DE USO EN EL POLIDEPORTIVO DE VALTIERRA A**

### **1.- ZONA 1: USO DE BICICLETAS INDOOR**

Las bicicletas estarán situadas en el pabellón del Polideportivo de Valtierra con la distancia de seguridad permitida en esta fase.

Se dispondrán 15 bicicletas para su uso en las franjas horarias establecidas.

**Aforo** por hora 15 personas.

#### **CITA PREVIA:**

- A partir del día 26 de mayo de 2020, éstas serán los horarios dispuestos para su uso de lunes a viernes:
  - o 9.00 a 10.00h
  - o 10.30 a 11.30
  - o 12.00 a 13.00h
  - o 16.30-17.30
  - o 18.00 a 19.00h
  - o 19.30 a 20.30h
- Los sábados se dispondrá el mismo horario solamente en horario de mañana.

El uso de las bicicletas será únicamente en las franjas horarias aprobadas por el Ayuntamiento, por lo que el uso del material y espacio para hacer realizar esta actividad física finalizará en el tiempo establecido.

La cita previa será a través de 948 867 414.

#### **MATERIAL OBLIGATORIO:**

- Guantes de uso deportivo o sanitario
- Toalla o similar para proteger el material y la zona de uso.
- Mascarilla en caso de no poder mantener la distancia de seguridad según S.N.D/422/2020

#### **DESINFECCION:**

- Las bicicletas serán desinfectadas tras su uso por cada usuario.

### **2.- ZONA 2: USO DE GIMNASIO. SALA DE MUSCULACIÓN**

El uso del gimnasio será con un aforo de 3 personas por franja horaria para poder mantener las distancias de seguridad.

Sólo podrán acceder a la sala de musculación los mayores de 16

años. Habrá dos zonas de uso independientes:

- Gimnasio ( habilitadas todas las máquinas) 3 personas
- Zona de cardio (únicamente se podrán utilizar una cinta de correr y la elíptica) 4 personas.

## **CITA PREVIA:**

- A partir del día 26 de mayo, en estas franjas horarias:
  - o 9.00 a 10.00h
  - o 10.00 a 11.00
  - o 11.00 12.00h
  - o 12.00 13.00h
  - o 16.00 a 17.00h
  - o 17.00 a 18.00h
  - o 18.00 a 19.00h
  - o 19.00 a 20.00h

El uso será únicamente en las franjas horarias aprobadas por el Ayuntamiento, por lo que el uso del material para hacer deporte finalizará en el tiempo establecido.

**La cita previa será a través de 948 867 414.**

La cita previa estará diferenciada en cada espacio del gimnasio, zona de máquinas ó zona de cardio.

El Ayuntamiento de Valtierra abre de nuevo el **servicio de monitor de actividad física** individualizada para compensar la pérdida de ejercicio físico, recuperación de lesiones, puesta en forma, etc.

El servicio será todos los lunes en horario de 17.00 a 20.00h y los martes de 10.00 a 13.00h. Puedes pedir cita previa a través del washapp del Ayuntamiento 608164393 y en 948867414 **a partir del 15 de septiembre de 2020.**

## **MATERIAL OBLIGATORIO:**

- Guantes de uso deportivo o sanitario.
- Toalla o similar para proteger el material y la zona de uso.
- Mascarilla en caso de no poder mantener la distancia de seguridad según S.N.D/422/2020

## **II.- CONTROL DE ACCESOS**

**Control de accesos,** Sólo podrán acceder a las instalaciones aquellas personas que sean socias del Polideportivo en las distintas modalidades a través de cita previa.

El acceso a la instalación se deberá hacer por la puerta principal, donde se comprobará la cita previa del asociado antes de que se efectúe la entrada del mismo. Se realizará por el conserje de la instalación. Previamente en la solicitud de la cita previa deberá acreditarse que la persona solicitante sea socia del Polideportivo de Valtierra.

Sólo se podrá acceder por la puerta principal, nunca por el tránsito habitual anterior al cierre de las instalaciones que eran los vestuarios, los cuales permanecerán cerrados.

Se habilitará un pasillo y se señalizará el espacio que se vaya a utilizar para las

diferentes zonas de uso en el espacio deportivo.

No se deberá acudir a las instalaciones si la persona presenta cualquier sintomatología (tos, fiebre, dificultad al respirar, etc.) que pudiera estar asociada con la COVID-19 y contactar con su Centro de Salud.

### **III.- CITA PREVIA**

**Cita previa**, La cita previa será a través del teléfono **948 867 414** siempre **con un día de antelación** a la cita **o el mismo día que se quiera realizar** la actividad permitida en esta fase.

### **IV.-LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN**

En la entrada de la instalación deportiva se dispondrá de gel hidroalcohólico y productos de desinfección para el calzado y bolsa de deporte.

Los vestuarios estarán cerrados para su uso y transición a la instalación deportiva, que se hará por la puerta principal.

Tras el uso del material se hará una desinfección del mismo, por eso disponemos de un espacio de tiempo entre los horarios de uso.

Se realizarán tareas de ventilación periódica en las instalaciones y, fcomo mínimo, de forma diaria y durante el tiempo necesario para permitir la renovación del aire.

En las diferentes zonas de uso permitido para esta segunda fase también se dispondrá de gel hidroalcohólico y desinfectante ( zona gimnasio, zona cardio, zona bicicletas ciclo indoor).

### **VI.-ACTIVIDADES DIRIGIDAS**

Antes de entrar a la actividad se deberán lavar con gel hidroalcohólico.

Las actividades se regulan asegurando un mínimo de 5 metros cuadrado por participante hasta 16 metros cuadrados según la disciplina.( *REOLUCION.459/2020 de 23 de junio por el que se regula el inicio de entrenamientos y competiciones deportivas*).

En ambos casos los grupos no pasarán de un máximo de 25 personas.

Todos los participantes deberán llevar toalla.

La pista estará marcada para la disposición de uso de espacio propio en cada una de las actividades.

Una vez terminada la actividad, los participantes en la misma deberán desinfectar todo el material que han utilizado.

El monitor deberá en todo momento llevar un listado de los participantes por día.

El **uso de las mascarillas** será obligatorio en los espacios comunes o de tránsito.

**No se permitirá el acceso a los acompañantes** en las actividades dirigidas ni en la pista ni en las gradas.

SE RESPONSABLE, RESPETA LAS NORMAS, HAZ DEPORTE CON  
PRECAUCIÓN. CONSULTA TODAS LAS DUDAS Y ESPERAMOS TUS  
SUGERENCIAS PARA MEJORAR EL SERVICIO

**948 867 414 - [culturaydeporte@valtierra.es](mailto:culturaydeporte@valtierra.es) Washap 608164393**

Ayuntamiento de Valtierra 25 de mayo de 2020.