



CIF: G-15160773

# Agrupación Deportiva FOGAR da XUVENTUDE Carballo - Oleiros

## PROTOCOLO SANITARIO PARA A VOLTA AOS ADESTRAMENTOS NA NOVA NORMALIDADE

Natación  
Máster  
Triatlón
















CIF: G-15160773



Natación  
Máster  
Triatlón

-  De ter febre, tose ou falta de alento non acudas ao adestramento e contacta cos servizos de saúde.
-  Accederase á zona de adestramento 15´ antes do comezo da sesión e abandonarase 15' despois e sempre coa máscara.
-  Só poderán acceder ás zonas de adestramento os deportistas e o seu adestrador mantendo en todo momento a distancia de seguridade de 1,5 m. Saudarse sempre sen contacto físico.
-  Será obrigatoria a desinfección das mans con xel hidroalcohólico á chegada á zona de adestramento.
-  Durante á sesión manterase en todo momento a distancia de seguridade de 1,5 m.
-  O adestrador levará sempre máscara e luvas.
-  A permanencia no lugar de adestramento será a menor posible, unha vez que se acceda á mesma será para empezar a sesión.
-  A utilización do material farase de forma individual, quedando terminantemente prohibido o uso compartido. Cada deportista será responsable da súa custodia e desinfección diaria.
-  O cociente nadador-triatleta por grupo será de 25 deportistas que traballarán sempre de xeito individual.
-  Nos exercicios e os descansos entre series e tarefas os deportistas respectarán sempre a distancia de separación de 1,5 m entre eles.
-  O persoal técnico do club será o encargado de velar polo cumprimento das normas e os protocolos de seguridade.